



# Crâches Grand Massif

10-17  
ans

## CONTACT ORGANISATEUR

Ufoval 74  
3 avenue de la plaine - BP 340  
74 008 Annecy  
Tél: 04.50.52.30.00  
ufoval@fol74.org

En savoir plus : [www.fol74.org](http://www.fol74.org)

### Les indispensables :

- > Fiche Sanitaire complétée et signée.
- > Prévoir des tenues adaptées à la pratique de l'ESCALADE



## Crâches Grand Massif

### À vos mousquetons

Référence : 074 006 001

Des vacances tout en équilibre et en adresse, pour les grimpeurs en herbe ou confirmés !

Accompagné.e de moniteurs diplômés d'État, tu découvriras ou te perfectionneras en **escalade** lors de 2 séances, en milieu naturel ou sur paroi artificielle. Tu feras le plein de sensations lors de la sortie **Via Ferrata** (en fonction des conditions météo), et passeras de bons moments dans les arbres avec la sortie **accrobranche**.

Emotions assurées durant ce séjour où tu passeras une semaine au bon air de la montagne à faire des activités créatives, sportives et des soirées à thème !

► Situation géographique

Le centre "Creil'Alpes" est situé à 1 000 m d'altitude sur les hauteurs du village d'Arâches. Il est idéalement situé en Haute-Savoie, au-dessus de la Vallée de l'Arve, en plein cœur du Grand Massif. Un vaste espace de jeux est accessible à tous autour du centre et permet une découverte sportive de la montagne. Accessible à pied ou en vélo, le site de la Dalle couchée de la Frasse est un lieu propice pour s'initier à l'escalade. L'ensemble des activités est à proximité du centre, cela permet de limiter le temps de transport. Arâches est un site préservé calme et verdoyant, idéal pour le dépaysement où chacun peut évoluer à son rythme.



► Cadre de vie (type d'hébergement/effectifs)

Le centre de Creil'Alpes est conçu avec un espace jour (cuisine, salle à manger, accueil, salles d'activités) et avec un espace nuit qui dispose de 150 lits répartis en 30 chambres. Chaque chambre comprend un coin toilette séparé équipé de deux lavabos. Des sanitaires complets avec douches et WC se trouvent à chaque étage. Le centre dispose d'une vaste salle à manger panoramique avec des tables de 8 places.

## TRANSPORTS

L'encadrement est assuré par l'équipe **d'UFOVAL / Vacances Pour Tous**. (1 adulte pour 12 enfants au maximum).

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 villes de départ et/ou d'arrivée entraînera des frais (*voir conditions générales de vente*).

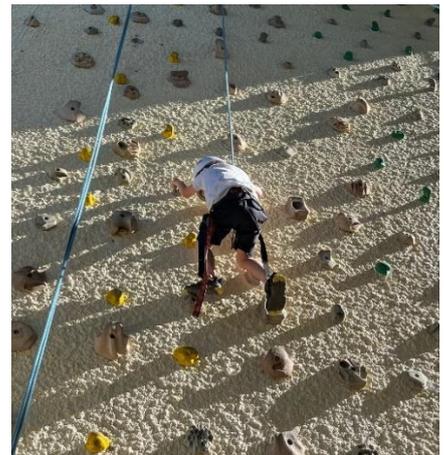
Coordonnées du centre :  
Centres UFOVAL 74

«Creil'Alpes » 4 chemin de Creil - 74300 ARACHES Tél : 04.50.90.34.22 – E-mail : creil.alpes@fol74.org

### ➔ Escalade (2 séances)

Les enfants pratiquent cette activité sur le mur équipé du centre encadrés par un animateur titulaire d'un Brevet d'Etat, guide de Haute Montagne et moniteur d'escalade, travaillant avec le centre depuis plus de 10 ans sur les colonies de vacances et les classes de découverte. Il encadre jusqu'à 10 enfants à chaque séance de 1H30. Les jeunes pourront entreprendre un apprentissage des techniques de progression et de sécurité.

*Notre moniteur vient avec son propre matériel de sécurité qu'il fournit à chaque participant (boudriers, casques, mousquetons et cordes).*



### ➔ Accrobranche ( 1 séance) et Via Ferrata (1 séance)

La sortie accrobranche est organisée au village des Carroz d'Arâches, à 2 km du centre. Les parcours de différentes difficultés, du chemin débutant au parcours assez physique, permettent aux enfants de se déplacer d'arbre en arbre de manière ludique.

La Via Ferrata est aussi une activité grisante qui permet d'évoluer en montagne sur un itinéraire aménagé dans une paroi rocheuse, de manière autonome et sécurisée.

Ces deux activités sont de parfaites manières de découvrir le monde de la verticalité tout en s'amusant. Du travail de l'équilibre, la coordination, la force, au respect de la nature ; les jeunes pourront évoluer selon leur niveau, en restant toujours encadrés par un moniteur expérimenté.

### ➔ Les autres activités au programme :

- Rallye à la découverte de la station des Carroz : jeu de piste et d'orientation au cœur du village.
- Tournois sportifs : le terrain du centre permet de pratiquer différents sports collectifs (football, basketball...)
- Au retour des activités et jusqu'à 19h (heure du repas) sont proposées des activités sous forme d'ateliers : lecture, jeux de société, ping-pong, activités manuelles...
- Une veillée est organisée chaque soir avec l'équipe d'animation.

La vie en collectivité, c'est apprendre à accepter l'autre dans ses différences, sa façon de parler, de s'habiller... Le respect de l'autre et du matériel est notre impératif quels que soient les moments de la journée. Nous instituons quelques règles simples de vie tous ensemble en début de séjour et un adulte est toujours disponible pour écouter ou répondre à une interrogation.

