



La Côte d'Azur à toute allure



12-14
ans

Les Issambres

La Côte d'Azur à toute allure

Référence : 074 022 001

Prêt pour des vacances cool et rythmées en bord de mer ?

On commence par prendre de la hauteur avec deux séances de via cordata dans le massif d'Esterel entre terre et mer. On enchaîne avec deux séances de paddle.

Retour à terre, on prend de la vitesse lors d'une séance de VTT dans le massif de l'Esterel.

Et pour finir on laisse le choix d'une dernière activité à définir sur le centre : Une séance de Paintball ou une séance d'escape Game ou alors une séance de Bubble Foot !

Sans oublier, les baignades dans la mer et la piscine du centre !

Les indispensables :

- Fiche de renseignements médicaux
- Fiche trousseau
- Test d'aisance aquatique



► Situation géographique

En fonction des dates, le séjour peut se dérouler dans le centre des "Myrtes" : Dans la baie des Issambres à 17 Km de ST RAPHAEL, le petit village est implanté au pied du massif des Maures. A l'ombre des orangers, des palmiers et des bougainvilliers, le centre des Myrtes est un paradis méditerranéen situé à 300 m de la mer.



► Cadre de vie (type d'hébergement/effectifs)

Centre les Myrtes : Situé à 300 m de la mer, le centre est constitué de deux bâtiments construits dans un parc ombragé de 1 ha, avec un terrain multisports, une aire de jeux, un minigolf. Il dispose d'une capacité d'accueil de 100 enfants.

Les enfants sont logés en chambres de 4 à 10 lits par tranche d'âge. Sanitaires à chaque étage. Salle d'activités et jeux adaptés à tout âge, salle à manger de plein air abritée. Le centre comporte une infirmerie, une lingerie. Piscine découverte au centre (12m x 8 m).

► **Via cordata (2 séances) :**

Entre via ferrata et escalade, la via Cordata du Dramont est un moyen original de prendre de la hauteur. Reliés en permanence à une ligne de vie, les jeunes s'élèvent progressivement au-dessus de la mer, réalisant des passages d'escalade faciles et des traversées.

L'activité est encadrée par des animateurs Brevet d'état.

► **Massif de l'Esterel en VTT (1 journée) :**

Les jeunes découvrent le massif en VTT sur une demi-journée en sillonnant les sentiers et les recoins de ce massif ainsi que de superbes points de vue le long des falaises, dominant une mer aux couleurs chatoyantes.

► **Stand up paddle (2 séances) :**

Les enfants s'initient au stand up paddle. Munis d'un gilet de sauvetage, d'une planche et d'une pagaie, ils apprendront avec l'aide des moniteurs à tenir l'équilibre, d'abord à genou puis ensuite à pied si leur niveau le permet, puis avanceront en pagayant et profiteront de la vue et la tranquillité qu'offre cette activité. Le départ se fait au port de St Raphaël à 3 km du centre à la base nautique. Nous accompagnons les enfants en bus ou minibus. L'activité est encadrée par des Brevets d'état de la base de voile de St Raphaël.

>> **INFOS : Test d'aisance aquatique obligatoire**

► **Les baignades (selon la météo) :**

Si le temps et les températures le permettent, Les enfants pourront se baigner dans la piscine du centre. Les baignades s'effectuent toujours sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant de baignade, BNSSA...). Un animateur pour 8 enfants est présent dans l'eau.

► **1 Activité au choix (à définir sur le centre) :**

Les enfants feront le choix de la dernière activité qui viendra boucler en beauté leur séjour, ils devront choisir entre Une séance de Paintball, une séance d'escape Game ou alors une séance de Bubble Foot !

► **Activités traditionnelles de colo :**

- Grands jeux (Poule, Renard, Vipère, le Mexicain, douaniers contrebandiers etc.).
- Activités manuelles (préparation des décors pour le spectacle de fin de séjour, fresques, etc.).
- Journées à thème (Olympiade, Halloween)
- Veillées (Boum, Fureur, match d'impro)

► **Vivre ensemble avec citoyenneté :**

L'apprentissage du vivre ensemble, de la vie en collectivité passe par le respect d'autrui, du matériel, des locaux. La participation aux tâches de la vie quotidienne, le partage, la solidarité sont des valeurs que nous défendons et que nous essayons de mettre en place sur la structure.

