



14/17  
ans

Le secteur vacances de

la **ligue** de  
l'**enseignement**

un avenir par l'éducation populaire

Les indispensables :

- Pièce d'identité
- Autorisation de sortie de territoire
- Carte Européenne assurance maladie

## Amsterdam

À Vélo ou sur les canaux !

Ref : 074080001

Bienvenue dans la « Venise du nord », une fois sur place, on n'aura que l'embarras du choix pour occuper ses journées :

se balader le long des canaux du centre-ville, à pied ou comme tous les habitants, à vélo, permet de savourer tranquillement le charme de la ville.

Au rayon visites culturelles, c'est là encore l'abondance, mais les priorités se portent généralement sur les institutions que sont le Rijksmuseum, le musée Van Gogh, ou la maison de Rembrandt pour les amateurs d'art, la maison d'Anne Frank, la place du Dam pour son architecture, avec notamment le Palais Royal. Pour voir un peu de nature entre deux visites de musées, direction le grand Vondelpark, et pour un festival de couleur, le marché aux fleurs d'Amsterdam est immanquable. On finira notre séjour par la découverte d'Amsterdam aux couleurs du graffiti urbain à vélo.



## TRANSPORT

Des pré - acheminements pour rejoindre le lieu de rassemblement s'effectuent en car, en train ou en véhicule UFOVAL depuis votre ville de départ.

Le voyage se fait en train jusqu'à Amsterdam

## SITE

### ► Situation géographique

**Amsterdam** est la capitale des Pays-Bas. Plus grande ville du pays et de la province de Hollande-Septentrionale, elle fait partie d'une conurbation appelée Randstad Holland qui compte plus de sept millions d'habitants.

### ► L' hébergement

L'hébergement se fait en auberge de jeunesse.

### ► Le transport

Les déplacements se font en bus, en métro voir à vélo, jusqu'aux lieux de visites. Nous utiliserons aussi beaucoup nos pieds, d'où la nécessité de se munir de bonnes chaussures de marche sinon gare aux ampoules !

### ► Matériel

Sac à dos ou valise personnel, il n'y a pas besoin de duvet.



## ACTIVITES



Durant notre séjour, nous nous installons à Amsterdam pour 7 jours. Pour nous déplacer, nous utilisons les transports en commun mais surtout nos pieds !

Le premier jour, nous commençons par nous installer à l'auberge et poser toutes nos affaires avant de partir visiter les lieux plus légers... Nous prenons les transports locaux quand cela est nécessaire mais c'est à pied que la ville se découvre le mieux alors gare aux ampoules et au mal de pied si tu n'es pas bien chaussé(e) !

Le contenu des journées est varié, équilibré entre culture et loisirs, marche et détente pour que chacun y trouve son compte. Nous attendons tes idées et tes envies pour concrétiser le programme et faire que chacun passe un séjour inoubliable. Mais attention, on est là avant tout pour partir à la découverte d'une terre lointaine, pas question de passer une semaine assis en terrasse ! Alors ouvre grand les yeux, tends l'oreille et ouvre les bras pour embrasser cette belle culture...

### Balade sur les canaux

Sous le soleil ou la pluie, ils font le charme d'Amsterdam. Se déployant en demi-lune autour du centre-ville, ils sont bordés de superbes demeures, édifiées pour la plupart aux XVIIe et XVIIIe siècles. Baroque, Renaissance, néoclassique ou Art nouveau, la diversité des styles règne, pour le plus grand plaisir des yeux ! Sur Prinsengracht 267, se trouve la maison d'Anne Frank.



### Rijksmuseum

Le Rijksmuseum, communément appelé Rijks, est le plus grand et le plus important musée des Pays-Bas. Situé entre la Stadhouderskade et la Museumplein, qui est la « Place des Musées », le Rijks voit le jour en 1800.

Les collections du Rijksmuseum retracent l'histoire des Pays-Bas et offrent un riche panorama de l'art hollandais, du Moyen Âge à nos jours. Ne manquez pas d'admirer ses plus grands chefs-d'œuvre que sont notamment La Laitière de Vermeer, l'Autoportrait au chapeau de feutre gris de Van Gogh et l'illustre Ronde de nuit de Rembrandt. Promenez-vous dans la Galerie d'honneur qui rassemble les œuvres plus représentatives de Frans Hals, Jan Steen, Vermeer et

Rembrandt. Découvrez aussi une somptueuse collection de faïences de Delft constituée de services à thé, vases et autres précieux ustensiles, et l'impressionnante Bibliothèque Cuypers, la plus grande et la plus ancienne bibliothèque d'histoire de l'art des Pays-Bas.

