



# Annecy Element!



15-17  
ans

## Annecy Element

Lac d'Annecy

### Les indispensables :

Ref :074088001

- Pass'nautique
- Certificat médical de non contre-indication à la pratique du parapente + autorisation parentale signée
- Fiche sanitaire complétée et signée

Tu as envie d'aventures et de passer un été au bord du Lac d'Annecy en camping? Alors ce séjour est fait pour toi!

Cette semaine sera rythmée par : 1 baptême en parapente, 1 séance de via ferrata, 1 séance de kayak sur le lac d'Annecy, 1 séance de canyoning et 1 randonnée avec bivouac.

Des animations dans un cadre favorisant l'autonomie seront proposées, le but de ce séjour étant de responsabiliser les jeunes et de permettre des temps d'échange et de partage.



## ACTIVITES

**Via ferrata** : venez découvrir la via ferrata, une activité ludique qui permet d'appréhender le vide. Nul besoin d'avoir de l'entraînement et de grandes connaissances dans le milieu montagnard pour pouvoir profiter des parcours équipés destinés à faciliter la progression et optimiser votre sécurité. Vous évoluerez ainsi à votre rythme, sur une activité intermédiaire entre randonnée et escalade, en empruntant ces circuits conçus pour vous faire vivre des sensations fortes et innovantes !

*Activité encadrée par un moniteur breveté d'état*

**Bivouac et randonnée** à Champlaitier en passant par le Pas du Roc : vous aurez l'occasion d'être immergé en pleine nature et de profiter des cascades dans les rocheuses. Randonnée d'une journée, avec un peu de chance vous allez pouvoir admirer les bouquetins !

*Activité encadrée par un accompagnateur en moyenne montagne*

**Canyoning** \* : descente des cascades d'eaux vives avec du matériel spécifique, en bénéficiant de la compétence d'un guide diplômé d'Etat. Sauts, rappels, glissades vont rythmer le parcours. Accessible à tout public sachant nager.

*Activité encadrée par un moniteur breveté d'état*

**\*Obligatoire : Pass'nautique**

**Kayak** \* : pour rester dans l'élément aquatique, vous aurez la chance de faire du kayak sur la base nautique de Sévrier au lac d'Annecy.

*Activité encadrée par un moniteur breveté d'état*

**\*Obligatoire : Pass'nautique**

**Baptême de parapente**\*\* : pour finir ce séjour en beauté, découvrez les sensations uniques du vol accessible à tous, avec un moniteur diplômé d'Etat qualifié biplace. En parapente, aucune sensation de chute verticale, on plane comme un oiseau. Il vous suffit de marcher quelques pas pour gonfler la voile et ensuite, courir à peine une dizaine de mètres pour ressentir et obtenir l'instant magique de l'envol. Avec votre moniteur, vous évoluerez au-dessus du col de la Forclaz et du lac d'Annecy en parapente. Vous aurez l'occasion d'admirer les paysages de montagne, la Haute-Savoie en vue panoramique dans le ciel, et de garder un souvenir de ce baptême inoubliable avec la vidéo de votre vol...

*Activité encadrée par un moniteur breveté d'état*

**\*\*Obligatoires : certificat médical de non contre-indication à la pratique du parapente + autorisation parentale signée**





Au bord du lac d'Annecy, le camping « les Champs Fleuris » est idéalement situé de par sa proximité avec les activités extérieures, proche de la ville d'Annecy, de la plage et de toutes commodités. A 2 minutes à pied du camping, un city stade et une zone de baignade sont accessibles et à disposition de tous.

Il s'agit d'un camping convivial et chaleureux, ce qui permettra de passer un séjour des plus agréables. Un cadre idyllique, avec sa vue imprenable sur le lac ainsi que toutes les chaînes de montagnes alentours.

### ► L'hébergement

L'hébergement se fait en camping et bivouac, dans des tentes non mixtes et à proximité de l'équipe d'encadrement.

### ► Le transport

Les déplacements se feront à pied et en minibus.

## ORGANISATION DU SEJOUR

### ► L'équipe d'encadrement :

1 adulte pour 8 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 15 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un.e directeur.trice qui fait office d'assistance sanitaire.

### ► L'alimentation :

Les repas, préparés par les jeunes dans le camping, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. Le partage du repas est un moment convivial, d'écoute et d'échange entre les personnes. 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 des tables, au débarrassage, au nettoyage... 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.

### ► Déroulement de la journée :

Les activités 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.

### ► Le réveil :

Il est échelonné sur un temps défini afin de s'adapter au mieux au rythme de chacun, mais il peut parfois être programmé tôt le matin si une activité ou sortie l'impose. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt !

### ► 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 sportif 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. Dans les campings, les sanitaires sont parfois assez rudimentaires, ce n'est donc pas toujours possible de brancher des appareils électriques, de prendre ses aises ou d'avoir de l'eau chaude à chaque fois !

### ► Le linge :

Les jeunes auront la possibilité de laver leur linge soit à la main, soit dans des laveries automatiques. 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.

### ► Rappel réglementaire :

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 ...

## TRANSPORT

Des préacheminements pour rejoindre le lieu de rassemblement s'effectuent en car, en train ou en véhicule UFOVAL depuis votre ville de départ jusqu'à Annecy.

## RELATION PARENTS/JEUNES

**Téléphone** : le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. 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). L'identifiant et le mot de passe vous seront communiqués sur la convocation de départ.

