

TROUSSEAU
et conseils pour le jeune vacancier



LAC, DÉTENTE & BONNE HUMEUR

10-14 ANS

Départ en train

RDV gare du Coteau le 13 juillet à 8h00

Retour le 17 juillet à 19h23



A avoir sur soi

au moment du départ



**1 tenue confortable
pour le trajet**

**1 gourde
isotherme**



**1 petit sac à dos
(12-20 litres)
avec le pic-nic
du lundi midi**



1 gilet ou sweat

1 casquette



**mouchoirs
stick à lèvres
crème solaire
lunettes de soleil
obligatoires**



**tennis / sneakers
dans lesquels tu es à l'aise
pour marcher**

L'indispensable

dans mon sac de voyage



1 lampe frontale *



chaussures d'eau
fermées ou vieilles
baskets



Sous-vêtements



des claquettes



nécessaire
de toilette



1 veste légère
imperméable



1 pyjama



1 tapis et un sac de couchage *



1 maillot et serviette
de bain

Short de bain interdit pour la
piscine !



1 serviette de
table



anti moustique



short, T-shirt, pantalon... de quoi être à l'aise en
ville, en journée, en soirée

* peut être prêté par le centre socioculturel - nous demander rapidement !

Parce que l'apprentissage de la vie quotidienne fait partie intégrante de l'éducation du jeune vers l'adulte autonome et parce que la cuisine est un formidable vecteur d'apprentissages, vos enfants cuisineront à tour de rôle. Ils seront aidés dans leur tâche par les animateurs. En fonction des potentialités locales, nous privilégions à la fois l'équilibre alimentaire et les produits frais. La composition des menus prendra en compte la volonté (religieuse, idéologique,...) de ne pas consommer tel ou tel ingrédient sans que cela pénalise l'équilibre alimentaire de chacun. Seul le premier pic-nic du lundi est à votre charge.

Les repas

Des goûters et encas adaptés
sont fournis !
Évitez bonbons et biscuits



**Découverte de
l'autonomie
et de la vie en groupe !**

En séjour, on apprend à jouer « solidaire », à respecter les règles du « vivre ensemble » à travers les jeux et les activités quotidiennes, et on apprend aussi à respecter les autres, que ce soit les copains ou les anims. Et en séjour, ce sont les enfants qui « décident » mais l'animateur est toujours là pour encadrer ou surveiller .

Les soins

Si votre enfant doit suivre un traitement durant son séjour, joignez obligatoirement le double de l'ordonnance et remettez les médicaments à Vanina (aucun médicament dans le sac de l'enfant). Nous nous attacherons à reconforter et soigner les vacanciers blessés ou malades. Dès la moindre alerte nous ferons appel aux professionnels de santé en vous en tenant rapidement informés.



Un peu d'argent de poche pour du shopping ou un souvenir, c'est sympa !
20 € sont amplement suffisants

Pas indispensable



mais utile pour le confort

**des rencontres et
des activités variées
en toute sécurité**

La communication

Il est tout à fait légitime de vouloir avoir des nouvelles de votre adolescent, et il se peut que certains d'entre eux souhaitent apporter un téléphone portable. Cependant, il est important de noter que son utilité est plutôt limitée et il existe un risque élevé de perte ou de détérioration : généralement ils n'aiment ni le sel ni le sable ! Dans tous les cas, afin de ne pas entraver la qualité de la vie en groupe, l'utilisation du téléphone sera restreinte : il sera demandé aux jeunes de l'éteindre systématiquement pendant les repas et les activités. De votre côté, merci de limiter également vos appels téléphoniques.

Afin de prendre des nouvelles du séjour de votre enfant, rendez-vous sur www.ondonedesnouvelles.com (il y a aussi une application pour smartphone) et saisissez le code parent : **e8dcunx5**

Morgane, directrice du séjour, est joignable à tout moment au 07 43 40 32 89. Nous vous demandons cependant de ne pas abuser de cette ligne téléphonique, qui est principalement réservée aux appels d'urgence.

Séjour strictement



non-fumeur