

# Plongeur d'Euskadi

10 - 14 ans



## Les indispensables :

### LES DOCUMENTS :

- Fiche sanitaire
- Pass nautique
- AST- Autorisation de sortie de territoire
- Carte d'identité
- CEAM- Carte européenne d'assurance maladie Certificat médical
- Autorisation parentale de la pratique de la plongée

### DANS TA VALISE :

- De bonnes chaussures pour marcher

Hendaye

REF : 074 040 001

On enfile les palmes et le masque, direction la baie de Txingudi pour y découvrir les fonds marins !

Après **une randonnée palmes, masque et tuba**, on se familiarise avec les bouteilles lors d'un **baptême de plongée** et on poursuit l'aventure avec 1 séance de **plongée sous-marine**.

Côté terre, on découvre un autre sport typique de la région: **la pelote basque**.

Côté Espagne, on traverse la frontière en bateau pour **Fontarrabia** et sa cité médiévale.



Organisateur : UFOVAL 74

3 Avenue de la Plaine - BP 340 - 74008 Annecy  
Tél : 04.50.52.30.00 - ufoval@fol74.org - www.ufoval.fol74.org

Ecole de la Plage  
10 Rue d'Elissacilio 64700 HENDAYE

## LE SITE



Hendaye est le point de rencontre de l'océan atlantique et des Pyrénées, sur la Bidassoa, dans une région appelée « Le Labourd ». Dernière ville de France avant la frontière Espagnole où le climat à la fois océanique et pyrénéen, offre de nombreuses possibilités d'activités nautiques et montagnardes. A quelques pas de la plage, le séjour se déroule dans une école réaménagée en centre de vacances, permettant d'accueillir un groupe d'une quarantaine d'enfants. Les salles de classe sont aménagées en chambres spacieuses et confortablement équipées avec des sanitaires à proximité. A l'intérieur, des salles d'activités et une salle polyvalente sont à disposition. La majorité des activités sont accessibles à pied ou à vélo.

## LES ACTIVITÉS

**Plongée** Les 3 séances de plongée sont encadrées par les moniteurs diplômés d'Etat du club de plongée URPEAN à Hendaye, club affilié à la FFESSM et agréé Jeunesse et Sports. Parmis ces 3 séances nous avons : 1 séance de PMT, 1 baptême de plongée en piscine et 1 plongée en milieu naturel. L'activité se déroule en milieu naturel, dans une petite crique « la Baie des Cochons », naturellement abritée du vent, idéale pour les premières bulles. L'initiation à la plongée sous-marine est progressive en tenant compte des capacités des enfants. Ils apprennent à voir sous l'eau, à respirer et à se déplacer.

**Une excursion en Espagne** Pour se plonger dans l'ambiance espagnole, il suffit soit de traverser l'estuaire de la Bidassoa en bateau pour débarquer à Fontarrabia, soit de passer la frontière à deux pas direction Irun.

**Initiation à la pelote basque** Les enfants s'initient à la pratique de la Cesta Punta (réception de la pelote, renvoi en coup droit par-dessus l'épaule ou en revers, jeu d'adresse). En début de séance, le moniteur présente le matériel utilisé (pelotes, gants...). Possibilité d'aller voir une démonstration de pelote basque.

**Baignades à l'océan** 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. Les baignades à l'océan se font aux plages surveillées d'Hendaye et de Saint Jean de Luz, équipées d'un poste de secours de Maîtres-Nageurs-Sauveteurs (MNS).

*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

Un directeur et un animateur pour 10 enfants en moyenne. Les animateurs, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de veiller à la sécurité affective et physique des enfants dont ils ont la charge.

## LE TRANSPORT

Le voyage s'effectue en train jusqu'à Lyon puis Paris, le groupe reprend un TGV qui amène jusqu'à la gare de Bordeaux Saint Jean et enfin un train à destination de la gare d'Hendaye à seulement 15 min du centre. Le voyage s'effectue de jour. Une convocation regroupant toutes les informations vous sera envoyée 10 jours avant le départ.



---

## 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. 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. 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

---

Le centre se fait livrer les plats en liaison froide. Exceptionnellement certains repas pourront être faits sur le centre. Les repas sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. Le repas est un moment convivial, d'écoute et d'échange entre les personnes. C'est un temps éducatif de partage durant lequel les animateurs veilleront à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement à la mise des tables, 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 douche est effectuée chaque jour avant le dîner et tous les matins une « petite » toilette est faite. Les animateurs encadrent ce temps et conseillent les plus jeunes. L'assistante sanitaire veille sur l'hygiène des enfants en assistant régulièrement au temps des douches, en vérifiant les petits bobos, les ongles, les cheveux... Le linge est lavé régulièrement. 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 pertes, il est indispensable de marquer les vêtements au nom de votre enfant. Pour les séjours de 7 jours, le linge n'est pas lavé sauf en cas d'accident.

---

## ARGENT DE POCHE

---

Une somme de 15€ par semaine est suffisante. Vous la remettrez à un responsable au moment du départ dans une enveloppe marquée aux nom et prénom de l'enfant.