Le jeune doit être acteur de ses vacances et peut choisir des activités en fonction de ses envies à condition que celles-ci soient réalisables. L'équipe d'encadrement est présente pour l'aiguiller afin de lui faire découvrir un maximum de choses sur l'environnement qui l'entoure.

Nous souhaitons amener le jeune à devenir un citoyen en le responsabilisant, en ayant des débats, à donner son opinion tout en respectant celle des autres.

Nous nous réservons le droit d'annuler une activité si toutes les conditions de sécurité nécessaires à sa pratique ne sont pas pleinement remplies : météo, santé de l'enfant...

► L'équipe d'encadrement :

Un directeur, un adjoint par tranche d'âge, une assistante sanitaire, une équipe de cuisine et de service et un animateur pour 12 enfants en moyenne. Une personne diplômée chargée de l'activité piscine.

Les animateurs, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage.

► Le sommeil :

Le réveil est échelonné entre 7h00 et 9h00 afin de s'adapter au mieux au rythme de chacun. Le coucher s'effectue aux alentours de 21h30 après une veillée adaptée à l'âge et l'état de fatigue des enfants.

► La toilette :

La toilette est effectuée chaque matin. Chaque jour avant le dîner, les jeunes prennent une douche.

► L'alimentation :

Les repas, préparés par le cuisinier du centre, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières (12h15 le midi et 19h15 le soir). Le partage du repas est un moment convivial, d'écoute. C'est un temps éducatif durant lequel les animateurs veillent à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement à la mise de tables, au débarrassage, au nettoyage des tables...

Les régimes alimentaires médicaux sont respectés. Les convictions religieuses et philosophiques le sont également, si elles n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective.

► Linge :

Le linge n'est pas lavé durant le séjour. Malgré l'attention qu'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de lavage (linge déteint, abîmé). Il est préférable de choisir des vêtements pratiques, pas trop délicats, ayant déjà servi, plutôt que des vêtements neufs. Afin de réduire les risques de perte, il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant.

Pour avoir des nouvelles de votre enfant :

Courrier : Nous incitons les enfants à vous envoyer une lettre après leur arrivée. Les animateurs les aident à écrire. N'oubliez pas de glisser dans la valise des enveloppes timbrées à votre adresse. Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Nous vous conseillons de privilégier le courrier pour correspondre.

Téléphone : Si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites le entre 19h et 20h en vous armant de patience car les lignes sont souvent occupées.

Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'apporte durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement.

Internet : Des nouvelles sont données sur le blog du séjour, et souvent même quelques photos. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours. Les codes d'accès sont transmis dans la convocation de départ. L'équipe du centre va faire le maximum pour le mettre à jour le plus souvent possible mais ne soyez pas déçus ni frustrés si les nouvelles sont parfois irrégulières ou si votre enfant n'est pas en photo. Cela est souvent signe de vacances riches et actives pour vos enfants !

ATTENTION ! Si le comportement de votre enfant était de nature à nuire à sa sécurité ou à celle de vos camarades, ou encore à compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun d'entre-vous, une décision de renvoi pourrait être prise à votre encontre, frais de retour à votre charge...

PREPARER VOTRE SEJOUR

► **Argent de poche**

Une somme de 10 € est suffisante. Vous la remettez à un animateur responsable au moment du départ en utilisant l'enveloppe « argent de poche ». L'argent est gardé au bureau et les enfants peuvent l'utiliser à la boutique du centre (bonbons, glaces, cartes postales, timbres, souvenirs).

► **Santé**

Veillez remplir avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE que vous recevrez avec la confirmation d'inscription en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques. Le suivi médical est assuré par un adulte qualifié qui se charge des soins médicaux légers ou de l'application des traitements en cours.

Si votre enfant est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis.

Si votre enfant a un traitement en cours lors de son séjour, **il est impératif de joindre l'ordonnance aux médicaments** que vous donnez au responsable à l'arrivée au centre ou à l'animateur présent au départ. Les éventuels frais médicaux sont avancés par le centre, les ordonnances sont ensuite adressées aux familles contre remboursement (sauf si vous nous avez fourni une attestation CMU en cours de validité).

Il est essentiel de nous informer, lors de l'inscription, de tout problème particulier important concernant la santé de votre enfant.

► Objets de valeur

Ils sont déconseillés (vêtements de marque, téléphone portable, console de jeu, bijoux, appareil photo numérique...) et restent sous la responsabilité de l'enfant. Aucun remboursement ne sera effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.