***En cas d'urgence**, les parents peuvent contacter l'UFOVAL 74 qui reste en liaison régulière avec le directeur.*

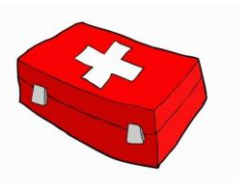
## INFORMATIONS POUR PREPARER VOTRE SEJOUR

### ► Argent de poche :

Chaque jeune est responsable de son argent. **Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante**, 30 à 40 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, dormir sous tente, marcher durant un petit moment, supporter les conditions météorologiques diverses...

**Lors de l'inscription, il est primordial de nous informer de tout problème important concernant la santé de votre enfant !**

### ► Objets de valeur :

Les objets de valeur tels que le téléphone portable, appareil photo numérique, vêtements de marque, etc... sont **fortement déconseillés pendant le séjour**. Ils resteront sous l'entière responsabilité de votre enfant s'il décidait toutefois de les amener. **Aucun remboursement ne sera effectué en cas de casse, perte ou vol.**



► 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. 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

- Fiche de renseignements médicaux complétée et signée + photocopie carte vitale
- Médicaments + ordonnance médicale (le cas échéant)
- L'enveloppe contenant l'argent de poche, sur laquelle vous aurez écrit le nom et le prénom de votre enfant ainsi que la somme contenue dans l'enveloppe.
- La fiche trousseau.
- Le Pass'nautique.
- Le certificat médical de non contre-indication à la pratique du parapente + autorisation parentale signée.
- Tout autre document que vous jugerez utile de remettre à l'équipe de direction du séjour

# 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.	Conseillé	Dans la valise	Sur soi	Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
TEE –SHIRT, POLO	6				
PULL ou SWEET chaud	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	2				
PANTALON	2				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	6				
PAIRES DE CHAUSSETTES	6				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	1				
MAILLOT DE BAIN	1				
SERVIETTE DE PLAGE	1				
PETIT SAC A DOS pour la balade	1				
NU-PIEDS	1				
BASKETS ou CHAUSSURES DE MARCHÉ	1				
SERVIETTE DE TOILETTE	1				
TROUSSE DE TOILETTE : gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
AUTRES					

- Pensez aux serviettes microfibrés : gain de place et séchage rapide !
- Amenez des vêtements solides, se lavant facilement, ne déteignant pas (pas de vêtements neufs, de marque ou de valeur).
- Conditionnez les vêtements dans des sacs plastiques dans la valise, imparable pour les protéger de l'humidité!
- Conditionnez les liquides (gel douche, shampoing...) dans des flacons à bouchon, dans un sac à congélation pour éviter les fuites...

**ATTESTATION DU « PASS-NAUTIQUE »**  
**PRÉALABLE A LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES**  
**DANS LES ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS**

(Accueils relevant des articles L. 227-4 et R. 227-1 du code de l'action sociale et des familles)

*Références : Code de l'action sociale et des familles : article R. 227-13 et à l'arrêté du 25 avril 2012 ; Circulaire du 30 mai 2012 (Fiche n°3) ; Code du sport : A322-3 (1-2-3)*

Le test « Pass-Nautique » prévu à l'article 3 de l'arrêté du 25 avril 2012 a pour objet de vérifier l'aisance aquatique d'un mineur avant de participer à une activité des activités suivantes :

- canoë, kayak et activités assimilées ;
- radeau et activités de navigation assimilées ;
- certaines activités de voile.

La réussite au même test est requise mais la capacité à nager est obligatoirement vérifiée (**test est réalisé sans brassière de sécurité**), pour les activités suivantes :

- canoë, kayak et activités assimilées : activité de perfectionnement du canoë, du kayak, du raft et de la navigation à l'aide de toute autre embarcation propulsée à la pagaie (fiche 3.2) ;
- canyonisme (fiche 4) ;
- nage en eau vive (fiches 10.1 et 10.2) ;
- surf (fiche 18) ;
- navigation à la voile au-delà de 2 milles nautiques d'un abri (fiche 20.3) ;
- navigation dans le cadre du scoutisme marin (fiche 20.4) ;
- vol libre : activités de glisse aérotractée nautique (fiche 21.4).

Pour les activités de découverte du canoë, du kayak, du raft et d'autres embarcations propulsées à la pagaie (fiche 3.1), ainsi que pour la navigation diurne en planche à voile, dériveur léger et multicoque léger ou autre embarcation à moins de 2 milles nautiques d'un abri (fiches 20.1 et 20.2), le test peut être réalisé avec brassière de sécurité.

**Date du test :**

**Nom et prénom du mineur :**

**Aptitudes vérifiées et acquises** (mettre une croix dans les cases correspondantes)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Effectuer un saut dans l'eau   | <input type="checkbox"/> |
| Réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes                        | <input type="checkbox"/> |
| Réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes                       | <input type="checkbox"/> |
| Nager sur le ventre pendant 25 mètres  | <input type="checkbox"/> |
| Franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant | <input type="checkbox"/> |

**Test réalisé :**                       **avec brassière**                       **sans brassière**

**Résultat du test :**                       **satisfaisant**                       **non satisfaisant**

**Personne ayant fait passer le test :**

Nom et prénom :

Qualification (voir informations au verso) :

Etablissement d'appartenance :

N° de carte professionnelle d'éducateur sportif (sauf BNSSA) :

Signature :



Autorisation parentale

Séjour : Annecy Element

15/17 ans

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

.....

Date du séjour : Du ..... Au .....

A REMPLIR PAR LA FAMILLE

Je soussigné(e) M. ou Mme .....

Responsable de l'enfant .....

L'autorise à participer à l'activité parapente durant le séjour.

Fait à ..... le.....

Signature