

France Espagne



12/15
ans

DATES DU SEJOUR

DU 14/07 au 27/07/2024

France Espagne

Faites place, à nous les Tapas !

Une aventure en mini bus qui nous mènera jusqu'à l'Océan Atlantique en passant par la Catalogne, le pays Basque et les Pyrénées. Pendant ce séjour en itinérance, nous dormirons sous tente et chacun sera amené à participer à la vie quotidienne.

Premier arrêt en Catalogne française pour découvrir la ville de Carcassonne, et commencer à se roder pour l'installation de notre campement !

Ensuite, la région barcelonaise nous offrira ses meilleurs atouts : entre farniente à la plage, les visites culturelles, les plaisirs gustatifs comme les tapas, et l'ambiance extraordinaire de la capitale Catalane.

On reprend la route pour une toute autre région espagnole : le Pays basque ! On se réglera de pintxos, les tapas locaux. A Bilbao, on pourra faire la visite du musée Guggenheim, déambuler dans les ruelles aux couleurs typiques de la ville, ou encore en prendre plein la vue sur les marchés.

Un peu de sensations fortes dans les Pyrénées avec une sortie canyoning, et la possibilité de belles randonnées clôturera notre expérience riche en émotions.

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 groupe se retrouve à Annecy (74), pour un départ en minibus :

Annecy → Région Catalane → Barcelone → Pays Basque → Pyrénées → Annecy

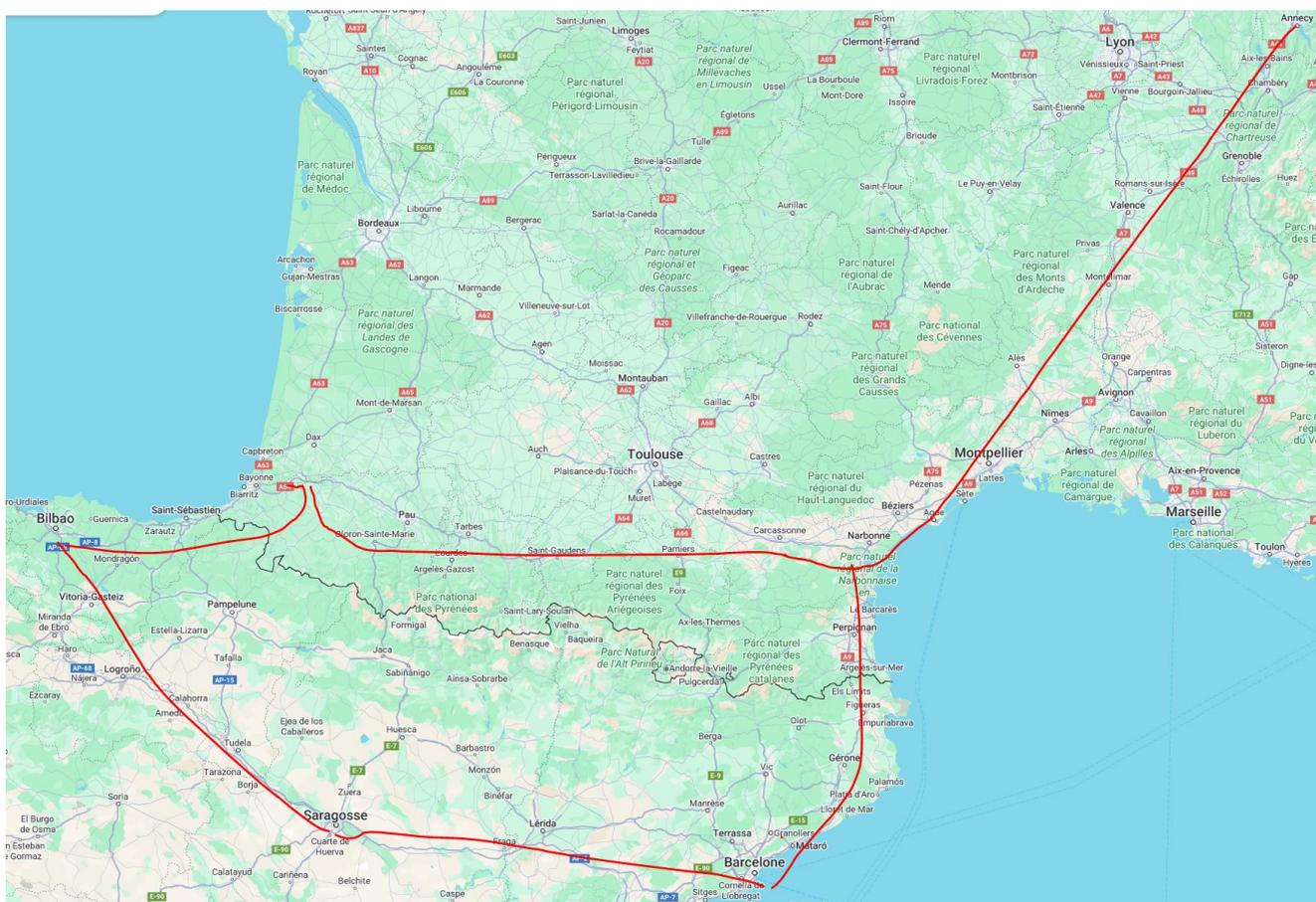
Vous recevrez une convocation avec les horaires de rendez-vous 15 jours avant le départ.

