



# Natation et sensation

6 - 8 ans

### Les indispensables :

- Fiche de renseignements médicaux, complétée et signée + médicaments et ordonnance.

## St Raphaël

### Natation et sensation

Centre de vacances Les Colombes Réf. 074010001

Viens apprendre à nager pour être à l'aise comme un poisson dans l'eau ! Au programme en 7 jours : **5 séances de natation**, pour que les petits matelots deviennent de vrais nageurs ! Puis on prend de la hauteur pour surplomber Saint-Raphaël en faisant un tour de grande roue (uniquement pour les séjours de 7 jours), et bien sûr on profite de la plage, des grands jeux, des veillées !

**Pour les séjours de 12 et 14 jours** : on complète ce programme par une journée à la cîme des arbres dans un parcours **escalarbre**. On continue ensuite à grimper, mais cette fois-ci ce sont les roches rouges de l'Estérel que nos petits acrobates vont gravir, avec une vue imprenable sur la mer. Enfin on profite d'une séance de **banane tractée** pour sauter et glisser au rythme des vagues !

### Le Centre :

Au pied du massif de l'Estérel, entre Cannes et St Tropez, le centre des Colombes bénéficie d'une situation exceptionnelle au coeur d'un grand parc arboré. A 3 km de la plage, sur les hauteurs de la colline de Valescure, il se compose d'une magnifique villa classée de la fin du 19ème siècle, d'un bâtiment annexe et d'une piscine. Les enfants de 6/11 ans sont logés dans des chambres spacieuses et agréables, avec sanitaires à proximité. Les plus grands (12/17 ans) sont logés dans des grandes tentes entièrement équipées (lits et rangements) avec sanitaires à proximité. Les repas sont préparés sur place.



**Activités pour les séjours de 7 jours :** 5 séances de natation, 1 tour de grande roue, baignades, grands jeux et veillées.

**Activités pour les séjours de 12 et 14 jours :** 5 séances de natation, 1 séance d'accrobranche, 1 séance d'escalade, baignades, grands jeux et veillées.

**Natation :** les cinq séances se déroulent dans la piscine du centre. Par petits groupes, les enfants apprennent la nage de façon ludique, encadrés par un maître-nageur. Ces séances de 45 min sont réparties sur la première semaine. Les enfants ont des cours tous les jours. Nous fournissons les brassards et les planches. Prévoir une paire de lunettes de piscine et un bonnet de bain.

**Grande roue :** un tour de grande roue pour surplomber Saint-Raphaël.

**Banane :** équipés de gilets de sauvetage, bien accrochés à la poignée, les enfants s'installent par 7 avec un animateur sur une bouée tractée par un bateau. L'activité est encadrée par des moniteurs spécialisés de la base « Slide Water Camp » de Santa Lucia. Sensations fortes garanties ! Le trajet se fait à pied ou en bus. Le site se situe à 2 km du centre et à proximité de la zone de baignade.

**Accrobranche :** une sortie accrobranche est organisée. Des parcours de différentes difficultés permettent aux enfants de grimper et de se déplacer d'arbre en arbre. De nombreux défis sont à relever : saut de Tarzan géant, ponts de singe, tyroliennes, filets à grimper... C'est le prestataire « Oxygène Evasion » qui les accueille. Chaque enfant est équipé d'un casque, d'une longe et d'un baudrier pour effectuer le parcours en toute sécurité. Le site d'accrobranche se situe à Puget sur Argens à 15 km du centre. Les enfants s'y rendent en car en 30 minutes.

**Escalade :** une séance d'initiation pour découvrir la mer vue d'en haut sur les mythiques falaises de l'Esterel. L'encadrement est assuré par le prestataire « Camp 4 » qui fournit le matériel adéquat aux enfants. Le site d'escalade se situe au Dramont à 8 km du centre, sur les parois de la Corniche d'Or. Les enfants s'y rendent en car puis, par groupe de 15, découvrent de nouvelles sensations dans un cadre naturel idyllique.

**Baignades dans la piscine du centre et à la mer :** les baignades s'effectuent toujours sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant de baignade, BNSSA...). Un animateur pour 8 enfants est présent dans l'eau, dans un espace délimité.

Le centre dispose d'une piscine de 16 mètres sur 8 mètres, avec une profondeur progressive de 70 cm à 1,60 m et une profondeur au centre d'1,90 m. Des brassards, bouées et planches sont prêtés aux enfants qui ne savent pas nager.

A la mer, elles se font à la plage surveillée du Veillat où se trouve un poste de sécurité de Maîtres-Nageurs-Sauveteurs (MNS). La plage se situe à 2 km du centre. Les enfants s'y rendent à pied et rentrent en car (ou inversement). L'organisation des baignades se fait avec les MNS de la plage.

Des temps de baignade sont organisés ainsi que des jeux (jeux de ballons, concours du plus beau château de sable, de la plus haute pyramide humaine,...).

