

Nordic Glières : Glisse et Biathlon



7 – 14 ans



Les indispensables :

LES DOCUMENTS :

- Fiche sanitaire
- Ordonnance et médicaments (le cas échéant)

DANS TA VALISE :

- Une gourde

Les Glières

REF : 074 017 001

Au plateau des Glières, le ski de fond est le sport national, skier et tirer comme le très célèbre Martin Fourcade !

Ce séjour réunit 2 activités physiques et sportives : le ski de fond et le tir à la carabine (maniement de l'arme, mise en sécurité, précision...). Les jeunes auront l'occasion de s'initier ou se perfectionner à différentes techniques (skating ou alternatif) pendant 5 séances d'une demi-journée chacune, dont 2 séances de biathlon encadrées par l'Ecole nordique des Glières. Ils deviendront peut-être les champions olympiques de demain !

Au programme également, une séance de ski de fond en nocturne et de la raquette. Pour agrémenter tout ça, une soirée raclette sera proposée !

*Si le niveau d'enneigement n'est pas suffisant, le biathlon sera adapté.



Glières

LE CENTRE



Le centre est situé à 1 450 m d'altitude, au cœur du magnifique Plateau des Glières, vaste alpage préservé, espace naturel protégé avec 7 pistes de ski de fond (2 vertes, 1 bleue, 2 rouges, 2 noires) soit près de 28 kilomètres, une piste de luge, un itinéraire nordique de 5 kilomètres. Annecy est à 35 km. Le Plateau des Glières fut le théâtre d'actions de Résistance dans la lutte contre le nazisme et reste un lieu de mémoire actif, de réflexion et d'éducation à la paix et à la tolérance.

LES ACTIVITÉS

Biathlon :

Le biathlon est un sport complet qui conjugue effort physique, adresse et concentration. Cette activité se compose de deux activités passionnantes : le ski de fond et le tir à la carabine (maniement de l'arme mise en sécurité, précision...). Durant **5 séances d'une demi-journée** chacune, les enfants sont encadrés par des professionnels du biathlon diplômés d'état. Les jeunes ont l'occasion de s'initier ou se perfectionner à différentes techniques (skating ou alternatif).

Autres activités :

✳ **Une sortie nocturne en ski de fond** est un excellent moyen pour partir à la découverte du milieu montagnard. Une ballade en raquette en demi journée permettra de découvrir les traces d'animaux sur le plateau des Glières.

✳ **Construction d'igloos ou courses de luge**, sur une piste sécurisée, sans oublier un bon repas traditionnel savoyard !

✳ **Activités traditionnelles de colo** (grands jeux, activités manuelles, journées à thème, veillées...).

À noter ! 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

1 animateur pour 10 enfants en moyenne encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'une directrice, d'un adjoint et d'un assistant sanitaire. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Le cuisinier et son équipe préparent les repas. Les animateurs, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage.

LE TRANSPORT

Le voyage a lieu en train ou en car jusqu'à Annecy, puis le transfert de la gare Annecy au centre se fait en car (trajet d'environ 1 heure). Le voyage s'effectue de jour. Selon l'heure de départ, vous devrez prévoir un pique-nique pour l'aller. Ceci sera précisé sur la convocation. Pour des raisons d'organisation, la demande de modification de la ville de départ et/ou d'arrivée entraînera des frais (voir conditions générale de vente).

SANTÉ

Veillez remplir avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes alimentaires particuliers.

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 a un traitement en cours lors de son séjour, il est impératif de joindre l'ordonnance aux médicaments que vous donnez au responsable sur le lieu de départ. Si votre enfant est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis.

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.

ALIMENTATION

Au sein du centre de vacances de la Métralière les enfants découvriront une cuisine à la fois traditionnelle et insolite qui sort complètement des codes de la restauration collective.

L'équipe, passionnée par la cuisine du monde, s'efforce de faire découvrir de nouvelles saveurs aux enfants. Désireux d'utiliser des produits frais, de saison et en circuit court, les cuisiniers du centre élaborent des repas équilibrés et variés, tout en veillant à respecter les régimes alimentaires médicaux ainsi que, dans la mesure du possible, les convictions religieuses et philosophiques; tant que celles-ci n'ont pas d'incidence sur l'organisation collective.

Dans une optique éducative, et dans le but de faire voyager les enfants, ils découvriront les richesses culinaires de notre pays, ainsi que celle d'autres parties du monde...

Lors des repas nos animateurs veillent à ce que les enfants goûtent de tout, mangent à leur faim et participent activement au débarrassage et au nettoyage des tables.

A vos couverts ! et bon appétit !

HYGIÈNE

La douche est effectuée chaque jour avant le dîner et tous les matins une « petite » toilette est faite. Les animateurs encadrent ce temps et conseillent les plus jeunes. L'assistant sanitaire veille sur l'hygiène des enfants en assistant régulièrement au temps des douches, en vérifiant les petits bobos, les ongles, les cheveux...

le linge est lavé régulièrement par la lingère du centre. Malgré l'attention que l'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de lavage (linge déteint, abîmé : choisir des vêtements pratiques, pas trop délicats, ayant déjà servi, plutôt que des vêtements neufs). Afin de réduire les risques de pertes, il est **indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant** : bandes cousues ou marqueur indélébile sur les étiquettes de vêtements. Pour les séjours de 8 jours, le linge n'est pas lavé sauf en cas d'accident.

ARGENT DE POCHE

Vous le remettrez à l'adulte accueillant votre enfant dans une enveloppe marquée aux nom et prénom de l'enfant. Nous avons une petite boutique souvenirs sur place : une somme de 10€ semble largement suffisante.

OBJETS DE VALEUR

Les objets de valeur comme les téléphones portables, bijoux et appareils photo numériques sont 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 dégradation, de perte ou de vol.

COMMUNICATION

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.ufoval.fol74.org. 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. Cela est souvent signe de vacances riches et actives pour vos enfants.

COURRIER Une lettre vous est adressée dans les premiers jours du séjour, les animateurs·trices aident ou écrivent à la place des plus petits. Il est indispensable de fournir à votre enfant 1 enveloppe timbrée par semaine (votre adresse au recto, nom/prénom de votre enfant au verso de l'enveloppe). Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Vous pouvez, si vous le désirez, poster en avance une carte afin que votre enfant la reçoive dès le début de son séjour.

TÉLÉPHONE Etant donné l'âge des enfants, il est recommandé de ne pas leur téléphoner directement ; la voix engendre des émotions très vives chez les jeunes enfants. En revanche, l'animateur référent de l'enfant peut vous donner des nouvelles : pour des raisons d'organisation, nous vous remercions d'appeler entre 19h15 et 20h.

AVANT LA COLO

Le·la directeur·trice publiera sur le BLOG "la lettre aux enfants", ce document est à destination de vos enfants. Dans celui-ci la directrice donnera les derniers détails et informations à connaître avant le départ en colo !

DOCUMENTS À REMETTRE

Impérativement avant le départ :

- Dossier à valider sur Vacances pour tous

Impérativement le jour du départ :

- Médicaments + ordonnance (le cas échéant)
- Fiche d'inventaire (à mettre dans la valise)

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 traitée 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.

Attention ! Si le comportement de votre enfant venait 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, frais de retour à votre charge...

