

ETE 2022

ABEROUAT – PYRENEES-ATLANTQUES

APPRENTIS MONTAGNARDS

08/14 ANS

SEJOUR MULTIACTIVITE/ MULTISPORTS

Vacances Pour Tous – 21 rue Saint Fargeau – CS 72021 - 75989 PARIS CEDEX 20  
Agréé JEPVA par le ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative - Inscrit au Registre des Opérateurs de Voyages et Séjours  
Certification d'Immatriculation : IM 075 100 379 - Agrément national d'organisme de tourisme social et familial n°06.07.04  
Association reconnue d'utilité publique par décret du 31/05/1930



### CENTRE L'ABEROUAT – 64 490 LESCUN

Tel : 05 59 34 71 67 ; courriel : [aberouat@laligue64.org](mailto:aberouat@laligue64.org)  
Site : [aberouat.fr](http://aberouat.fr)

Un code d'accès vous sera communiqué quelques jours avant le séjour.

## IMPORTANT : DOCUMENTS A FOURNIR OBLIGATOIREMENT

**A renvoyer impérativement PAR COURRIER 1 mois avant le séjour à : Centre de l'Abérouat - 64 490 LESCUN**

**En indiquant le nom de l'enfant + l'intitulé du séjour et les dates du séjour :**

- Un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique des activités proposées durant ce séjour.
- Le cas échéant, tous les documents médicaux et PAI afin que nous puissions évaluer notre capacité à respecter les interdictions alimentaires liées à des risques d'allergies.

Nous vous conseillons de garder une copie de ces documents.

## RENDEZ-VOUS SUR PLACE

Vous êtes attendu le premier jour à partir de 16h00, départ le dernier jour après le petit-déjeuner vers 10h00.

**Par la route :** Pau direction Oloron – Saragosse.

Traverser Oloron direction col du Somport – Espagne – Saragosse par la RN134.

A 20 km traverser Bedous, continuer pendant 5 km et prendre à droite la D239 direction Lescun, au village vous vous trouvez à 5 km du centre. Suivre le fléchage « l'Abérouat » (route étroite de montagne : roulez doucement).

## 1<sup>er</sup> et dernier repas servis

1<sup>er</sup> repas servi : dîner du jour 1

dernier repas servi : petit-déjeuner du dernier jour

## SITE

### ► Situation géographique

Le « camp de base » est le centre de l'Abérouat situé à 1450m d'altitude au bout d'une route de montagne à 5 km du village de Lescun. Face à un cirque de montagne remarquable et au cœur d'une Nature protégée. L'itinéraire, à cheval sur les vallées d'Aspe et d'Ossau, entre pic d'Annie et pic du midi d'Ossau, vous permettra de découvrir un milieu naturel et humain authentique.

Hébergement au centre en chambre de 4 à 5 lits et une nuit sous tente.

## ACTIVITES

**Découverte du milieu montagnard :** flore et faune au pays des marmottes, rencontre avec un berger et son troupeau dans une cabane d'estive.

**VTT :** sur des parcours adaptés.

**Connaître l'engin VTT :** apprentissage des termes techniques

**Appréhender l'engin VTT :** conduire son vélo, position sur le vélo, que faire dans les différentes situations (montée, descentes...), comment adapter son braquet, le freinage...

**Bivouac :** accompagné de l'âne Pompom, le groupe partira bivouaquer à proximité d'une cabane de berger (1 heure de marche) et campera en toute sécurité une nuit sous tente.

**Escalade :** les moniteurs brevetés d'état initieront les enfants à la technique de la moulinette

### Biathlon pédestre

**Course d'orientation en montagne :** après un atelier de lecture de carte les jeunes devront retrouver des balises et répondre à un questionnaire.

**1 descente du gave en rafting :** le plein de fraîcheur et sensations !

**Parcours de Borce :** espace animalier.

**Autres activités :** fabrication de cabanes, fabrication de fromages et autres jeux et veillées compléteront ce séjour

## ORGANISATION DU SEJOUR

La vie en groupe et le bon fonctionnement du centre et des activités nécessitent quelques règles.