## La maison d'Anne Frank

La Maison d'Anne Frank (*Anne Frank Huis*), c'est un musée qui raconte une histoire. Cette maison du centre d'Amsterdam cacha la jeune Anne Frank, qui tint le journal désormais célèbre de sa vie durant la Seconde Guerre mondiale.

Anne Frank était une jeune fille ordinaire qui vécut des événements exceptionnels. Pendant plus de deux années, elle consigna son quotidien clandestin dans son journal.

Le journal original tenu par Anne, ainsi que les autres carnets de l'adolescente, font partie de l'exposition permanente de la Maison d'Anne Frank. La collection du musée et les expositions temporaires abordent les thèmes de la persécution des Juifs pendant la guerre, le fascisme aujourd'hui, le racisme et l'anti-sémitisme.

## Vondelpark



Le Vondelpark est le plus grand et le plus célèbre parc municipal d'Amsterdam et attire 10 millions de visiteurs par an. Le site luxuriant de 45 hectares comprend un théâtre en plein air très connu, plusieurs aires de jeux pour les enfants et de nombreux bars et restaurants. À chaque saison, ce parc propose des activités pour tous les âges et tout public. Il n'est donc pas étonnant que le Vondelpark soit un endroit aimé par les touristes et les habitants de la ville.

## Amsterdam aux couleurs du graffiti urbain à vélo

la ville a de tout temps inspirés les artistes du monde entier, parmi ceux-là, des artistes de street-art viennent régulièrement fouler les rues d'Amsterdam pour y déposer leurs œuvres, qu'elles soient éphémères ou permanentes.

Avec nos vélos nous pourront explorer le profil urbain de la ville. Graffiti, pochoirs, mosaïques ou encore sculptures !!! Nous partirons à la découverte des principales œuvres de street-art et les artistes qui se cachent derrière celles-ci.



## ORGANISATION DU SEJOUR

### ► L'équipe d'encadrement

1 adulte pour 6 à 8 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 18 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur et une personne en charge de l'assistance sanitaire.

### ► L'alimentation

Le petit-déjeuner est pris à l'auberge avant de débiter nos journées de découvertes. Nous pique-niquons de sandwiches et de salades pour le déjeuner afin de faciliter le temps de déplacement et de visites. Les dîners sont pris à l'auberge ou à l'extérieur. Ce sont des repas chauds préparés par l'équipe de cuisine sur place. Nous découvrons la nourriture locale et apprécions les multiples spécialités du pays. Chacun d'entre nous doit s'impliquer activement et participer à tour de rôle aux tâches collectives avec l'aide des adultes (courses, préparation des pique-niques, vaisselle...).

La vie collective lors d'un séjour à l'étranger rend difficile l'adaptation constante aux choix alimentaires de chacun. Nous garantissons cependant le respect des régimes alimentaires médicaux des participants concernés.

### ► Déroulement de la journée

Les activités, les visites et l'organisation de la vie quotidienne sont réfléchies et anticipées par l'équipe. Durant le séjour, le rythme de vie est adapté aux envies et à l'état de fatigue de chacun, dans la mesure du possible. Chaque jour, des groupes sont faits pour permettre aux jeunes de choisir, de répondre le plus possible à leurs attentes.

### ► Le réveil

Il se fera en fonction de l'état de fatigue des jeunes. Il est important de gérer au mieux son sommeil afin de profiter un maximum des visites. Le départ de la journée se fera entre 9h00 et 10h30.

### ► Le coucher

Un jeune a besoin d'au moins 8h de sommeil donc le coucher se fera vers 22h/22h30, selon l'état de fatigue des jeunes. De plus le rythme d'un séjour itinérant est intense et les journées bien remplies alors la fatigue l'emporte souvent sur l'envie de faire durer la soirée ...

### ► La toilette

Un brin de toilette est effectué chaque matin. Chaque soir, les jeunes prennent une douche bien appréciée.

### ► Le linge

Il ne sera pas lavé pendant le séjour, sauf cas particulier.

### ► Pour avoir des nouvelles de votre enfant

**Téléphone** : Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. De plus, les frais supplémentaires inhérents aux communications passées et reçues à l'étranger peuvent être très élevés ! Si toutefois le jeune le garde durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement.

**Internet** : Des nouvelles sont données sur le blog du séjour, et parfois même quelques photos. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site [www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours](http://www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours). Les codes d'accès sont transmis dans la convocation de départ. L'équipe d'encadrement 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. Cela est souvent signe de vacances riches et actives pour vos enfants!

#### ► Rappel réglementaire

Même à l'étranger, nous appliquerons la loi française en vigueur :

La loi française interdit la consommation d'alcool aux mineurs.

