

# Canada Dream

14-17 ans



## Le jour du départ :

### LES DOCUMENTS :

- Passeport valide
- Autorisation de sortie de territoire
- Formulaire AVE
- Pass'nautique
- Assurance complémentaire

### MATÉRIEL À PREVOIR :

- Sac à dos
- Tapis de sol
- Lotion anti-moustique
- Chaussures adaptées

## Canada

REF : 074 055 001

Partez à la découverte d'un **Canada** sauvage au cœur du Québec. Même langue, mais culture différente. Sillonnez le **Québec de Montréal jusqu'à Tadoussac**, en passant par la ville de Québec... et bien d'autres !

À pied et en van, en tente ou en auberge, venez admirer les **baleines**, les **phoques**, les **caribous** et même les bélugas ! Tout cela agrémenté de **merveilleux paysages** et de randonnées bucoliques.

Allez à la découverte des québécois à travers leur culture et leur cuisine qui garde souvent beaucoup de mystères...

Au programme :

- **Parc national** de la Mauricie : canoë, randonnée pédestre, baignades.
- Tadoussac : visite de la ville, shopping, randonnée, **balade en bateau** pour voir des baleines, phoques et bélugas.
- Parc national des Grands-Jardins : randonnée pédestre, **découverte de la faune** (ours noir, castor, Tétràs...), une immersion en pleine nature.
- **Québec** : visite de la ville, shopping et balades.
- **Montréal** : parc d'attractions La Ronde, balades et shopping, visite du parc Olympique.



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

---

## LE SITE

---



Durant notre séjour, nous effectuons un circuit entre Montréal et Tadoussac. Pour nous déplacer, nous voyageons surtout en van. Les liaisons, parfois un peu longues, sont idéales pour découvrir les magnifiques paysages canadiens, faire connaissance avec les autres participants, ou se reposer un peu.

L'arrivée à chaque étape commence par l'installation du camp et la répartition des tâches quotidiennes. En plus d'une aventure humaine, l'objectif est de découvrir cette région. Nous allons beaucoup marcher que ce soit en ville

ou en pleine nature. Il est indispensable d'avoir des chaussures adaptées à la marche, à la fois solides et confortables. Il est probable que le kayak soit utilisé pour plonger en pleine nature...

Le contenu des journées est varié, il dépend bien-sûr du lieu où l'on se trouve: plutôt culturel dans les villes, plus sportif dans les parcs nationaux. Des temps de repos sont prévus pour recharger les batteries mais avec toujours comme finalité de découvrir des nouveaux horizons, une autre culture, des gens différents.

### Itinéraire prévisionnel :

Montréal : +/- 4 jours

Parc national de la Mauricie : +/- 4 jours

Tadoussac : +/- 4 jours

Parc national des Grands-Jardins : +/- 3 jours

Québec : +/- 3 jours

### Hébergement :

L'hébergement se fera en camping sous tente non mixte, et en auberge de jeunesse à Montréal

### Matériel personnel:

Sac à dos 70 litres (conseillé) ou valise

Tapis de sol

Lampe frontale

### Matériel fourni par l'UFOVAL :

Duvet

Matériel de camping

*A noter ! Sur demande l'UFOVAL peut mettre à disposition un sac à dos pour la durée du séjour. Veuillez contacter votre interlocuteur lors de l'inscription pour plus d'informations.*

---

## LES ACTIVITÉS

---

Partez à l'aventure au cœur du Canada, dans la splendeur sauvage du Québec, où la langue est familière, mais la culture vous réserve des surprises inattendues. Embarquez pour un voyage inoubliable, sillonnant le Québec de Montréal à Tadoussac, en passant par la magnifique ville de Québec et bien d'autres destinations captivantes !

Imaginez-vous, à pied ou en van, sous une tente ou dans une auberge, entouré de paysages enchanteurs et de randonnées bucoliques. Venez à la rencontre des Québécois, plongez dans leur culture vibrante et savourez leur délicieuse cuisine. Au programme, une aventure riche en expériences :





## Parc national de la Mauricie :

Entrez dans le sanctuaire naturel de la Mauricie, un véritable paradis pour les amoureux de la nature. Explorez les multiples facettes de ce joyau en participant à des activités passionnantes :

Canoë (**\*Pass nautique obligatoire**) : glissez sur les eaux paisibles des lacs, entourés par une nature préservée. Une expérience qui marie adrénaline et sérénité au cœur de paysages à couper le souffle.

Randonnée pédestre : parcourez les sentiers enchanteurs du parc, découvrez des points de vue panoramiques et plongez-vous dans la richesse de la faune et de la flore locales.