Vous devez maintenir vos chambres dans un état de propreté raisonnable, vous devez débarrasser vos tables en fin de repas, les horaires de repas, les activités, le matériel et les locaux doivent être respectés, le petit-déjeuner est échelonné de 8h30 à 9h00, les autres repas sont pris à heure fixe, le repas de midi est souvent pris à l'extérieur.

### ► **L'équipe d'encadrement :**

Une équipe d'animation (1 pour 12 jeunes) attend les participants pour leur faire passer les meilleures vacances possibles. Il s'agit d'assurer la motivation du groupe, notamment sur les premières journées de découverte des activités. Cette équipe a les compétences et qualifications requises (Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur, de direction, attestation de formation aux premiers secours) pour réussir les activités choisies en toute sécurité pour le plus grand plaisir de tous.

Les intervenants extérieurs que nous sollicitons pour l'encadrement de certaines activités sont des professionnels et sont titulaires d'un brevet d'état et sont agréés par la DDCSPP.

► **L'alimentation :** la création, la composition des menus et la confection des repas sont confiées à des professionnels. Nous mettons en place une alimentation de qualité, équilibrée et variée, en quantité suffisante. Nous veillons également à ce qu'elle soit adaptée aux activités prévues lors du séjour.

Notre projet éducatif reposant sur le principe de laïcité, nous effectuons le remplacement ou la compensation de certains aliments par d'autres au cours des repas. Par contre, nous sommes dans l'impossibilité de prendre en compte certaines demandes ou exigences alimentaires qui peuvent entraîner une perturbation de l'organisation des activités et avoir des répercussions sur le processus biologique de l'enfant. **En cas d'allergies alimentaires, il est impératif de nous transmettre dès l'inscription, tous les documents médicaux et PAI afin que nous puissions évaluer notre capacité à respecter les interdictions alimentaires liées à des risques d'allergies.**

► **Linge :** il n'y aura pas de lessive du linge personnel des enfants et des jeunes pendant ce court séjour. Nous vous remercions de prévoir un trousseau en quantité suffisante pour ces 7 jours.

### ► **Pour avoir des nouvelles de votre enfant**

Tous les jours entre 19h à 20 h : 05.59.34.71.67

Un code d'accès vous sera communiqué quelques jours avant le séjour pour visiter notre blog.

Le courrier : Nous incitons les jeunes à vous écrire une fois au moins durant le séjour. En retour, ils espèrent recevoir de vos nouvelles.

**ATTENTION !** Si le comportement du participant était de nature à nuire à sa sécurité ou à celle de ses camarades, ou encore à compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge...

## PREPARER VOTRE SEJOUR

► **Trousseau de séjour / trousseau spécifique :** Nous conseillons vivement des vêtements et du linge de toilette simples et robustes, en quantité suffisante pour que votre enfant puisse se changer après certaines activités. Une fiche trousseau type vous sera remise lors de l'inscription. Donnée à titre indicatif, elle vous permettra de faire un inventaire avec votre enfant des affaires qu'il emporte (n'oubliez pas de mentionner les vêtements qu'il portera le jour du départ). Marquez tous les vêtements et le linge de toilette au nom de votre enfant et si possible ses objets personnels (sac, duvet etc...).

**Prévoir pour ce séjour en plus du trousseau standard** : un sac à dos (30 ou 40 litres), une gourde 1 litre (non isotherme), **1 duvet chaud**, 1 matelas de sol, des chaussures de randonnée, une lampe frontale ou de poche, des lunettes de soleil, des vêtements chauds ou polaires, un chapeau ou casquette, de la crème solaire indice 50, un maillot de bain, un vêtement de pluie style poncho, un Kway, 2 tee-shirt manches longues thermiques. **Nous insistons particulièrement sur les chaussures de randonnée qui doivent être à tige haute afin de bien maintenir la cheville et le pied. Leur semelle doit comporter un bon crantage et être amortissante.**