**Activités traditionnelles de colo :** cuisine, grands jeux (Poules, Renards, Vipères ; le Mexicain ; douaniers contrebandiers etc.). Activités manuelles (préparation des décors pour le spectacle de fin de séjour, fresques, etc.). Journées à thème (Olympiade, Colo Lanta). Veillées (Boum, Fureur, match d'impro,...).

**Vivre ensemble avec citoyenneté :** l'apprentissage du vivre ensemble et de la vie en collectivité passe par le respect d'autrui, du matériel, des locaux. La participation aux tâches de la vie quotidienne, le partage, la solidarité sont des valeurs que nous défendons et que nous essayons de mettre en place sur la structure. L'enfant doit être acteur de ses vacances et peut choisir des activités en fonction de ses envies à condition que celles-ci soient réalisables. L'équipe d'encadrement est présente pour l'aiguiller afin de lui faire découvrir un maximum de choses sur l'environnement qui l'entoure. Nous souhaitons amener l'enfant à devenir un citoyen en le responsabilisant, en ayant des débats, à donner son opinion tout en respectant celle des autres.

*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...*



## Vie Quotidienne

1 animateur.trice pour 8 enfants en moyenne encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'un directeur, d'un adjoint par tranche d'âge, d'une assistante sanitaire et d'une personne diplômée chargée de l'activité piscine. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Un cuisinier et son aide préparent les repas. Les animateurs.trices, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents.es, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage.

**Alimentation** : les repas, préparés par le cuisinier du centre, 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.trices 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.

**Linge** : le linge est lavé régulièrement par la lingère du centre. 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 au nom de votre enfant.

## Santé

Veillez remplir avec attention et sans omission la fiche de renseignements médicaux que vous recevrez avec la confirmation d'inscription en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques.

Le suivi médical est assuré par un.e adulte qualifié.e qui se charge des soins médicaux légers ou de l'application des traitements en cours.

Si votre enfant est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis. 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 à l'arrivée au centre.

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.

## Relations Parents/ Enfants

**Courrier** : nous incitons les enfants à vous envoyer une lettre après leur arrivée. Ils sont bien sûr libres d'écrire autant de fois qu'ils le souhaitent. N'oubliez pas de glisser dans la valise des enveloppes timbrées à votre adresse. Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Nous vous conseillons de privilégier le courrier pour correspondre.

**Téléphone** : si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites-le entre 12h et 13h et entre 19h et 20h en vous armant de patience car les lignes sont souvent occupées. Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'apporte durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement.

**E-mail** : vous avez aussi la possibilité d'écrire par mail à votre enfant à l'adresse suivante : [enfants.colombes@hotmail.fr](mailto:enfants.colombes@hotmail.fr)

**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.

## Argent de poche

Une somme de 10 € par semaine est suffisante. Vous la remettrez à un.e responsable au moment du départ en utilisant l'enveloppe « argent de poche » que vous recevrez avec la convocation de départ.





## Objets de valeur

La nature du séjour nous conduit à déconseiller la présence de tout objet de valeur (console de jeux, bijoux, etc...). Toute disparition d'objet personnel devra être signalée au directeur dès constat et, en tout état de cause, avant la fin du séjour. Attention les vols, dégradations ou perte d'objets ne sont pas couverts par notre association.

**ATTENTION !** Si le comportement de votre enfant était de nature 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 d'entre eux, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge...

## 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.

## Transports

Au départ de la région Auvergne Rhône Alpes, les voyages auront lieu en autocar de grand tourisme (en train si l'effectif est faible, notamment sur les séjours de 7 jours). Les trajets se feront de jour, ou peuvent aussi se faire de nuit.

Au départ des autres régions, les voyages se feront en train jusqu'à la gare de St Raphaël Valescure.

Une convocation regroupant toutes les informations vous sera transmise 10 jours avant le départ.

## A remettre le jour du départ

### MEMO

- Fiche de renseignements médicaux complétée et signée
- 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.
- Tout autre document que vous jugerez utile de remettre à l'équipe de direction du séjour

**Bon séjour avec Vacances Pour Tous !**



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.	<i>CONSEILLÉ</i>	<i>DANS LA VALISE</i>	<i>SUR SOI</i>	Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
TEE –SHIRT, POLO	8				
PULL ou SWEET dont <b>1 chaud</b>	4				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA ou PANTACOURT	5				
PANTALON	3				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	8				
PAIRES DE CHAUSSETTES	4 à 7				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	2				
MAILLOT DE BAIN (pas de short)	2				
SERVIETTE DE PLAGE	2				
PETIT SAC A DOS pour la plage et balade	1				
SANDALETTES pour marcher ( pas de tongs)	1				
NU-PIEDS	1				
BASKETS	1				
SERVIETTE DE TABLE	2				
SERVIETTE DE TOILETTE	2				
GANT DE TOILETTE	3				
TROUSSE DE TOILETTE : gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
NECESSAIRE COURRIER : bloc, enveloppes, timbres, stylo					
AUTRES					