Baignades rafraîchissantes : profitez des lacs cristallins pour vous détendre et vous rafraîchir après une journée d'exploration. Une parenthèse de bien-être au cœur de la nature.

Laissez-vous transporter par la beauté de la Mauricie, où chaque activité est une invitation à la découverte et à la contemplation.

## Tadoussac :

Cette charmante ville réserve des moments uniques, mêlant détente, culture et découverte de la faune marine. Plongez dans l'atmosphère particulière de Tadoussac avec des activités variées :

Visites : explorez les rues pittoresques de la ville, imprégnez-vous de son histoire captivante et découvrez les trésors cachés de Tadoussac.

Shopping : flânez dans les boutiques locales, où l'artisanat et les souvenirs témoignent de l'authenticité de la région.

## Montréal :

La métropole vibrante du Québec vous attend avec son énergie débordante et ses attractions captivantes. Plongez dans l'excitation avec un programme diversifié :

La Ronde : laissez-vous emporter par l'adrénaline avec des attractions palpitantes au parc d'attractions La Ronde.

Balades et shopping : explorez les quartiers uniques de Montréal, alliant balades relaxantes et découvertes shopping dans des boutiques éclectiques.

Randonnées : parcourez les sentiers côtiers offrant des vues imprenables sur le Saint-Laurent et la possibilité d'observer la faune locale.

Balade en bateau : embarquez pour une aventure inoubliable en mer, où baleines majestueuses, phoques et bélugas deviendront les acteurs principaux d'un spectacle naturel grandiose.

Tadoussac, c'est l'occasion de vivre des moments magiques entre terre et mer, alliant exploration urbaine et communion avec la nature.

## Québec :

La ville historique de Québec vous ouvre ses portes pour une plongée au cœur de l'histoire et de la culture. Imprégnez-vous de son charme unique à travers des activités variées :

Visite de la ville : parcourez les rues pavées du Vieux-Québec, imprégnées d'une atmosphère européenne, et découvrez les joyaux architecturaux de la ville.

Exploration des rues commerçantes : flânez dans les quartiers animés, explorez les boutiques et dégustez des mets délicieux dans les restaurants locaux.

Balades pittoresques : laissez-vous séduire par des balades le long des remparts, offrant des vues panoramiques sur le fleuve Saint-Laurent.

Québec, c'est une plongée dans l'histoire canadienne, où chaque coin de rue raconte une histoire passionnante.



Visite du parc Olympique : découvrez l'héritage des Jeux olympiques en visitant le parc Olympique, un lieu emblématique de la ville.

*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...*

---

## L'ÉQUIPE D'ENCADREMENT

---

Notre équipe d'encadrement, composée de véritables globe-trotters, partage avec passion ses expériences à travers le monde, apportant ainsi une richesse culturelle unique à nos colos. Une équipe mixte d'un adulte pour 8 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 20 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur ou une directrice, et une personne en charge de l'assistance sanitaire.

---

## LE 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.

Puis avion de Lyon jusqu'à Montréal en vol régulier. Les déplacements se feront en transports en commun sur les lieux de visite, et principalement à pied !

Pour des raisons pratiques et de sécurité, les grands trajets entre les villes sont prévus et organisés avant le séjour.

---

## SANTÉ

---

*Veuillez 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 est malade, il est conduit chez le médecin et vous en êtes immédiatement avertis. (cf paragraphe Assurance). 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. Ce séjour ne nécessite pas une condition physique particulière. Toutefois, il faut être capable de porter son sac, dormir sous tentes, marcher durant un petit moment, supporter les conditions météorologiques diverses...

Aucune vaccination particulière n'est obligatoire. Cependant, nous vous conseillons de vous renseigner auprès de votre médecin généraliste sur les éventuels traitements préventifs.

---

## ALIMENTATION

---

Le petit-déjeuner est pris au campement, ou à l'extérieur, avant de débiter nos journées de découverte. Nous piqueniquons 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 du 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.

---

## HYGIÈNE

---

Un temps est consacré à l'hygiène 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 (attention à ne pas oublier son adaptateur au besoin), de prendre ses aises ou d'avoir de l'eau chaude à chaque fois !

Les jeunes auront la possibilité de laver leur linge soit à la main, soit dans des laveries automatiques. Malgré l'attention que l'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de linge déteint ou 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.



---

## ARGENT DE POCHE

---

Chaque jeune est responsable de son argent pendant le séjour. Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante, 40 à 50€ pour l'ensemble du séjour sont largement suffisants. Cela permet de couvrir des dépenses personnelles comme des souvenirs ou des collations sans surcharger le budget. La monnaie utilisée au Canada est le Dollar canadien. Pour donner une idée des conversions, 1€ équivaut à environ 1,50\$ CA.