► **Argent de poche** : Nous vous conseillons de ne pas confier à votre enfant une somme trop importante. Sur place, deux solutions : l'enfant ou le jeune conserve son propre argent à « ses risques et périls » OU il le remet à la direction qui lui en délèguera la gestion par un système de « banque ». Dans ce cas, merci de bien vouloir le glisser dans une enveloppe portant : le montant remis, le nom du participant, l'intitulé et les dates de son séjour, cette enveloppe sera à remettre aux animateurs le premier jour du séjour (à l'animateur en gare si transport ou sur le centre à l'animateur qui vous accueillera).

► **Santé : il est très important de** remplir correctement la fiche individuelle de renseignements et médicale et de la signer, **elle est obligatoire**. Joindre les copies du carnet de santé comme demandé sur cette fiche. Veuillez également à nous fournir tous les documents utiles (attestations à jour de carte vitale ou CMU, carte vitale pour les jeunes de plus de 16 ans) etc...

Veillez, en **cas de traitement**, à nous remettre impérativement **l'original de l'ordonnance et les médicaments en nombre suffisant** afin de nous permettre d'administrer ce dernier. Si votre enfant est malade durant le séjour, il sera naturellement conduit chez un médecin. Les honoraires de ce dernier, de même que les éventuels frais de pharmacie vous seront réclamés. Une facture vous sera adressée avec la copie de la feuille de soins, l'original vous sera envoyé dès réception de votre règlement. *Attention, pour les enfants et les jeunes bénéficiaires de la CMU, certains praticiens la refuse et nous contraignent à faire l'avance des frais et donc vous en réclamer le remboursement par la suite.*

► **Utilisation du téléphone mobile** : bien que parfaitement autorisée, nous conseillons vivement aux enfants et aux jeunes de ne pas emporter leur téléphone mobile. En effet, il est déconseillé, voire interdit au cours de certaines activités et un usage abusif peut nuire à l'ambiance générale d'un séjour. Enfin, pour les plus jeunes, nous avons pu constater qu'il était parfois utilisé maladroitement pour appeler leurs parents et les inquiéter inutilement. Nous rappelons qu'il n'y a pas de réseau téléphonique au centre de montagne, il y a une zone WIFI.

► **Objets de valeur** : La nature du séjour nous conduit à déconseiller la présence de tout objet de valeur (lecteur mp3, bijoux, téléphone mobile, tablettes, consoles, CD, vêtements de marque, etc...). Toute disparition d'objets personnels devra être signalée au directeur dès son constat et, en tout état de cause, avant la fin du séjour. **Attention les vols, dégradations ou pertes ne sont pas couverts par notre Association.** Les lunettes de vue demeurent sous la responsabilité de leur propriétaire. Pour prendre des photos, nous recommandons l'utilisation d'appareils jetables.

► **Cigarette et e-cigarette** : Nous rappelons qu'il est formellement interdit pour les jeunes de moins de 16 ans de fumer pendant le séjour (décret 2006-1386 du 15 novembre 2006).

## ASSURANCE

Nous souscrivons pour votre enfant, une assurance durant le séjour (y compris durant le transport si nous l'organisons), auprès de notre compagnie d'assurance APAC. Il sera ainsi couvert en Responsabilité civile (dommages corporels et matériels causés aux tiers dans le cadre des activités liées au séjour), en Individuel accident corporel (l'assurance intervient en complément de la CPAM et de la mutuelle complémentaire), en assistance rapatriement sanitaire d'urgence en cas de maladie grave ou d'accident corporel (sous réserve que soit fait appel à notre service d'assistance et avec son accord).

### **A renvoyer impérativement PAR COURRIER 1 mois avant le séjour à : Centre de l'Abérouat - 64 490 LESCUN**

- **Un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique des activités proposées durant ce séjour.**
- **Le cas échéant, tous les documents médicaux et PAI afin que nous puissions évaluer notre capacité à respecter les interdictions alimentaires liées à des risques d'allergies.**

Nous vous conseillons de garder une copie de ces documents.