La possession et la consommation de drogue constituent un délit.

La consommation de tabac est quant à elle strictement interdite aux jeunes de moins de 16 ans.

D'une manière générale, tout comportement de nature à nuire à votre sécurité ou à celle de vos camarades, ou pouvant compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun, pourra donner lieu à une décision de renvoi. Frais de retour à la charge des familles ...

#### ► Informations avant le séjour

Il est important de se renseigner sur le pays afin de bien préparer ton voyage. Vous trouverez de nombreuses informations dans les ouvrages en bibliothèque, dans les guides de voyage ou sur les sites internet.

*L'équipe du séjour prendra contact avec le jeune et la famille avant le séjour.*

## INFORMATIONS POUR PREPARER VOTRE SEJOUR

#### ► Argent de poche

Chaque jeune est responsable de son argent. **Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante**, 30 à 50 euros pour l'ensemble du séjour sont largement suffisants.

#### ► Santé

**Il est très important de remplir sérieusement et sans omission la fiche sanitaire** en nous indiquant par exemple les allergies, les problèmes de santé particuliers ou le régime alimentaire médical. L'assistante sanitaire veillera à l'hygiène ainsi qu'au suivi des traitements médicaux (**accompagnés obligatoirement d'une ordonnance !**). Si un jeune est malade, le directeur téléphonera à la famille et n'hésitera pas à consulter un médecin.

Ce séjour ne nécessite pas une condition physique particulière, toutefois, il faut être capable de porter son sac, marcher durant un petit moment, supporter les conditions météorologiques diverses...

#### ► Objet de valeur

Les objets de valeurs tels que le téléphone portable, lecteur MP3, appareil photo numérique, vêtements de marque... sont **déconseillés pendant le séjour**. Ils resteront sous l'entière responsabilité de votre enfant s'il décidait toutefois de les amener (aucun remboursement en cas de dégradation, vol, perte...).

Comme dans beaucoup de pays où l'affluence touristique est importante, les transports en communs et les centres-villes bondés facilitent la perte et le vol d'objets. La vigilance de chacun est impérative.

## ► Assurance

Notre association souscrit une assurance dite « centres de vacances » pour tous les enfants et les jeunes qui sont inscrits dans les séjours qu'elle organise.

Cette assurance couvre : les frais de soins en complément des régimes légaux, le rapatriement en cas d'accident ou de maladie ne pouvant être traité sur place, certains biens si le sinistre est accidentel (par exemple vol caractérisé). Pour autant, les parents demeurent responsables des actes commis par leurs enfants au titre de l'autorité parentale, c'est pourquoi nous vous conseillons de souscrire un contrat d'assurance individuelle accident et responsabilité civile.

## DOCUMENTS ET INFORMATIONS INDISPENSABLES



### Documents originaux à remettre le jour du départ :

- Pièce d'identité personnelle en cours de validité
- Autorisation de sortie de territoire CERFA N°15646\*01 + copie de la carte d'identité du signataire + une copie du livret de famille dans le cas où l'enfant ne porte pas le même nom de famille que le parent signataire
- Carte européenne d'assurance maladie
- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Médicaments + ordonnance (en cas de traitement médical à suivre)

### Attention il faut impérativement envoyer avant le 01/04/24 :

- Photocopie de la pièce d'identité du jeune en cours de validité.
- Photocopie de l'autorisation de sortie de territoire CERFA N°15646\*01 + photocopie de la carte d'identité du signataire + photocopie du livret de famille dans le cas où l'enfant ne porte pas le même nom de famille que le parent signataire

Par e-mail à [doc.sejourufoval@fol74.org](mailto:doc.sejourufoval@fol74.org)

Ou

Par courrier à l'adresse UFOVAL 74

3 avenue de la Plaine –

BP 340 - 74008 ANNECY

## FICHE TROUSSEAU

Nom et Prénom de l'enfant : .....

Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom du jeune, à l'aide de bandes tissées et cousues.				Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
TEE –SHIRT, POLOS	5				
PULL ou SWEET chaud	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDAS ou PANTACOURT	2				
PANTALON	2				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	5				
PAIRES DE CHAUSSETTES	5				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	1				
PETIT SAC A DOS pour la balade	1				
BASKETS ou CHAUSSURE DE MARCHE	1				
TROUSSE DE TOILETTE : Gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier	1				

- ◆ *Penser aux serviettes microfibrés : gain de place et séchage rapide !*
- ◆ *Conditionner les liquides (gel douche, shampoing...) dans des flacons à bouchon, dans un sac à congélation pour éviter les fuites...*