SITE

► Situation géographique

Durant ce road trip, nous traverserons la France et l'Espagne pour découvrir de magnifiques paysages à travers deux cultures : la Catalogne et le Pays Basque ! Coté Catalan, nous pourrions visiter Carcassonne dans les terres, et Barcelone près de la mer, tout en longeant la côte méditerranéenne pendant le voyage. Puis coté Basque, pourquoi pas le désert de Saragosse avec son désert digne des far-west, la ville de Pampelune ou de Bilbao qui regorgent de couleurs, et la côte Atlantique et ses vagues ! Nous finirons ce périple en longeant les Pyrénées. Cette traversée nous offre une multitude de possibilités, des activités sportives aux activités culturelles en passant par le farniente !

► Itinéraire prévisionnel.



- Carcassonne/Narbonne/Perpignan : +/- 2 jours
- Barcelone/ Castelldefels : +/- 4 jours
- Saragosse/Pampelune/Bilbao/Saint-Sébastien : +/- 4 jours
- Pyrénées Françaises: +/- 2 jours

► L'hébergement

Comme de vrais aventuriers, nous dormirons sous tentes de 3/4 personnes non mixtes. Nous nous installerons dans des campings, et si les conditions le permettent il sera possible de bivouaquer dans des sites sauvages et agréables.

► Le transport

Les déplacements se feront en minibus et parfois en transports en commun de la ville, mais surtout à pied (alors n'oublie pas de prendre de bonnes chaussures !).

Pour des raisons d'organisation et de sécurité, les grands trajets entre les villes sont prévus et organisés avant le séjour. Mais nous avons toujours la possibilité de moduler le programme une fois sur place, les minibus nous permettant une certaine flexibilité.

► Matériel

Duvet fournis par l'UFOVAL, tapis de sol personnel.

ACTIVITES

Le programme de notre séjour « Road Trip Routard » n'est pas définitif, mais voici un petit aperçu de ce qu'il y a à découvrir sur place ...

Carcassonne :

Préparons-nous à plonger dans l'histoire fascinante de Carcassonne, une ville qui allie charme médiéval et aventure moderne. Nichée dans le sud de la France, cette cité vous offre une expérience unique.

Dans les ruelles pavées, découvrez le mélange parfait entre tradition et modernité. Notre séjour pour les 12-15 ans vous propose une exploration approfondie de Carcassonne, de ses rues animées à son ambiance historique.

La forteresse emblématique qui domine la ville n'est pas seulement un décor pittoresque, elle est le théâtre de notre aventure. Explorez ses remparts, plongez dans son histoire et imaginez-vous dans le rôle des héros médiévaux.



Bien sûr, une expérience à Carcassonne ne serait pas complète sans savourer les délices culinaires locaux, offrant une véritable immersion dans la gastronomie du sud de la France.

Perpignan :



Explorez les ruelles animées de Perpignan, où chaque coin dévoile un bout d'histoire. C'est l'opportunité de s'immerger dans cette ville pleine de charme, entre son patrimoine catalan et son ambiance décontractée. Des ruelles colorées, des marchés animés et des places ensoleillées seront le décor idéal pour une journée riche en découvertes.

Mais l'aventure ne s'arrête pas là ! Perpignan est entourée de trésors naturels et culturels. Plongez dans l'histoire du Palais des Rois de Majorque ou détendez-vous sur les plages méditerranéennes à proximité.

Barcelone :



Barcelone, c'est bien plus qu'une destination, c'est une expérience sensorielle qui éveille nos sens à chaque coin de rue. Explorez l'architecture exceptionnelle de Gaudí, donnant à la ville une atmosphère unique, puis découvrez la Sagrada Família, le Parc Güell et bien plus encore. Se perdre dans les ruelles du quartier gothique, profiter de spectacles de rue animés sur La Rambla, et capturer des moments mémorables au Bunker del Carmel ou au téléphérique qui relie le Port Vell à Montjuïc, offrant des panoramas à couper le souffle sur la ville et la mer.

Les plages de Barcelone, baignées par le soleil méditerranéen, nous invitent à nous détendre sur le sable chaud, à plonger dans des eaux cristallines et à savourer le mariage parfait entre culture urbaine et plaisirs balnéaires.



La cuisine espagnole est un incontournable, alors régalez vos papilles avec des tapas délicieux et des saveurs locales !

Bardenas Reales :



Le désert des Bardenas Reales, une merveille naturelle nichée dans la région de Saragosse en Espagne. Notre escapade vous emmène au cœur de ce paysage désertique exceptionnel, où la nature crée un tableau époustouflant de canyons, de collines ondulantes et de formations rocheuses uniques.

Les Bardenas Reales, souvent surnommées le "désert de Saragosse", offrent une expérience hors du commun. Imaginez-vous sous un ciel d'un bleu éclatant, explorant des étendues arides ponctuées de pitons rocheux sculptés par le vent. C'est un véritable terrain d'aventure pour les jeunes explorateurs en quête de découvertes insolites.

