

# Rando Carroz



11-17  
ans

## CONTACT ORGANISATEUR

Ufoval 74  
3 avenue de la plaine - BP 340  
74 008 Annecy  
Tél: 04.50.52.30.00  
ufoval@fol74.org  
**En savoir plus :** [www.fol74.org](http://www.fol74.org)

### Les indispensables :

- Fiche de renseignements médicaux, complétée et signée + médicaments et ordonnance.
- Pass'nautique



## Les Carroz d'Arâches

### Rando Carroz

**Centre de vacances Neig'Alpes Réf. 074 013 001**

**Viens te reconnecter à la nature et profiter pleinement des paysages que le Grand Massif a à t'offrir.**

Après une première nuit en tente dans l'enceinte du centre pour te familiariser avec le matériel et la vie de groupe, ce stage de randonnée te mènera sur des sentiers minutieusement choisis par l'équipe d'animation et un(e) Accompagnateur(rice) de Moyenne Montagne qualifié(e).

Choisir un terrain de bivouac, s'organiser en équipe, apprendre à s'orienter, observer les étoiles, profiter de la nature, plonger au cœur des éléments seront au programme de cette semaine intense. Le plaisir et la sécurité étant les prérequis d'un séjour réussi, nous alternerons nuits en refuge et nuits en tente. Déconnexion garantie !!

*Séjour réservé à un public averti et disposé à marcher*

## Le centre

Le centre "Neig'Alpes" est situé à 1150 m d'altitude, au cœur du village des Carroz. Il est idéalement situé en Haute-Savoie, au-dessus de la Vallée de l'Arve, en plein cœur du Grand Massif. Les Carroz est une station de ski active et attractive, l'ensemble des activités est à proximité du centre, cela permet de développer la mobilité douce.

Le bâtiment est composé de 2 ailes : une qui comporte salle d'activité et salle de spectacle au rez de chaussée ainsi que 2 étages de chambres de 4 lits avec sanitaires complets.

L'autre aile possède un vestiaire au niveau inférieur, la salle à manger panoramique au rez de chaussée, puis 2 étages de chambres. Des salles d'activités sont au niveau supérieur.

À l'extérieur, des espaces de jeux et une piscine complètent l'équipement.

## Activités

### Rando :

Le groupe sera divisé en deux : 11-13ans et 14-17ans. Ainsi le tracé sera adapté et le rythme calé sur les enfants/jeunes. Un Accompagnateur Moyenne Montagne (AMM) sera aux commandes du séjour afin de remplir toutes les conditions de sécurité et maximiser l'expérience.

L'objectif est de se plonger dans l'univers de la randonnée et du bivouac en découvrant la préparation d'un itinéraire, le choix du lieu de bivouac et la logistique liée à cette activité mais tout ça en restant dans un certain confort et en sécurité émotionnelle et affective.

### Tente, duvet adapté et tapis de sol seront fournis par l'UFOVAL

Afin de les inciter et leur apprendre à sélectionner leurs vêtements de randonnées, les enfants/jeunes seront laissés en semi-autonomie avec leur sac. C'est-à-dire qu'il devront faire, dans un premier temps, un petit sac avec leurs affaires pour les deux premiers jours. Puis leur gros sac (le bagage principal) les attendra au camping de Samoëns où ils passeront deux nuits. Ils auront alors l'occasion de remplir de vêtements propres leur petit sac à dos pour la suite de l'aventure. Cette logistique sera cadrée et accompagnée par l'animateur principal du groupe afin qu'aucun enfant ne se sente démuné.

**Rafting** : Les deux nuits de camping à Samoëns serviront de sas de décompression, de confort et de lieu d'exploration. Les enfants/jeunes navigueront en eaux vives sur le Giffre ! Sensations et émotions intenses garanties.

**Piscine** : les baignades s'effectuent toujours sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant.e de baignade, BNSSA...). Un.e animateur.trice pour 8 enfants est présent.e dans l'eau. Le centre dispose d'une piscine chauffée. Des brassards, bouées et planches sont prêtés aux enfants qui ne savent pas nager.

