

# 1,2,3 Glissez !

6 – 17 ans



## Les indispensables :

### LES DOCUMENTS :

- Fiche sanitaire
- Ordonnance et médicaments

### DANS TA VALISE :

- Une gourde

## Carroz d'Arâches

REF : 074 013 001

### Au choix à l'inscription : en pratique loisirs ou avec cours ESF

En ski ou en snow (à partir de 9 ans), les amateurs de poudreuse ont de quoi se faire plaisir !

Tu goûteras aux joies des sports d'hiver sur les trois domaines skiables des Carroz, de Morillon et Samoëns ! 4 journées ou demi-journées sont consacrées au ski alpin.

**Apprentissage ESF : 4 cours de 2h** Du débutant à la 3ème étoile avec passage de médaille en fin de séjour pour les skieurs, et en fonction du niveau en snow. Le reste du temps, pratique de l'activité avec les animateurs du séjour.

**Pratique loisirs : 4 journées ou demi-journées** sur les pistes, en fonction des attentes de chacun.

**Autres activités :** Une journée découverte des sports de neige si tu le souhaites, sortie raquettes, patinoire des Carroz ou encore tu t'essaieras au ski de fond...



Annecy ●

Organisateur : FOL 74 / UFOVAL

3 Avenue de la Plaine - BP 340 - 74008 Annecy

Tél : 04.50.52.30.00 - ufoval@fol74.org - www.ufoval.fol74.org

Centre UFOVAL 74 « Neig'Alpes »

500 route du Mont Favv

74300 CARROZ D'ARACHES

---

## LE CENTRE

---



Le centre « Neig'Alpes » est situé à 1150 m d'altitude au cœur du village des Carroz, à 5 min des remontées mécaniques. Il dispose d'une situation exceptionnelle pour la pratique d'activités de montagne. Le domaine du Grand Massif offre 265 km de pistes avec 5 stations reliées : Les Carroz, Flaine, Morillon, Samoëns et Sixt. Le centre se compose de deux ailes de deux étages chacune. Les chambres de 4 à 5 lits sont équipées de sanitaires complets. Un étage a cependant conservé un espace sanitaire collectif adapté à l'accueil des plus jeunes. Les animateurs dorment dans des chambres à proximité de celles des enfants.

Le centre dispose de plusieurs salles d'activités, d'une salle de spectacle et d'une vaste salle à manger panoramique avec vue sur les pistes de ski.

---

## LES ACTIVITÉS

---

✳ **Ski ou snowboard ESF** : 4 séances de 2 heures de ski alpin ou de snowboard (à partir de 9 ans) sont encadrées par les moniteurs de l'Ecole du Ski Français. Les enfants sont répartis suivant leur niveau de ski ou de snowboard. Tout au long de la semaine, ils progressent à leur rythme grâce aux conseils avisés des moniteurs. En fin de séjour, le passage de tests est organisé et les enfants repartent avec un livret de capacités et l'insigne correspondant à leur niveau. **A noter** : pas de passage d'étoile d'or sur des séances de 2h, et pas de possibilité d'inscription en compétition. En revanche, les jeunes ont la possibilité d'être inscrits au passage de la flèche (slalom géant).

>> **INFO** : Si l'enfant arrive avec un certain niveau en début de séjour, nous ne pouvons pas nous engager à ce qu'il valide le niveau supérieur à la fin des 4 séances.

Nous déclinons toute responsabilité quant à la réussite ou non du passage des niveaux ESF : les Moniteurs ESF sont des professionnels de l'apprentissage du ski et du snowboard, la décision leur appartient.

✳ **Patinoire** : elle se situe au cœur du village des Carroz à 20 minutes à pied du centre. Les enfants auront la possibilité de s'initier à ce sport.

✳ **Raquettes** : encadrés par les animateurs du centre, les enfants peuvent découvrir les joies de se promener dans la neige. Cette activité se fera sous forme ludique (jeux, balades, ...) autour du centre.

✳ **Luge** : divers terrains autour du centre sont favorables à la pratique de la luge. Les enfants ont l'occasion de s'amuser en luge à divers moments du séjour.

✳ **Ski de fond** : c'est un moyen de déplacement que les enfants ne connaissent pas forcément. Sous forme de jeux ou de petites balades sur la Plaine du Lays, les enfants s'initient à cette pratique dans la joie et la bonne humeur !

✳ **Jeux de neige** : l'équipe d'animation propose aux enfants des jeux de neige à différents moments du séjour. Ceux-ci se déroulent à deux pas du centre.

*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.trice pour 12 enfants encadre les différentes activités. L'équipe de direction se compose d'un directeur, d'un adjoint et d'une assistante sanitaire. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Un cuisinier économe et son aide 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

---

Voyage en train jusqu'à Annecy ou Lyon. Transfert en car de la gare au centre, le trajet dure environ 1 heure depuis Annecy, avec une compagnie de la Haute Savoie avec laquelle nous sommes en partenariat depuis plus de 10 ans. Le voyage s'effectue de jour.