Merci de bien vouloir vous assurer que vous avez bien fourni à l'inscription les premiers documents demandés sur notre site.

### **Le jour du départ à remettre à l'animateur (si transport) ou à votre arrivée sur le centre (si rendez-vous sur place) :**

- Argent de poche (voir chapitre plus haut),
- Si l'enfant à un traitement médical : original de l'ordonnance et médicaments en nombre suffisants,
- Si vous ne l'avez pas déjà transmis : photocopies de l'attestation à jour de la carte vitale, pour les plus de 16 ans joindre la carte vitale et / ou attestation de la CMU et copie de la carte de mutuelle.

**Nous attirons votre attention sur le caractère impératif des documents à fournir et le fait de nous remettre un dossier à jour et complet.**

Bon séjour avec Vacances Pour Tous !

**FICHE DU TROUSSEAU ETE**

Centre de vacances

**Participant** : NOM..... Prénom.....

**Séjour** : date ..... **Nom du séjour** : .....

CETTE FICHE, MISE DANS LA VALISE, PERMET DE DRESSER L'INVENTAIRE A L'ARRIVEE ET AU DEPART DU JEUNE.

L'énumération ci-dessous n'est qu'une indication que nous donnons aux familles. Le trousseau doit évidemment être constitué en fonction de l'âge de l'enfant, du lieu d'implantation du centre de vacances et des activités qui y seront pratiquées.

LISTE	NOMBRE			OBSERVATION
	FOURNI PAR LES PARENTS (*)	RELEVE A L'ARRIVEE	RELEVE AU DEPART	
<b>● VETEMENTS</b>				
3 pantalons				
3 polos				
1 paire de basket				
1 paire de vieilles baskets (en bon état mais pas neuves)				
1 paire de chaussures de randonnée ***				
1 paire de pantoufle				
1 chapeaux de soleil ou casquette				
3 shorts ou bermudas				
8 slips ou culottes				
8 tee-shirts				
1 maillots de bain				
2 tee-shirt manches longues thermique				
2 pyjamas				
8 paires de chaussettes				
1 K-way				
1 poncho pour la pluie				
2 ou 3 pull-over chauds ou polaires				
1 blouson				
1 sac à dos 30/40 litres				

\*\*\* Nous insistons particulièrement sur les chaussures de randonnée qui doivent être à tige haute afin de bien maintenir la cheville et le pied. Leur semelle doit comporter un bon crantage et être amortissante.

LISTE	NOMBRE		
	FOURNI PAR LES PARENTS (*)	RELEVE A L'ARRIVEE	RELEVE AU DEPART
<b>● POUR LA TOILETTE , L'HYGIENE, LA PROPRETE</b>			
3 serviettes de toilette			
3 gants de toilette			
2 serviettes de bain			
Savon, dentifrice, gel douche, shampoing			
Brosse à dents, peigne			
Crème solaire protectrice écran total ( indice 50)			
Mouchoirs en papiers (pochette) 6.			
<b>• DIVERS</b>			
<b>Duvet chaud</b>			
Matelas de sol			
Gourde 1 litre			
Lampe de poche ou frontale			
Lunettes du soleil			
Papier à lettres			
Enveloppes timbrées portant l'adresse des parents, grands-parents etc...			
SI L'ENFANT EST INCONTINENT, augmenter son trousseau en conséquence et <b><u>signaler ce fait au directeur par lettre jointe au dossier.</u></b>			
SI LA JEUNE FILLE EST REGLEE, prévoir des serviettes périodiques.			

**REMARQUES :**

- Les draps et les couvertures sont fournis dans le centre.
- Le trousseau doit être marqué au nom de l'enfant (marques portant le nom tissé en entier et cousues).

**Inventaire arrivée fait le ..... : par**

Inventaire départ fait le ..... : par

(\*) Colonne à compléter par les parents