

# Stage de plongée et passage du niveau I

12 - 15 ans



## Les indispensables :

### LES DOCUMENTS :

- Fiche sanitaire
- Pass'nautique
- Certificat de non contre-indication à la pratique de la plongée
- Autorisation parentale à la pratique de la plongée

### DANS TA VALISE :

- Casquette
- Gourde (1L)
- Maillot de bain
- Serviette de plage
- Crème solaire

## Les Issambres

REF : 074 022 001

Un véritable stage de plongée sous-marine qui aboutit, après une formation de 6 séances et des cours théoriques, au passage du brevet de plongée sous-marine niveau 1.

Il permet d'accéder avec aisance et sécurité à une découverte enivrante des fonds marins, tout en commençant une initiation technique à ce sport !

À l'issue de cette formation, ce diplôme valable à vie permet de plonger jusqu'à 20m accompagné d'un moniteur agréé.

Pour agrémenter ce séjour, pourquoi ne pas profiter d'une sortie bateau direction Saint-Tropez ?



## LE SITE



Entre St Raphaël et St Tropez, le centre est implanté dans le petit village des Issambres. A l'ombre des orangers et des palmiers, les enfants trouvent le calme d'une villa entourée de bougainvilliers avec vue sur la mer, et profitent de sa piscine.

Il est composé d'une villa et de son annexe où les enfants sont logés par groupes d'âges dans des chambres spacieuses et confortablement équipées. La proximité de la plage, du port de San Peire et du village des Issambres avec son magnifique parc permet d'aller facilement pratiquer les activités à pied.

## LES ACTIVITÉS

### Plongée sous-marine : (6 séances)

La formation est encadrée par l'école de plongée située aux Issambres et agréée par la Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marin (FFESSM). Chaque jeune profitera de ce séjour pour se former et passer l'examen du niveau 1 de plongée sous-marine en milieu naturel. Tout l'équipement nécessaire leur sera fourni. En fonction du nombre de participants (20 jeunes maximum) deux groupes pourront être formés. Cette formation nécessite 6 plongées et des cours théoriques. La 6ème plongée permettra la validation de l'examen. Chacun apprendra les gestes indispensables pour communiquer sous l'eau et toutes les règles de sécurité obligatoires dans ce sport. A l'issue du stage chaque jeune repartira avec son carnet de plongée qui justifiera ses plongées et s'il réussit l'examen, la certification de son niveau 1. Ce diplôme valable à vie permettra au jeune de plonger jusqu'à 20m de profondeur accompagné d'un·e encadrant·e agréé·ée et ainsi découvrir une faune et une flore très variées. Il peut aussi bien évidemment être une étape pour le passage d'autres niveaux par la suite. **\*Pass'nautique, certificat médical de non contre-indication à la plongée et autorisation parentale obligatoire**

### Sortie en bateau : (1 sortie)

Embarquez pour une sortie en bateau à Saint-Tropez, ce joyau de la Côte d'Azur ! Explorez les criques cachées, profitez des eaux cristallines et admirez les somptueuses villas depuis la mer. Une expérience inoubliable et riche en découverte des paysages enchanteurs de la région !

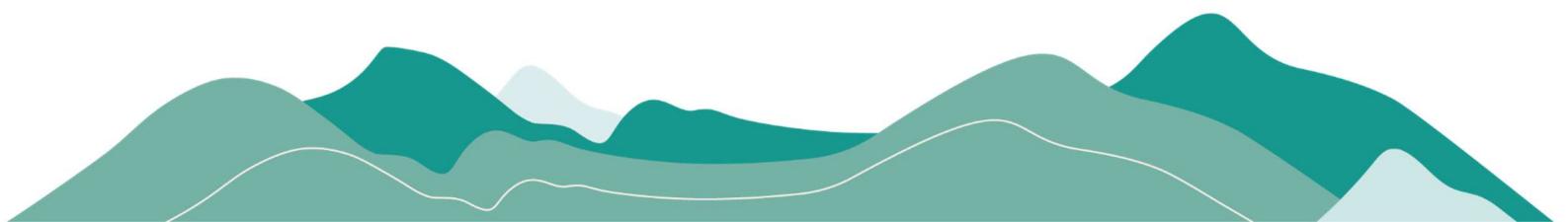
### Baignades en mer et en piscine :

Les baignades s'effectuent sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant de baignade, BNSSA...) Un animateur pour 8 enfants est présent dans l'eau. Les baignades se font dans la piscine du centre ou à la plage San Peire, à 20 minutes à pied du centre. **\*Pass'nautique obligatoire**

### Autres activités :

De nombreuses autres activités vous seront proposées: des activités manuelles (land-ard, peinture, street art, danses...), sportives, au parc, dans la pinède, à la plage, des grands jeux et des veillées.