---

## OBJETS DE VALEUR

---

Les objets de valeur (téléphone portable, équipements numériques, vêtements de marque, bijoux, etc...) 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 commun et les centres villes bondés facilitent la perte et le vol d'objets. La vigilance de chacun est impérative.

---

## COMMUNICATION

---

**Téléphone** : Pour une expérience de groupe optimale et immersive, nous recommandons de limiter l'usage des téléphones portables. Il est important de noter que les frais de communication à l'étranger peuvent être particulièrement onéreux. Si le jeune choisit néanmoins de garder son téléphone pendant le séjour, son utilisation sera encadrée par l'équipe d'animation. Veuillez noter que nous déclinons toute responsabilité en cas de dommage, de perte ou de vol de l'appareil.

**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 les jeunes.

En cas d'urgence, les parents peuvent contacter l'UFOVAL qui reste en liaison régulière avec le directeur.

### 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 LE DÉPART

---

La convocation au départ sera disponible 10 jours avant le début du séjour.

Le directeur publiera sur le BLOG la "lettre aux jeunes", ce document est destiné à vos enfants. Dans celui-ci, les derniers détails et informations à connaître avant le voyage seront donnés.


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 À REMETTRE

---

### Impérativement avant le 01/05/2026 :

- Copie du passeport valable jusqu'au retour du séjour
  - Copie de l'autorisation de sortie de territoire + copie de la pièce 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
  - Copie du formulaire AVE
  - Fiche sanitaire (remplie et signée)
  - Pass'Nautique
- 

## Impérativement le jour du départ :

- Passeport personnel en cours de validité
- Formulaire AVE
- 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
- Médicaments + ordonnance (en cas de traitement médical à suivre)

## Formulaire Autorisation de Voyage Electronique (AVE) :

Ce formulaire obligatoire est à compléter et imprimer uniquement en ligne à l'adresse suivante:

<https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/visiter-canada/ave/demande-renseignements-passeport.html>

Le coût est de 7 Dollars canadiens, soit environ 5 Euros.

Nous attirons votre attention sur le fait qu'il existe sur internet des sites marchands qui proposent leurs services pour un coût exorbitant. N'allez en aucun cas sur ces sites et utilisez celui cité ci-dessus. En cas d'erreur, nous ne procéderons à aucun remboursement.

---

## 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.

Il est conseillé également de souscrire une assurance complémentaire, et il est indispensable de vérifier si le jeune est couvert par l'assurance familiale (ex : carte bancaire, assurance extrascolaire) et si la couverture est suffisante par rapport au coût des actes médicaux dans le pays (porter le plafond à 80 000 € minimum).

Il faut être bien assuré mais pas plusieurs fois pour le même risque.

Si vous n'êtes pas couverts ou si votre assurance n'est pas compétitive, nous vous proposons de contracter cette assurance complémentaire par notre intermédiaire. Plus d'informations seront envoyées début 2026.

---

## 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.



# TROUSSEAU

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

Il est indispensable de marquer l'ensemble des vêtements, chaussures (y compris ceux portés au cours du voyage) et fournitures diverses aux nom et prénom de l'enfant. Nous vous rappelons que nous fournissons les draps et les couvertures dans chaque centre. Le linge est lavé pendant le séjour, dès qu'il dure plus de 7 jours. Pour les enfants de + 14 ans, l'inventaire sera effectué par le jeune pour favoriser l'autonomie.

**Rappel ! Nous vous recommandons d'éviter les objets de valeur. En cas de perte ou de vol, notre assurance ne prend en charge aucun remboursement.**

	CONSEILLÉ
POUR LA TOILETTE	
Peigne et/ou brosse	1
Brosse à dents et dentifrice	1
Gel douche	1
Shampooing	1
Crème solaire	1
Serviette de toilette	1
POUR TOUS LES JOURS	
Hauts manches courtes	7
Slips / culottes	9
Paires de chaussettes	7
Hauts manches longues	2
Pantalons	2
Shorts	2
Jogging	1
Pulls / sweats	2
Pyjamas	2
Veste / blouson	1
POUR LES ACTIVITÉS	
Casquette	1
Serviette de plage / piscine	1
Vieilles baskets pour les activités nautiques	1
Maillot de bain	1
Nu-pieds	1
Lunettes de soleil	1
Sac à dos	1
Gourde	1
LES PETITS +	
Anti moustique	2
Lampe de poche	2
Gobelet	1
AUTRES	



**AUTORISATION DE SORTIE DU TERRITOIRE (AST)  
D'UN MINEUR NON ACCOMPAGNÉ PAR UN TITULAIRE DE L'AUTORITÉ PARENTALE**  
(article 371-6 du code civil; décret n° 2016-1483 du 2 novembre 2016 relatif à l'autorisation  
de sortie du territoire d'un mineur non accompagné  
par un titulaire de l'autorité parentale; arrêté du 13 décembre 2016)

**1. PERSONNE MINEURE AUTORISÉE À SORTIR DU TERRITOIRE FRANÇAIS**

Nom (figurant sur l'acte de naissance) : .....  
Prénom(s) : .....  
Né(e) le : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] à (lieu de naissance) : .....  
Pays de naissance : .....

