

LISBONNE



LISBONNE
Portugal

LISBONNE

14-17 ans

BEM-VENIDO A LISBOA!

Bienvenue à Lisbonne ! « **Lisa** », comme l'appellent ses habitants, est d'une beauté peu conventionnelle avec ses maisons couleur pastel balafrées de tags, intense et dynamique qui font penser à La Havane. Mais aussi ses eaux bleues, ses tramways et son pont qui évoquent San Francisco, ses boutiques chics et ses docks réhabilités qui rappellent Londres, tandis que le quartier de l'Alfama arbore un air de médina nord-africaine. Ce séjour culturel sera riche en découvertes, teinté de soleil et de rencontres inoubliables.

Programme prévisionnel

Jour 1 : Transfert France-Portugal en avion.

Jour 2 : Parc des Nations ; Océanarium

Jour 3 : Quartier SANTOS (musée des arts antiques ; palais Sao Bento ; jardins de l'Estrela) et Quartier BAIRRO (funiculaire de bica ; belvédère Sao Pedro)

Jour 4 : Visite Estadio Da Luz (Benfica) + AM Plage et détente ; shopping

Jour 5 : Quartier ALFAMA : tramway 28, belvédère de Santa Lucia, l'âme de Lisboa ; quartier GRACA ; **excursion à Belém à 6km de Lisboa**

Jour 6 : Matinée plage + loisirs - retour Portugal France par avion

CADRE DE VIE, ÉTAT D'ESPRIT

Les jeunes sont hébergés en Auberge de Jeunesse en demi-pension (dîner + petit déjeuner). Le repas du midi est pris sur les lieux de visite. Chaque participant participe activement à son élaboration : menus, courses alimentaires...

Les jeunes sont encadrés par des professionnels de l'animation durant l'ensemble du séjour. Nous utiliserons pour les trajets quotidiens les transports en commun : tramways, bus, vélo. Ceci afin de s'imprégner du rythme de la vie locale et de son histoire.

LES INDISPENSABLES :

Carte d'identité ou passeport en cours de validité

Autorisation de sortie du territoire



Rythme de la Journée

- Réveil échelonné
- Petit-déjeuner
- Le temps des activités et visites
- Déjeuner (pique-nique)
- Quartier libre encadré ou temps calme
- Le temps des activités et visites
- Goûter
- Douches et temps libre
- Le temps du courrier, discussions et jeux libres
- Dîner
- Veillée collective
- Coucher adapté à l'âge

Vie quotidienne

Rythme de vie : Le réveil est individualisé sauf en cas d'activité ou de sortie matinale. Le coucher, également est individualisé, il s'effectue toujours à des heures raisonnables après une veillée. Les activités dynamiques et calmes sont alternées en fonction des moments de la journée et des conditions climatiques; elles sont adaptées au rythme de vie des jeunes.

Repas : Nous avons le souci de proposer des repas équilibrés, pris à des heures régulières. Nous veillons à ce que les jeunes mangent de tout et suffisamment. Nous prendrons en considération les régimes alimentaires et médicaux signalés avant le départ. Notre association applique le principe de laïcité en respectant les convictions religieuses si elles n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective.

Hygiène : la douche et la toilette sont effectuées chaque jour.

Santé

Nous demandons aux parents de remplir avec attention et sans omission la FICHE DE RENSEIGNEMENTS SANITAIRES en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques. Si l'enfant a un traitement en cours lors de son séjour, il est impératif de donner l'ordonnance du médecin, au moment du départ, au responsable du convoi. Le suivi médical est assuré par un.e assistant.e sanitaire qui se charge des soins médicaux légers ou de l'application des traitements en cours. Si l'enfant tombe malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis. Tous les éventuels frais médicaux sont avancés par la Ligue de l'enseignement, les ordonnances sont ensuite adressées aux familles contre remboursement. Si elles bénéficient de la CMU, elles doivent fournir dès l'inscription, les imprimés nécessaires à jour : attestation CMU et attestation d'assurance maladie.

Relation parents / enfant

Téléphone : Les téléphones portables sont acceptés. Ils sont sous la responsabilité des jeunes. L'équipe d'animation sensibilisera le groupe à posera des règles concernant leur utilisation de façon à ce qu'ils profitent pleinement de leur séjour.

Internet : des nouvelles sont données sur le blog du séjour. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site <https://blogs.laligue38.org/> puis saisir les codes d'accès fournis dans la convocation de départ. et de sélectionner la catégorie « A l'étranger » puis la destination concernée.

Objets de valeur

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

Argent de poche

Les parents pourront remettre l'argent de poche à un animateur au moment du départ. L'enfant pourra récupérer son argent dès qu'il le souhaite. Le jeune peut également le conserver avec lui. Dans ce cas, la Ligue de l'Enseignement de l'Isère ne pourra en aucun cas être tenue pour responsable en cas de perte ou vol. Le séjour étant « tout compris », les sommes importantes sont déconseillées.

Pratiques addictives : tabac, alcool, drogues

La loi Française interdit la consommation d'alcool aux mineurs et la consommation de tabac dans les lieux publics et spécialement dans les centres de vacances. La loi interdit également la consommation de drogues et de produits stupéfiants. Si elle n'était pas respectée, nous avons obligation légale de déclarer ces infractions au procureur de la République.

- MEMO -

Documents à prévoir le jour du départ :

- La pièce d'identité
- L'autorisation de sortie du territoire
- La fiche sanitaire, les médicaments et l'ordonnance
- L'argent de poche (facultatif)

Trousseau type 1 semaine

Nom de l'enfant :

Animateur :

Nombre	Linge	Départ famille	Arrivée centre	Départ centre	Observations
	LINGE DE CORPS				
6	tee-shirts				
1	chemise ou polo				
6	slips ou culottes				
6	paires de chaussettes				
	VETEMENTS DE JOUR				
2	pantalons				
1 + 2	Polaire ou sweat-shirts				
1	survêtement				
1	jupe ou robe				
1	k-way et vêtement chaud				
	CHAUSSURES				
1	paire de baskets				
1	paire de tongs (pour la douche)				
	POUR LA TOILETTE				
1 ou 2	serviette de toilette				
1	gant de toilette (optionnel)				
1	trousse de toilette complète (dentifrice, brosse à dents, shampoing, gel douche, peigne...)				
	POUR LA NUIT				
2	pyjamas ou chemises de nuit				
	DIVERS				
1	chapeau ou casquette				
1	mouchoirs tissus ou kleenex				
1	sac à dos				
1	Paire de lunettes de soleil				
1	Gourde				

Liste donnée à titre indicatif :

A adapter à la durée du séjour et aux habitudes de votre enfant
 Nous vous conseillons de marquer le linge avec des bandes tissées et cousues.
 Evitez aussi les habits de marque ou les objets de valeur.