*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

Une directrice, deux adjoints, un assistant sanitaire et un animateur pour 8 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. L'équipe du centre comprend également du personnel technique (entretien, cuisine...).

## LE TRANSPORT

Au départ de la région Auvergne-Rhône-Alpes, les trajets s'effectuent en car (en train si l'effectif est faible), de jour ou bien de nuit.

Au départ des autres régions, les voyages ont lieu en train jusqu'à la gare de St Raphaël Valescure.

## 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

Les repas, préparés par la cuisinière du centre, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. Le partage du repas est un moment convivial, d'écoute et d'échange entre les personnes. C'est un temps éducatif durant lequel les animateurs veillent à ce que chacun goûte de tout, mange suffisamment et participe activement à la mise en place des tables, au débarrassage, au nettoyage... 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'assistant 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.

## 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.

## 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 pédagogique fera son 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.

**TELEPHONE** Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois le jeune décide de l'emmener durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement. Si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites-le au moment des repas entre 12h30 et 13h30 ou entre 19h15 et 20h15 en vous armant de patience car les lignes sont souvent occupées.

**E-MAIL** Vous avez aussi la possibilité d'écrire par mail à votre enfant à l'adresse qui vous sera communiquée sur la lettre de la directrice.

**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.

La directrice 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.



---

## DOCUMENTS À REMETTRE

---

### Impérativement avant le départ :

- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Pass'Nautique
- Certificat de non contre-indication à la pratique de la plongée sous-marine + autorisation parentale

### Impérativement le jour du départ :

- Médicaments + ordonnance
- Fiche trousseau
- Enveloppe contenant l'argent de poche

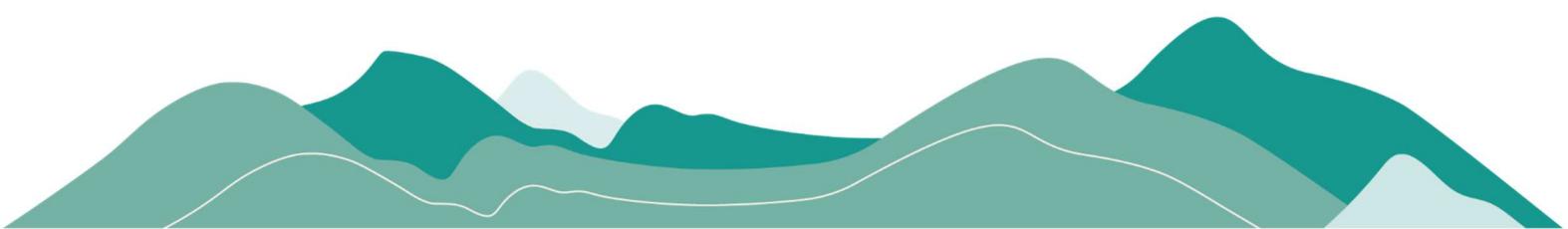
---

## 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 \_\_\_\_\_

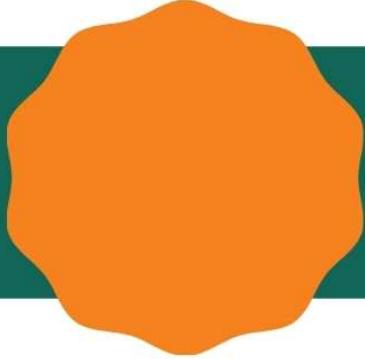
né(e) le \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

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.

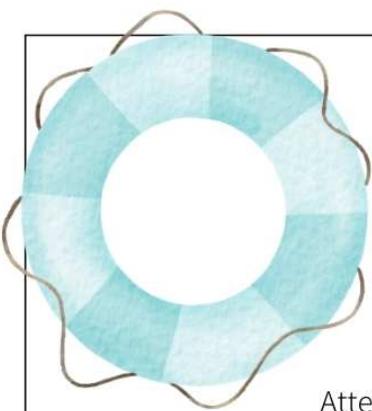
Informations au médecin signataire

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 :

# 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 / Brosse à cheveux	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 / K-way	1				
<b>POUR LES ACTIVITÉS</b>					
Casquette	1				
Serviette de plage	1				
Sandales / Baskets	2				
Maillot de bain	2				
Claquettes / Tongs	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, timbre)	1				
Sac à linge sale	1				
<b>AUTRES</b>					