**2. TITULAIRE DE L'AUTORITÉ PARENTALE, SIGNATAIRE DE L'AUTORISATION**

Nom (figurant sur l'acte de naissance) : .....  
Nom d'usage (ex. nom d'épouse/d'époux) : .....  
Prénom(s) : .....  
Né(e) le : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] à (lieu de naissance) : .....  
Pays de naissance : ..... Nationalité : .....  
Qualité au titre de laquelle la personne exerce l'autorité parentale (cocher la case) :  
☐ Père ☐ Mère ☐ Autre (préciser) : .....  
Adresse : .....  
N° [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] (bis, ter) Type de voie [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Nom de la voie [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]  
Code postal : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Commune : .....  
Pays : .....  
Téléphone (recommandé) : [ ]  
Courriel (recommandé) : .....

**3. DURÉE DE L'AUTORISATION**

La présente autorisation est valable jusqu'au : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] inclus.  
Elle ne peut excéder un an à compter de la date de sa signature.  
Exemple : une autorisation signée le 1<sup>er</sup> septembre ne peut excéder le 31 août de l'année suivante.

**4. SIGNATURE DU TITULAIRE DE L'AUTORITÉ PARENTALE**

« Je certifie sur l'honneur l'exactitude des présentes déclarations »<sup>(1)</sup> :  
DATE : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] Signature du titulaire de l'autorité parentale : .....  
<sup>(1)</sup> Toute fausse déclaration est passible des peines d'emprisonnement et des amendes prévues aux articles 441-6 et 441-7 du Code pénal.

**5. COPIE DU DOCUMENT JUSTIFIANT L'IDENTITÉ DU SIGNATAIRE PRÉSENTÉE À L'APPUI DE L'AUTORISATION <sup>(1)</sup> :**

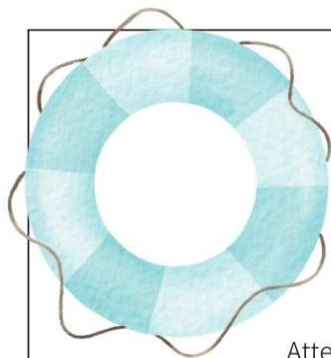
Type de document (cocher la case) : ☐ Carte nationale d'identité ☐ Passeport ☐ Autre .....  
(Préciser : .....)<sup>(2)</sup>  
Délivré(e) le : [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ] [ ]  
Par (autorité de délivrance) : .....

<sup>(1)</sup> La photocopie du document officiel justifiant de l'identité du signataire doit être lisible et comporter les nom, prénoms, date et lieu de naissance, photographie et signature du titulaire, ainsi que dates de délivrance et de validité du document, autorité de délivrance.

<sup>(2)</sup> Personne de nationalité française : carte nationale d'identité ou passeport, en cours de validité ou périmés depuis moins de 5 ans; Ressortissant de l'Union européenne ou d'un État partie à l'accord sur l'Espace Économique Européen (Islande, Norvège et Liechtenstein) ou de la Suisse : carte nationale d'identité ou passeport, délivrés par l'administration compétente de l'État dont le titulaire possède la nationalité, ou document de séjour délivré en France (art. L. 311-1 et s. du CESEDA), en cours de validité; Ressortissant d'un pays tiers à l'Union européenne : passeport délivré par l'administration compétente de l'État dont le titulaire possède la nationalité ou document de séjour délivré en France (art. L. 311-1 et s. du CESEDA) ou titre d'identité et de voyage pour réfugié(e) ou pour apatride, en cours de validité.

**RAPPEL :** « La présente autorisation n'a pas pour effet de faire échec aux mesures d'opposition à la sortie du territoire (OST) ou d'interdiction de sortie du territoire (IST). Si votre enfant fait l'objet d'une mesure d'interdiction de sortie du territoire sans l'autorisation des deux parents, il doit justifier de l'autorisation prévue à l'article 1180-4 du code de procédure civile. »





## Pass Nautique

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 eaux vives, 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 :