TRANSPORTS

Voyage en train jusqu'à St Raphael. Transfert en car de la gare au centre. Le voyage s'effectue de jour. Une convocation regroupant toutes les informations vous sera transmise 10 jours avant le départ.

ASSURANCE

Tous les enfants participant à nos séjours sont assurés en responsabilité civile et individuelle accident. Nous vous rappelons que les pertes d'objets, les vols, les bijoux, les espèces ne sont pas garantis par l'assurance. En cas d'accident corporel, l'assurance intervient en complément des remboursements de la sécurité sociale et de votre mutuelle, sur présentation des bordereaux de remboursement accompagnés de la référence du sinistre qui vous sera communiquée par nos services.

Documents à remettre le jour du départ

- La fiche de renseignements médicaux complétée et signée
- La fiche trousseau (à mettre dans la valise)
- Certificat médical à la contre-indication à la plongée et autorisation parentale obligatoires
- L'enveloppe contenant l'argent de poche, sur laquelle vous aurez écrit le nom et prénom de votre enfant et la somme contenue dans l'enveloppe
- Tout autre document que vous jugerez utile de transmettre à la direction du séjour.

Bon séjour avec UFOVAL 74 - Vacances Pour Tous !

FICHE TROUSSEAU

Les Myrtes PRINTEMPS

Nom et Prénom de l'enfant :

Chaque pièce du trousseau doit être marquée au nom et prénom de l'enfant à l'aide de bandes tissées et cousues	CONSEILLE	DANS LA VALISE	SUR SOI	INVENTAIRE DE L'ANIMATEUR A L'ARRIVEE	INVENTAIRE DE L'ANIMATEUR AU DEPART
VALISE OU SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE OU BOB	1				
TEE-SHIRTS, POLOS	8				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
PULL OU SWEAT dont 2 chauds	3				
BLOUSON	1				
PANTALON	2				
ROBE OU JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES OU CALECONS	8				
MAILLOT DE BAIN	1				
BONNET DE BAIN (obligatoire)	1				
SERVIETTE DE BAIN	1				
PAIRES DE CHAUSSETTES	8				
PYJAMAS (plus en cas d'énurésie)	2				
PETIT SAC A DOS (pour la balade)	1				
BASKETS	1				
SERVIETTE DE TABLE	2				
SAC A LINGE SALE (un sac plastique suffit)	1				
SERVIETTE DE TOILETTE	2				
GANT DE TOILETTE	2				
TROUSSE DE TOILETTE: gel douche ou savon avec étui, shampoing, brosse ou peigne, brosse à dents, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
NECESSAIRE COURRIER: bloc, enveloppes, timbres, stylo					

Coordonnées du centre :
 Centre UFOVAL 74 « Les Myrtes »
 Corniche Romaine
 83380 LES ISSAMBRES
 Tél : 04.94.96.92.30

TEST D'AISSANCE AQUATIQUE

Séjour : Les Myrtes

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

- Destination grande bleue

.....

A REMPLIR PAR LE MAITRE NAGEUR

Attestation de réussite au test d'aisance aquatique préalable à la pratique des activités aquatiques et nautiques (canoë-kayak et disciplines associées, descente de canyon, ski nautique, nage en eau vive, surf, glisse aérotractée nautique, voile) en Accueils Collectifs de Mineurs.

Suivant l'arrêté du 25 avril 2012 fixant les modalités d'encadrement et les conditions d'organisation et de pratiques de certaines activités physiques en ACM.

L'attestation peut être délivrée par une personne titulaire des diplômes suivants : Brevet National de Sécurité Aquatique (BNSSA), Diplôme d'Etat de maître nageur sauveteur (DE de MNS), Brevet d'Etat d'Educateur Sportif des Activités de la Natation (BEESAN), Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et de Sport des activités aquatiques et de la Natation (BPJEPS AAN), ou tout autre BEES ou BPJEPS des spécialités nautiques considérées.

Ce document atteste l'aptitude du mineur à : effectuer un saut dans l'eau, réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes, réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes, nager sur le ventre sur 20 mètres, franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant. **Le parcours peut être effectué avec une brassière de sécurité.**

Je soussigné(e)

Titulaire du diplôme :

.....

Date de délivrance du diplôme:

..... Certifie que l'enfant

.....

Né(e) le / /

A passé avec succès les épreuves demandées.

Fait à le Cachet et signature :