



10 – 13 ans

**Les indispensables :****LES DOCUMENTS :**

- Fiche sanitaire
- Pass' Nautique

DANS TA VALISE :

- > Chaussures montantes et imperméables, chaussettes hautes et pantalon en tissus épais du type jean ou jogging 100% coton.
- > Tenues de sport

Creil'Alpes

REF : 074 006 001

Le centre dispose d'un circuit aménagé et privé pour pratiquer **la moto ou le quad**, et d'une forêt à proximité pour encore plus de sensations. Un moniteur breveté d'état t'apprendra les règles de sécurité et à être en confiance pour prendre un maximum de plaisir sur le parcours.

7 jours : 3 séances de moto/quad, 1 canyoning*

14 jours : 6 séances de moto/quad, 1 canyoning*, 1 séance d'escalade, 1 bivouac

21 jours : 7 séances de moto/quad, 1 canyoning*, 2 séances d'escalade, 1 bivouac

Tu emprunteras la télécabine pour aller te balader et pique-niquer au cœur du Grand Massif, et tu glisseras **dans la luge d'été** (2 descentes). Pour décompresser, des moments de détente et de jeux sont organisés dans la piscine chauffée du centre. On se réunira même autour du feu lors **d'une soirée trappeur**. Un séjour rythmé de jeux et de découvertes!

* remplacée par de la spéléo selon météo



Creil'Alpes

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 de Creil'Alpes – Ufoval 74

4 chemin de Creil – 74300 Arâches / Tel : 04 50 90 34 22
creil.alpes@fol74.org

LE SITE



Le centre « Creil'Alpes » est situé à 1 000m 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, 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 développer la mobilité douce. Arâches est un site préservé calme et verdoyant, idéal pour le dépaysement où chacun peut évoluer à son rythme.

LES ACTIVITÉS



Moto ou Quad

(3, 6 ou 7 séances)



Un moniteur Brevet d'État encadre les séances. Les jeunes apprennent les techniques de base sur le terrain du centre spécialement aménagé. Les groupes seront organisés par niveau et par séjour, ils seront répartis en groupes de 8 participants maximum par séance de 1h30. De l'initiation au perfectionnement, les jeunes découvriront le monde de la moto ou du quad à travers différentes activités proposées par le moniteur. Pour un débutant, la progression peut aller de la mise en route de la moto et la conduite sur un terrain spécialisé, sans oublier les consignes de sécurité, à l'entretien du matériel. Les protections (le casque, les gants, les genouillères et les coudières) sont fournies.

OBLIGATOIRES pour la MOTO pour des raisons de SECURITE :
Chaussures montantes et imperméables, chaussettes hautes et pantalon en tissus épais du type jean ou jogging 100% coton.



Canyoning : (1 séance)

Sport de pleine nature apparenté à la spéléologie ou aux sports d'eaux vives, il consiste à progresser dans le lit de cours d'eau principalement à pied, à la nage ou en utilisant les techniques de progression sur corde. Accompagnés d'un guide Diplômé d'État, sauts, rappels et glissades vont rythmer le parcours !

Accessible à tout public sachant nager.

Activité encadrée par un moniteur Brevet d'État

>> Attention : Le Pass'nautique est obligatoire.

Escalade : (1 ou 2 séances)



Les enfants pratiquent cette activité sur le mur équipé du centre. Francois MATET, guide de haute montagne et moniteur d'escalade breveté d'État, travaille avec le centre (en colonies de vacances et en classes de découvertes) depuis plus de 10 ans. Il encadre 12 enfants à chaque séance de 1h30 (les animateurs du groupe sont également présents lors de l'activité), lors d'une séance d'initiation à l'escalade. Notre moniteur vient avec son propre matériel de sécurité qu'il fournit à chaque participant (baudrier, casque, mousquetons et corde). Les enfants abordent les techniques de progression et de sécurité.





Luge d'été : (1 séance)

Deux descentes de « Speed Dragoz », un circuit de luge sur rails en plein coeur de la forêt. C'est l'activité de glisse idéale en été à la montagne.



Découverte du Grand Massif / télécabine :

Une sortie à la journée est organisée avec pique-nique au bord du lac pour découvrir le Grand Massif. Les enfants empruntent les télécabines de la station qui permettent de monter à 1800m d'altitude et offrent un panorama d'exception sur la vallée de l'Arve, depuis la plateforme de départ des parapentes des Carroz.



Les autres activités au programme :



L'équipe d'animation profitera des autres temps pour mettre en place diverses activités préparées et menées par leur soin. Il y a en aura pour tout le monde : des jeux de société, des activités manuelles, des jeux sportifs ou stratégiques en forêt ainsi que des veillées chaque soir pour finir en beauté la journée 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.

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 animateur pour 12 enfants au maximum. 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

Le voyage s'effectue en train et/ou en car jusqu'à Annecy, puis votre enfant continuera son voyage en car vers le centre de Creil'Alpes.

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 est malade, il est conduit chez le médecin et l'équipe vous contacte après la consultation. 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 l'équipe de cuisine du centre, sont équilibrés, variés et pris à des heures régulières. Le partage du repas, c'est un temps éducatif durant lequel les animateurs·trices 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, un remplacement n'est pas systématique.

HYGIÈNE

Les animateurs encadrent les temps de douche avant le dîner et les brossages de dents au cours de la journée. Ils 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. 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.

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 enfants", ce document est à destination de vos enfants. Dans celui-ci le directeur 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)
- Pass'nautique

Impérativement le jour du départ :

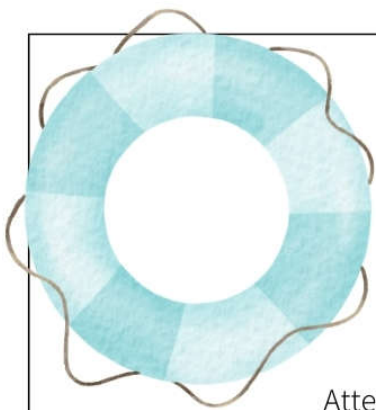
- Médicaments + ordonnance (le cas échéant)
- Argent de poche
- Fiche d'inventaire (à mettre dans la valise)

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...





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'ARRIVEE	AU DEPART
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				
Sandales plastiques, vieilles baskets	1				
Maillot de bain	1				
Nu-pieds	1				
Lunettes de soleil	1				
Petit sac à dos	1				
Gourde	1				
LES PETITS +					
Paquets de mouchoirs	2				
Serviettes de table	2				
Nécessaire de courrier (enveloppes, timbres)	1				
Sac à linge sale	1				
AUTRES					