---

## 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** Nous incitons les jeunes 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, armez-vous de patience car les lignes sont souvent occupées (les plages horaires d'appel seront précisées dans la lettre du directeur). Si votre enfant amène son téléphone portable durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement afin que les enfants profitent pleinement de leur séjour sans gêner les autres. Nous ne sommes pas responsables en cas de casse, de perte ou de vol.

**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, le directeur donnera les derniers détails et informations à connaître avant le départ en colo !

## OBJETS DE VALEUR

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

## DOCUMENTS À REMETTRE

Impérativement avant le départ :

- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Pass'Nautique
- Copie de la carte d'identité
- Copie de l'Autorisation de sortie de territoire
- Certificat médical
- Autorisation parentale de non contre indication à la partie de la plongée

Impérativement le jour du départ :

- Médicaments + ordonnance (le cas échéant)
- Argent de poche
- Fiche d'inventaire (à mettre dans la valise)
- Carte d'identité
- Copie de l'Autorisation de sortie de territoire
- Carte européenne d'assurance maladie

## 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...*





---

## AUTORISATION PARENTALE POUR LA PRATIQUE DE LA PLONGÉE

---

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_ demeurant \_\_\_\_\_

Agissant en tant que représentant légal, autorise l'enfant :

NOM \_\_\_\_\_

PRENOM \_\_\_\_\_

né(e) le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

à pratiquer la plongée subaquatique.

Fait à \_\_\_\_\_

Le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

SIGNATURE



# CERTIFICAT MÉDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION À LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES

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

DATES DU SEJOUR : DU \_\_\_\_\_ AU \_\_\_\_\_

## DOCUMENT A REMPLIR PAR LE MEDECIN

Je soussigné, Docteur \_\_\_\_\_ certifie avoir pris connaissance de la liste des contre-indications à la pratique de la plongée sous-marine établie par la Commission Médicale et de Prévention Nationale de la FFESSM, avoir examiné : \_\_\_\_\_

Né(e) le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

demeurant à : \_\_\_\_\_

et déclare qu'il/elle ne présente pas à ce jour de contre-indication cliniquement décelable à la pratique des activités subaquatiques.

Fait à : \_\_\_\_\_

Signature et tampon (obligatoire)

Le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Le présent certificat, valable 1 an sauf maladie intercurrente ou accident de plongée est remis en mains propres à l'intéressé(e) qui a été informé(e) des risques médicaux encourus.

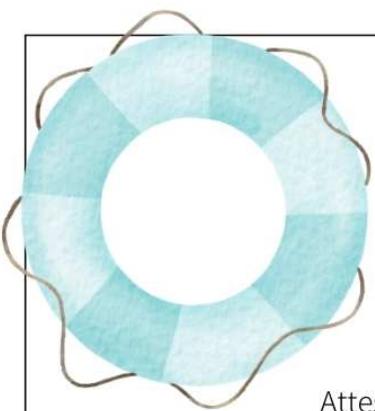
Informations au médecin signataire

L'article L 231-2 du Nouveau Code de la Santé Publique prévoit que les Fédérations doivent veiller à la santé de leurs licenciés. En application de l'article L.231-2 de ce Code, la délivrance de ce certificat ne peut se faire qu'après un «examen médical approfondi» qui doit permettre le dépistage d'une ou plusieurs affections justifiant une contre-indication temporaire ou définitive. Si le recours à un Médecin Fédéral FFESSM ou spécialisé en Médecine subaquatique et hyperbare vous paraît souhaitable , la liste de ces médecins est disponible auprès des structures fédérales de la FFESSM ou en consultant les sites web régionaux accessibles à partir de [www.ffessm.fr](http://www.ffessm.fr)

CONTRE-INDICATIONS à la PLONGEE en SCAPHANDRE AUTONOME

Février 2007

Cette liste est indicative et non limitative. Les problèmes doivent être abordés au cas par cas, éventuellement avec un bilan auprès d'un spécialiste, la décision tenant compte du niveau technique (débutant, plongeur confirmé ou encadrant).



## 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 :



Liberté • Égalité • Fraternité

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

## 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)

cerfa

N° 15646\*01

Imprimer

Réinitialiser

### 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 :

(1) 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) :

(1) 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.

(2) 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. »

# 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	DANS LA VALISE	SUR L'ENFANT	A L'ARRIVÉE	AU DÉPART
<b>POUR LA TOILETTE</b>					
Peigne et/ou brosse	1				
Brosse à dents et dentifrice	1				
Gel douche	1				
Shampoing	1				
Crème solaire	1				
Serviette de toilette	1				
<b>POUR TOUS LES JOURS</b>					
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				
<b>POUR LES ACTIVITÉS</b>					
Casquette	1				
Serviette de plage / piscine	1				
Sandales plastiques, vieilles baskets	1				
Maillot de bain	1				
Nu-pieds	1				
Lunettes de soleil	1				
Petit sac à dos	1				
Gourde	1				
<b>LES PETITS +</b>					
Paquets de mouchoirs	2				
Serviettes de table	2				
Nécessaire de courrier (enveloppes, timbres)	1				
Sac à linge sale	1				
<b>AUTRES</b>					