Cette zone semi-désertique, déclarée réserve de biosphère par l'UNESCO, regorge de surprises géologiques. L'impressionnante Castildetierra, une formation rocheuse en forme de château, domine le paysage et offre un panorama à couper le souffle sur l'étendue désertique qui s'étend à perte de vue.

Bilbao/ Saint-Sébastien :



Bienvenue à Bilbao, une ville dynamique au cœur du Pays Basque, où l'ancien et le moderne se rencontrent pour créer une expérience unique qui nous plonge dans cette cité pleine de surprises, entre art contemporain, délices culinaires et ambiance chaleureuse.

Le musée Guggenheim, une icône architecturale qui abrite des œuvres étonnantes, et le mélange fascinant entre tradition basque et modernité urbaine dans les rues de Bilbao. Cette aventure nous offre une plongée immersive dans cette culture unique, où chaque instant est une nouvelle découverte.

Maintenant, direction Saint-Sébastien, une perle de la côte basque ! On s'imagine sur les plages de sable fin, entourés par les montagnes verdoyantes. Allons explorer cette ville balnéaire, entre ses ruelles pittoresques, ses festivals animés et sa cuisine renommée.

Le Pays Basque, c'est bien plus qu'une destination, c'est une immersion dans une culture riche et diverse ! La force de la tradition basque, exprimée à travers la danse, la musique et les festivals colorés qui animent les rues.



La gastronomie basque est une expérience en soi. De délicieuses tapas appelées "pintxos" nous attendent à chaque coin de rue, offrant une explosion de saveurs locales.

Pyrénées :

Les Pyrénées françaises, majestueuses l'été, offrent des sommets verdoyants et des vallées ensoleillées. La route sinueuse qui les longe dévoile des panoramas à couper le souffle. Plongez dans l'aventure estivale avec des activités palpitantes, notamment le canyoning, pour explorer les rivières tumultueuses et vivre des sensations fortes au cœur de cette nature exceptionnelle.

Nous sommes de vrais routards, alors comme dit précédemment, les grandes étapes (ci-dessus) sont définies mais le programme reste à construire par le groupe ...

Message de l'équipe aux jeunes :

Tu as quelques mois pour faire des recherches sur les lieux que nous allons traverser (activités possibles...) : internet, livres de voyage, échanges ... Recherche, sois curieux, rêve, imagine ton séjour idéal...

A 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...).

ORGANISATION DU SEJOUR

► L'équipe d'encadrement :

1 adulte pour 5 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 15 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur et une assistance sanitaire.

► L'alimentation :

Le petit-déjeuner est pris au campement ou à l'extérieur 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. Des repas chauds, préparés selon les talents des membres du groupe, sont proposés chaque soir. Nous découvrons la nourriture locale et apprécions les multiples spécialités des pays.

Chacun doit s'impliquer activement et participer à tour de rôle aux tâches collectives (courses, préparation des repas, vaisselle...).

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

► 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 et de répondre le plus possible à leurs attentes.

► 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 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. 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 :

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...

RELATION PARENTS/JEUNES

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 sont 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. 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 qui reste en liaison régulière avec le directeur.*

INFORMATIONS POUR PREPARER VOTRE SEJOUR

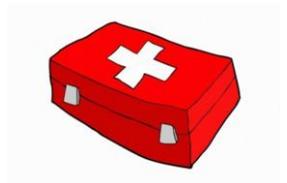
► Argent de poche :

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

Inutile d'effectuer du change en amont, puisque la monnaie est l'Euro en Espagne également.

► 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...

Aucune **vaccination** particulière n'est obligatoire. Nous vous conseillons de vous renseigner auprès de votre médecin généraliste sur les éventuels traitements préventifs. **Lors de l'inscription, merci 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... 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. 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.

► Avant le séjour :

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

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*
- Pass'nautique (à effectuer en piscine, doc en PJ)
- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Médicaments + ordonnance (en cas de traitement médical à suivre)

Attention il faut impérativement envoyer avant le 01/05/2024 :

- 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

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.	CONSEILLE	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	7				
PULL ou SWEAT chaud	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	3				
PANTALON	1				
ROBE ou JUPE	2				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	7				
PAIRES DE CHAUSSETTES	7				
PYJAMA	2				
MAILLOT DE BAIN	2				
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				
GANT DE TOILETTE					
TROUSSE DE TOILETTE : gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dents, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
AUTRES :					

- Penser aux serviettes microfibrés : gain de place et séchage rapide !
- Amener des vêtements solides, se lavant facilement, ne déteignant pas (pas de vêtements neufs, de marque ou de valeur).
- Conditionner les vêtements dans des sacs plastiques dans le sac à dos, imparable pour les protéger de l'humidité!
- Conditionner les liquides (gel douche, shampoing...) dans des flacons à bouchon, dans un sac à congélation pour éviter les fuites...
- Nous recommandons le poids des affaires personnelles à un maximum d'environ 7 à 10 kg

SEJOUR :

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :

.....

Dates du séjour : Du Au

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 :