**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 12 enfants encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'une directrice, d'un adjoint et d'une assistante sanitaire. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Un cuisinier et son commis 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 sommeil :

Le réveil est échelonné afin de s'adapter au mieux au rythme de chacun.

Le coucher s'effectue après une veillée adaptée à l'âge et à l'état de fatigue des enfants.

### ► La toilette :

La toilette est effectuée chaque matin. Les animateurs encadrent ce temps et aident les plus jeunes. Chaque jour avant le dîner, les enfants prennent une douche.

### ► L'alimentation :

Les repas, préparés à base de produits locaux par le cuisinier du centre, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. C'est un temps éducatif durant lequel les animateurs veillent à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement au débarrassage, au nettoyage des tables...

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 n'est pas lavé pendant le séjour, sauf problèmes particuliers. 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 pertes, il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant.



## POUR AVOIR DES NOUVELLES DE VOTRE ENFANT

**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 17h et 19h en vous armant de patience car la ligne est souvent occupée. Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'amène 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](http://www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours) et de sélectionner les Carroz – Creil'Alpes dans la catégorie montagne. Les codes d'accès sont transmis dans la convocation de départ. 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!

**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, une décision de renvoi pourrait être prise à son encontre, frais de retour à votre charge...



Coordonnées du centre :  
Centres UFOVAL 74

«Creil'Alpes » 4 chemin de Creil - 74300 ARACHES Tél : 04.50.90.34.22 – E-mail : [creil.alpes@fol74.org](mailto:creil.alpes@fol74.org)

## PREPARER VOTRE SEJOUR

### ► Argent de poche

Vous le remettez à l'animateur présent au départ, en utilisant l'enveloppe « argent de poche » qui vous sera donnée. Une somme de 10 € semble largement suffisante.

### ► Santé

**Veillez remplir avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE** 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 adulte qualifié 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 ou à l'animateur présent au départ.

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.**

### ► Objets de valeur

**Ils sont déconseillés** (vêtements de marque, téléphone portable, console de jeux, bijoux ...) et restent sous la responsabilité de l'enfant. 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**).

## ASSURANCE

Tous les enfants participant à nos séjours sont assurés en responsabilité civile et individuelle accident. Nous vous rappelons que les pertes d'objets, les vols, les bijoux, les espèces ne sont pas garantis par l'assurance. En cas d'accident corporel, l'assurance intervient en complément des remboursements de la sécurité sociale et de votre mutuelle, sur présentation des bordereaux de remboursement accompagnés de la référence du sinistre qui vous sera communiquée par nos services.

### Documents à remettre le jour du départ

- La fiche de renseignements médicaux complétée et signée
- La fiche trousseau (à mettre dans la valise)
- L'enveloppe contenant l'argent de poche, sur laquelle vous aurez écrit le nom et prénom de votre enfant et la somme contenue dans l'enveloppe
- Tout autre document que vous jugerez utile de transmettre à la direction du séjour.

Bon séjour avec UFOVAL 74 - Vacances Pour Tous !

Coordonnées du centre :  
Centres UFOVAL 74

«Creil'Alpes » 4 chemin de Creil - 74300 ARACHES Tél : 04.50.90.34.22 – E-mail : creil.alpes@fol74.org

# FICHE TROUSSEAU LES CARROZ

Nom et Prénom de l'enfant : .....

Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom de l'enfant à l'aide de bandes tissées et cousues	CONSEILLÉ	DANS LA VALISE	SUR SOI	INVENTAIRE DE L'ANIMATEUR A L'ARRIVEE	INVENTAIRE DE L'ANIMATEUR AU DEPART
VALISE ou SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
ANORAK ou VESTE CHAUDE	1				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
PULL ou SWEAT dont 2 chauds	3				
TEE-SHIRT, POLO	7				
PANTALON	3				
ROBE ou JUPE	Facultatif				
SLIP, CULOTTE ou CALECON	7				
PAIRE DE CHAUSSETTES	6 à 8				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	1				
BASKETS (dont 1 paire de chaussures de marche)	2				
GOURDE	1				
PETIT SAC A DOS (pour la balade)	1				
SAC A LINGE SALE (un sac plastique suffit)	1				
SERVIETTE DE TOILETTE	1				
PAIRE DE CHAUSSONS	1				
TROUSSE DE TOILETTE: gel douche ou savon avec étui, shampooing, brosse ou peigne, brosse à dents, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
NECESSAIRE COURRIER: enveloppes, timbres.					

### **EQUIPEMENT PARTICULIER :**

**ESCALADE :** Prévoir des tenues de sport.

**RAPPEL des conditions générales de vente : DOMMAGE DES BIENS DE L'ASSURE** (Avec une franchise de 10% des dommages avec un minimum de 37,50€) En tout état de cause, le montant total assuré par enfant ne pourra pas dépasser 110 €. **Tout objet de valeur et non obligatoire pour le séjour** (par exemple, téléphone portable, console, bijoux, etc...) **reste sous la responsabilité totale et entière de leur propriétaire. Il ne pourra en aucun cas être pris en charge par l'assurance pour quelque motif que ce soit : perte, dégradation, vol, etc...**

**LES OBJETS DE VALEUR sont déconseillés** (vêtements de marque, téléphone portable, console de jeux, bijoux ...) **Aucun remboursement ne sera effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.**

Coordonnées du centre :  
Centres UFOVAL 74

«Creil'Alpes » 4 chemin de Creil - 74300 ARACHES Tél : 04.50.90.34.22 – E-mail : creil.alpes@fol74.org