

LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT DU LOT

ETÉ 2025 BASE DE PLEIN AIR DE MEZELS  
RÉFÉRENCE : 046002001

# LOT CHEF 12/15ANS



VPT – 21, RUE ST FARGEAU – 75989 PARIS CEDEX 20

AGREMENTS

UFOVAL : MINISTÈRE JEUNESSE ET SPORTS - CGOL/LFEFP :

AG.075.95.0063 -CGOL : UTILITÉ PUBLIQUE – DÉCRET DU 31.05.1930

---

# À PROPOS DU CENTRE


COORDONNÉES DE LA BASE :

Base de plein air de Mézels  
46110 VAYRAC

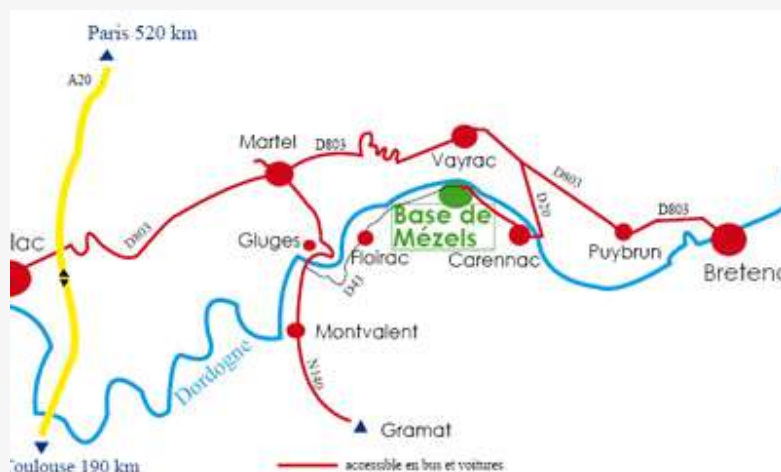
Tél : 05.65.32.57.25

Mail : [contact@basemezels.com](mailto:contact@basemezels.com)

Site : <http://www.basemezels.com/>

 [Base de Plein Air de Mezels](#)

 [base.mezels](#)



GPS : 44.935169647621656, 1.6998982063599013

SITUATION GÉOGRAPHIQUE ET ACCÈS :

Au nord du département du LOT, au bord de la rivière Dordogne, à 4 km de Carennac, sur la commune de Vayrac.

ACCES AU CENTRE :

Depuis Cahors, prendre Labastide Murat jusqu'à Gramat. Puis Direction Brive (N140) sur 20 km environ. A la sortie du village de Montvalent, 1km à droite direction Floirac/Carennac (D43) Traverser Floirac, longer la rivière sans jamais la traverser, passer Mézels. Le centre est 500m à gauche à la sortie du village.

Depuis Paris : prendre Martel, direction Gramat. Après le Pont de Gluges, à gauche direction Floirac/Carennac (D43) Traverser Floirac, longer la rivière sans jamais la traverser, passer Mézels. Le centre est 500m à gauche à la sortie du village

Gare SNCF :

Brive (42 km) ou St Denis près Martel (15 km)

---

# PRÉPARATION DU SÉJOUR

DOCUMENTS OBLIGATOIRES À FOURNIR POUR LE SÉJOUR :

Ces documents doivent être envoyés à l'adresse :

Ligue de l'Enseignement du Lot 184 Rue des Cadourques 46000 Cahors ou par mail :  
reservation.mezels@fol46.org

Si l'inscription est tardive vous pouvez également remettre le dossier le jour du départ à l'équipe d'animation en gare ou sur place à la Base de Mézels.

Un dossier complet doit contenir :

- la fiche renseignements médicaux et individuels complétée et signée, à laquelle seront joints les ordonnances et/ou PAI si prise de médicaments ou protocoles médicaux à connaître
- la fiche de liaison remplie et signée si le ou la jeune dépend d'une institution
- la photocopie des vaccinations
- la photocopie de la carte vitale ET de l'attestation de la carte vitale sur laquelle apparaît le nom du ou de la jeune
- la photocopie de l'attestation CMU ou de la mutuelle sur laquelle apparaît le nom du ou de la jeune
- la feuille de droit à l'image
- la fiche trousseau complétée avec le/la jeune afin qu'il/elle puisse suivre ses affaires durant son séjour

## LE TRANSPORT DES PARTICIPANT.ES

Une convocation sera envoyée environ 2 semaines avant le départ.

Les convois sont assurés et encadrés par les équipes d'animations de la ligue de l'Enseignement du Lot. Vous pourrez facilement les repérer le jour J grâce à leur T-SHIRT "Vacances pour Tous"

Les transports en Train arrivent en Gare de Souillac puis bus ou mini-bus jusqu'au centre

Pour les jeunes en transport,

Premier repas servi : Goûter

dernier repas servi : Déjeuner souvent en panier repas

Pour les jeunes en rendez-vous sur place :

Le 1er jour, arrivée entre 14h et 16h

Premier repas servi : goûter

Le dernier jour, départ entre 14h et 16h

Dernier repas servi : déjeuner



---

# LE CADRE DE VIE

Noyeraie de 10 ha. Corps de ferme rénové pour la restauration.

Terrasse sur la Dordogne. 5 grandes salles d'activité.

Espaces extérieurs : aires de jeux, mare pédagogique, tables de ping-pong.



## LES HÉBERGEMENTS

Hébergement est assuré en Chalets en bois de 4 chambres, dotées chacune de 4 lits et de sanitaires complets.

## LES REPAS

La volonté de l'équipe d'encadrement est de favoriser le moment privilégié qu'est le repas.