---

## 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

---

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.

---

## HYGIÈNE

---

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.

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 perte, il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant.

---

## ARGENT DE POCHE

---

Vous le remettrez à l'adulte accueillant votre enfant dans une enveloppe marquée au 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](http://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.

**BUREAU QUALITÉ** Pour tout litige ou réclamation, merci d'adresser votre demande (dans un délai maximum de 4 semaines après la fin du séjour) à l'adresse : [bureau-qualite@fol74.org](mailto:bureau-qualite@fol74.org)

---

## 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 :

- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Fiche taille/poids/pointure et niveau

### 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...*



# TROUSSEAU

**NOM ET PRENOM DE L'ENFANT :** \_\_\_\_\_

Il est essentiel de marquer tous les vêtements, chaussures (y compris ceux portés pendant le voyage) et fournitures diverses au nom et prénom de l'enfant. Les draps et les couvertures sont fournis sur chaque site. Le lavage du linge est effectué pendant le séjour, dès qu'il dure plus de 7 jours. En fonction du projet du directeur, les enfants de + 12 ans, l'inventaire sera effectué par le jeune pour favoriser l'autonomie.

**Rappel ! Nous vous suggérons d'éviter les objets de valeur. Aucun remboursement ne sera accordé par notre assurance en cas de perte ou de vol.**

	CONSEILLÉ	DANS LA VALISE	SUR L'ENFANT	A L'ARRIVÉE	AU DÉPART
<b>POUR LA TOILETTE</b>					
PEIGNE / BROSSE À CHEVEUX	1				
BROSSE À DENTS ET DENTIFRICE	1				
GEL DOUCHE	1				
SHAMPOING	1				
CRÈME SOLAIRE/ STICK À LÈVRE	1				
SERVIETTE DE TOILETTE	2				
GANT DE TOILETTE	2				
<b>POUR TOUS LES JOURS</b>					
PAIRE DE CHAUSSON	1				
PAIRE DE CHAUSSURE IMPERMEABLES	1				
PAIRES DE CHAUSSETTES	7				
PULLS/SWEATS CHAUD	2				
PYJAMAS	2				
SLIPS	7				
SURVETEMENT	1				
TEE-SHIRTS	7				
PAIRE LUNETTES DE SOLEIL	1				
ANORAK CHAUD ET IMPERMEABLE	1				
<b>POUR LES ACTIVITÉS</b>					
PANTALON	1				
PANTALON DE SKI	1				
BONNET	1				
COLLANT OU CALECON LONG	1				
GANTS DE SKI ( OU MOUFLES)	1 ou 2				
SURVETEMENT	1				
<b>LES PETITS +</b>					
PAQUETS DE MOUCHOIRS	2				
NÉCESSAIRE DE COURRIER (ENVELOPPES, TIMBRES)	1				
LAMPE DE POCHE / FRONTALE	1				
PETIT OREILLER	1				
VALISE OU SAC DE VOYAGE	1				

## AUTRES

# POUR LA PRATIQUE DU SKI ET DU SNOW



NOM ET PRENOM DE L'ENFANT : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

NOM DU CENTRE : \_\_\_\_\_

NOM DU SEJOUR : \_\_\_\_\_

## A REMPLIR PAR LE RESPONSABLE DE L'ENFANT

Ce document est à retourner à l'UFOVAL via l'espace client ou par e-mail ([ufoval@fol74.org](mailto:ufoval@fol74.org)) à l'inscription. Sans ce document, votre enfant ne pourra pas pratiquer l'activité.

AGE : \_\_\_\_\_

POINTURE : \_\_\_\_\_

TAILLE : \_\_\_\_\_

POIDS : \_\_\_\_\_

### NIVEAU ACTUEL DE L'ENFANT EN SKI ALPIN :

- |                                   |                                       |                                       |   |
|-----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> DEBUTANT | <input type="checkbox"/> FLOCON       | <input type="checkbox"/> 2 EME ETOILE | <input type="checkbox"/> ETOILE DE BRONZE |
| <input type="checkbox"/> OURSON   | <input type="checkbox"/> 1 ERE ETOILE | <input type="checkbox"/> 3 EME ETOILE | <input type="checkbox"/> ETOILE D'OR      |

AUTRE (à préciser) : \_\_\_\_\_

### NIVEAU ACTUEL DE L'ENFANT EN SNOWBOARD :

- |                                   |                                 |                                     |                                     |
|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> DEBUTANT | <input type="checkbox"/> ROOKIE | <input type="checkbox"/> 1 ER SNOW  | <input type="checkbox"/> 3 EME SNOW |
| <input type="checkbox"/> GOOMIE   | <input type="checkbox"/> IZZY   | <input type="checkbox"/> 2 EME SNOW | <input type="checkbox"/> EXPERT     |

AUTRE (à préciser) : \_\_\_\_\_

Fait à \_\_\_\_\_ Le \_\_\_\_\_

SIGNATURE