**Autres activités** : repas trappeur, télécabines, ping-pong, sports collectifs (basket, tchoukball,...), 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...*



## Vie Quotidienne

**L'encadrement** : 1 animateur.trice pour 12 enfants encadre le séjour. L'équipe de direction se compose d'un directeur, d'un.e adjoint.e et d'une assistante sanitaire. Des personnes de service assurent l'entretien des locaux. Un cuisinier, un.e économ.e et son aide préparent les repas.

Les animateurs.trices, quel que soit le moment de la journée, sont toujours présents, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage. Un AMM diplômé sera également présent avec le groupe.

**L'alimentation** : les repas seront préparés par le groupe et l'équipe encadrante. C'est un temps éducatif durant lequel les animateurs.trices veillent à ce que chacun participe activement et mange suffisamment.

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.

**Le linge** : Dans le cadre de ce séjour (et comme tous les séjours de 7 jours), le linge ne sera pas lavé. Néanmoins, en cas d'accident ou de besoin l'équipe trouvera et apportera une solution de nettoyage.

## Santé

Veuillez remplir avec attention et sans omission la FICHE SANITAIRE que vous recevrez avec la confirmation d'inscription en nous indiquant par exemple les allergies ou les régimes spécifiques. Cette fiche est à donner le jour du départ.

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 à l'arrivée au centre.

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.

**En cas de PAI, merci de nous prévenir en amont : [neiq.alpes@fol74.org](mailto:neiq.alpes@fol74.org)**

**Nous vous recontacterons pour plus de détails afin de préparer au mieux l'accueil de votre enfant.**

## Relations Parents/ Enfants

**Téléphone** : si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites-le entre 17h et 19h en vous armant de patience car la ligne est souvent occupée. Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'amène durant le séjour, son utilisation sera réglementée par l'équipe d'encadrement.

**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.fol74.org/blogs-de-nos-sejours](http://www.fol74.org/blogs-de-nos-sejours). L'identifiant et le mot de passe vous seront communiqués sur la convocation de départ.

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 avec frais de retour à votre charge...



## Argent de poche

Une somme de 15 € par semaine semble largement suffisante. Vous la remettrez à un animateur en utilisant l'enveloppe « argent de poche » que vous recevrez avec la convocation de départ.

## Objets de valeur

Ils sont tous fortement déconseillés (vêtements de marque, console de jeux, bijoux, appareil photo numérique ...) et restent sous la responsabilité de l'enfant. **Aucun remboursement ne sera effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.**

## 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.

## Transports

Voyage en train jusqu'à Annecy ou Lyon. Transfert en car de la gare au centre, trajet d'environ 1 heure depuis Annecy, avec une compagnie de la Haute-Savoie avec laquelle nous sommes en partenariat depuis plus de 10 ans. Le voyage s'effectue de jour.

Une convocation regroupant toutes les informations vous sera envoyée par courrier 10 jours avant le départ.

### MEMO – A REMETTRE LE JOUR DU DEPART

- Fiche de renseignements médicaux complétée et signée
- Médicaments + ordonnance médicale (le cas échéant)
- L'enveloppe contenant l'argent de poche, sur laquelle vous aurez écrit le nom et le prénom de votre enfant ainsi que la somme contenue dans l'enveloppe
- La fiche trousseau
- Tout autre document que vous jugerez utile de remettre à l'équipe de direction du séjour

Bon séjour avec UFOVAL 74 – Vacances Pour Tous!



Nom et Prénom de l'enfant :

.....

**Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom du jeune, a l'aide de bandes tissées et cousues.**

Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom du jeune, à l'aide de bandes tissées et cousues.	CONSEILL	DANS LA VALISE	SUR SO	Inventaire de l'animateur	
				ARRIVEE	DEPART
SAC À DOS DE VOYAGE 60L MAXIMUM	1				
CHAPEAU, CASQUETTE ou BOB	1				
LUNETTES DE SOLEIL	1				
TEE –SHIRT, POLO	7				
PULL ou SWEET dont <b>1 Chaud</b>	2				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
SHORT, BERMUDA	2				
PANTALON	1				
SLIPS, CULOTTES ou CALECONS	8				
PAIRES DE CHAUSSETTES	7				
PYJAMA (plus en cas d'énurésie)	2				
MAILLOT DE BAIN	1				
SERVIETTE DE BAIN MICROFIBRE	1				
PETIT SAC A DOS DE RANDONNEE (2 jours/1 nuit = 30L)	1				
NU-PIEDS	1				
CHAUSSURES DE RANDONNEE	1				
BASKETS	1				
SERVIETTE DE TOILETTE MICROFIBRE	1				
OREILLER GONFLABLE OU COMPRESSIBLE	1				
TROUSSE DE TOILETTE : gel douche ou savon avec étui, shampoing, peigne ou brosse, brosse à dent, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier					
AUTRES					
GOURDE					
SAC A LINGE SALE					



**Coordonnées du centre : Centre de Creil'Alpes – Ufoval 74**  
4 chemin de Creil – 74300 Arâches / Tel : 04 50 90 34 22 – [creil.alpes@fol74.org](mailto:creil.alpes@fol74.org)

**ATTESTATION DU « PASS-NAUTIQUE »**  
**PRÉALABLE A LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS NAUTIQUES ET AQUATIQUES**  
**DANS LES ACCUEILS COLLECTIFS DE MINEURS**

(Accueils relevant des articles L. 227-4 et R. 227-1 du code de l'action sociale et des familles)

Références : Code de l'action sociale et des familles : article R. 227-13 et à l'arrêté du 25 avril 2012 ;  
Circulaire du 30 mai 2012 (Fiche n°3) ; Code du sport : A322-3 (1-2-3)

Le test « Pass-Nautique » prévu à l'article 3 de l'arrêté du 25 avril 2012 a pour objet de vérifier l'aisance aquatique d'un mineur avant de participer à une activité des activités suivantes :

- canoë, kayak et activités assimilées ;
- radeau et activités de navigation assimilées ;
- certaines activités de voile.

La réussite au même test est requise mais la capacité à nager est obligatoirement vérifiée (**test est réalisé sans brassière de sécurité**), pour les activités suivantes :

- canoë, kayak et activités assimilées : activité de perfectionnement du canoë, du kayak, du raft et de la navigation à l'aide de toute autre embarcation propulsée à la pagaie (fiche 3.2) ;
- canyoning (fiche 4) ;
- nage en eau vive (fiches 10.1 et 10.2) ;
- surf (fiche 18) ;
- navigation à la voile au-delà de 2 milles nautiques d'un abri (fiche 20.3) ;
- navigation dans le cadre du scoutisme marin (fiche 20.4) ;
- vol libre : activités de glisse aérotractée nautique (fiche 21.4).

Pour les activités de découverte du canoë, du kayak, du raft et d'autres embarcations propulsées à la pagaie (fiche 3.1), ainsi que pour la navigation diurne en planche à voile, dériveur léger et multicoque léger ou autre embarcation à moins de 2 milles nautiques d'un abri (fiches 20.1 et 20.2), le test peut être réalisé avec brassière de sécurité.

**Date du test :**

**Nom et prénom du mineur :**

**Aptitudes vérifiées et acquises** (mettre une croix dans les cases correspondantes)

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| Effectuer un saut dans l'eau   | <input type="checkbox"/> |
| Réaliser une flottaison sur le dos pendant 5 secondes                        | <input type="checkbox"/> |
| Réaliser une sustentation verticale pendant 5 secondes                       | <input type="checkbox"/> |
| Nager sur le ventre pendant 25 mètres  | <input type="checkbox"/> |
| Franchir une ligne d'eau ou passer sous une embarcation ou un objet flottant | <input type="checkbox"/> |

**Test réalisé :**

avec brassière

sans brassière

**Résultat du test :**

satisfaisant

non satisfaisant

**Personne ayant fait passer le test :**

Nom et prénom :

Qualification (voir informations au verso) :

Etablissement d'appartenance :

N° de carte professionnelle d'éducateur sportif (sauf BNSSA) :

Signature :