L'éducation au goût passe par la découverte de nouvelles saveurs et leur sécurité par une alimentation équilibrée. Les jeunes sont donc incités à goûter à tous les plats.

Les animateurs/animateuses sont amenés à partager ces temps à table avec les groupes sur certains temps de repas.

La restauration est assurée sur place par les équipes du centre.

Les espaces de restauration se trouvent en intérieur dans une salle aménagée ou en extérieur sur la terrasse attenante.

Petit-déjeuner en mode self et les repas sont servis à table au plat.



# LES ACTIVITÉS

Faire les menus, découvrir et prendre en compte l'équilibre alimentaire, gestion du budget, de la prime alimentaire : autant de thèmes indispensables pour aborder la cuisine dans son ensemble à la manière des chefs.

La découverte de techniques de cuisine différentes, faire les courses pour la semaine entre le marché et les réseaux classiques permettront au groupe de se faire un repas par jour en totale autonomie.

Cerise sur le gâteau, les jeunes confectionneront et mettront en place un grand buffet pour la dernière soirée festive du séjour, pour tous les enfants et jeunes des colos.

Autres activités possibles pendant le séjour : baignades, activités sportives, ping-pong, activités manuelles, grands jeux, soirées, sorties, visites touristiques...

# L'ORGANISATION DU SÉJOUR

Le séjour est encadré par un.e directeur/trice, responsable de la mise en place du projet pédagogique, et d'animateurs/trices (taux d'encadrement à 1 animateur/trice pour 8 à 10 jeunes), L'activité cuisine est encadrée par 1 animateur/trice passionné.e de cuisine et expérimenté.e.

Les vacances étant un moment privilégié de la vie de l'enfant, l'équipe d'animation attend chaque jeune pour passer avec lui les meilleures vacances possibles.

L'objectif de l'équipe est d'amener à apprécier la vie passée avec d'autres, dans le respect mutuel, tout en favorisant l'autonomie individuelle.

Le respect inclut également les locaux et le matériel mis à disposition.

Des règles de vie sont également à respecter. Elles impliquent forcément quelques contraintes mais sans lesquelles toute vie de groupe est impossible. C'est d'ailleurs en groupe qu'elles seront établies et mutuellement négociées et acceptées.

Des temps libres seront aménagés dans la journée pour permettre à chacun.e de lire, d'écrire, de prendre du repos.

**ATTENTION :** Si le comportement du jeune 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 des jeunes, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à charge de la famille ou institution.

---

## LE COURRIER

Le courrier est envoyé et distribué tous les jours.

Vous aimez recevoir du courrier ? Alors n'oubliez pas que pour le/la jeune, une lettre reçue est aussi un grand bonheur.

Pensez à remettre à mettre dans la valises des enveloppes timbrées aux adresses des destinataires afin que le/la jeune puisse faire parvenir des nouvelles si il/elle le souhaite.

## LE BLOG

Pour les nouvelles pendant le séjour, un blog privé est mis en place et alimenté à minima tous les deux jours, c'est pourquoi il est très important que la feuille de droit à l'image soit remplie et signée.

Les codes et accès au blog vous seront envoyés au même moment que la convocation.

Vous pourrez laisser des commentaires personnalisés qui seront transmis aux jeunes concernés.

## L'ARGENT DE POCHE

Des sorties seront peut-être prévues lors du séjour si le planning le permet. Dans ce cas, le groupe pourra acheter souvenirs, bonbons ou autre. C'est à vous de décider si vous donnez un peu d'argent de poche ou non.

Pour les plus jeune, il est fortement recommandé de mettre l'argent de poche dans une enveloppe avec le nom et prénom afin de remettre celle-ci à un membre de l'équipe d'animation, qui le gardera en sécurité et qui le distribuera lors des sorties.

Si le/la jeune décide de garder son argent de poche sur lui/elle, alors, aucune réclamation ne pourra être faite en cas de perte ou de vol.



## LE TÉLÉPHONE

Le centre ne dispose que d'une ligne téléphonique qui devient vite saturée. Nous vous remercions de ne téléphoner qu'en cas de réelle nécessité. Le grand nombre d'enfants et de jeunes sur le site ne permet pas de passer les communications systématiquement.

Pour les jeunes en possession de téléphones portables, leur fonctionnement sera déterminé dès le début du séjour avec l'équipe d'animation.

Si le/la jeune n'a pas de téléphone, il/elle pourra solliciter le directeur ou la directrice du séjour pour passer quelques appels durant le séjour.

## LES OBJETS DE VALEUR

Les pertes ou vols d'objets de valeur (bijoux, téléphone portable, jeux vidéo, appareils numériques etc...) ou encore d'espèces, ne sont pas couverts par l'assurance. Le centre et la Ligue de l'Enseignement se déchargent de toute responsabilité. Toute disparition devra être signalée à l'équipe avant la fin du séjour.

# SANTÉ

En cas de maladie, le centre règle les frais médicaux immédiats et les responsables remboursent la Ligue de l'enseignement à la fin du séjour, contre facture. La feuille de maladie sera envoyée dès réception du paiement.

En cas de traitement médical en cours, joindre **OBLIGATOIREMENT** une copie de l'ordonnance et les médicaments en nombre suffisant. Il est interdit d'apporter des médicaments sans prescription médicale.

En cas d'accident, une déclaration est faite par nos soins, auprès de notre assurance, qui prend également en charge les frais médicaux non remboursés (sécurité sociale et mutuelle).

**BONNES VACANCES À TOUTES ET TOUS !**

