

Bilbao/ Saint-Sébastien :



Bienvenue à Bilbao, une ville dynamique au cœur du Pays Basque, où l'ancien et le moderne se rencontrent pour créer une expérience unique qui nous plonge dans cette cité pleine de surprises, entre art contemporain, délices culinaires et ambiance chaleureuse.

Le musée Guggenheim, une icône architecturale qui abrite des œuvres étonnantes, et le mélange fascinant entre tradition basque et modernité urbaine dans les rues de Bilbao. Cette aventure nous offre une plongée immersive dans cette culture unique, où chaque instant est une nouvelle découverte.

Maintenant, direction Saint-Sébastien, une perle de la côte basque ! On s'imagine sur les plages de sable fin, entourés par les montagnes verdoyantes. Allons explorer cette ville balnéaire, entre ses ruelles pittoresques, ses festivals animés et sa cuisine renommée.

Le Pays Basque, c'est bien plus qu'une destination, c'est une immersion dans une culture riche et diverse ! La force de la tradition basque, exprimée à travers la danse, la musique et les festivals colorés qui animent les rues.



La gastronomie basque est une expérience en soi. De délicieuses tapas appelées "pintxos" nous attendent à chaque coin de rue, offrant une explosion de saveurs locales.

Pyrénées :

Les Pyrénées françaises, majestueuses l'été, offrent des sommets verdoyants et des vallées ensoleillées. La route sinueuse qui les longe dévoile des panoramas à couper le souffle. Plongez dans l'aventure estivale avec des activités palpitantes, notamment le canyoning, pour explorer les rivières tumultueuses et vivre des sensations fortes au cœur de cette nature exceptionnelle.

Nous sommes de vrais routards, alors comme dit précédemment, les grandes étapes (ci-dessus) sont définies mais le programme reste à construire par le groupe ...

Message de l'équipe aux jeunes :

Tu as quelques mois pour faire des recherches sur les lieux que nous allons traverser (activités possibles...) : internet, livres de voyage, échanges ... Recherche, sois curieux, rêve, imagine ton séjour idéal...

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...).

ORGANISATION DU SEJOUR

► L'équipe d'encadrement :

1 adulte pour 5 jeunes en moyenne. Pour un groupe de 15 jeunes, 3 adultes encadrent le séjour, dont un directeur et une assistance sanitaire.

► L'alimentation :

Le petit-déjeuner est pris au campement ou à l'extérieur avant de débiter nos journées de découvertes. Nous pique-niquons de sandwiches et de salades pour le déjeuner afin de faciliter le temps de déplacement et de visites. Des repas chauds, préparés selon les talents des membres du groupe, sont proposés chaque soir. Nous découvrons la nourriture locale et apprécions les multiples spécialités des pays.

Chacun doit s'impliquer activement et participer à tour de rôle aux tâches collectives (courses, préparation des repas, vaisselle...).

La vie collective lors d'un séjour itinérant à l'étranger rend difficile l'adaptation constante aux choix alimentaires de chacun (idéologie, religion...). Nous garantissons cependant le respect des régimes alimentaires médicaux des participants.

► Déroulement de la journée :

Les activités, les visites et l'organisation de la vie quotidienne sont réfléchies et anticipées par l'équipe. Durant le séjour, le rythme de vie est adapté aux envies et à l'état de fatigue de chacun, dans la mesure du possible. Chaque jour, des groupes sont faits pour permettre aux jeunes de choisir et de répondre le plus possible à leurs attentes.

► Le réveil :

Il est échelonné sur un temps défini afin de s'adapter au mieux au rythme de chacun mais il peut parfois être programmé tôt le matin si une activité ou sortie l'impose. L'avenir appartient à ceux qui se lèvent tôt !

► Le coucher :

Un jeune a besoin d'au moins 8h de sommeil donc le coucher se fera vers 22h/22h30, selon l'état de fatigue des jeunes. De plus le rythme d'un séjour itinérant est intense et les journées bien remplies alors la fatigue l'emporte souvent sur l'envie de faire durer la soirée...

► La toilette :

Un brin de toilette est effectué chaque matin. Chaque soir, les jeunes prennent une douche bien appréciée. Dans les campings, les sanitaires sont parfois assez rudimentaires, ce n'est donc pas toujours possible de brancher des appareils électriques, de prendre ses aises ou d'avoir de l'eau chaude à chaque fois !

► Le linge

Les jeunes auront la possibilité de laver leur linge soit à la main, soit dans des laveries automatiques. 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 perte, il est indispensable de marquer les vêtements.

► Rappel réglementaire :

Même à l'étranger, nous appliquerons la loi française en vigueur : la loi française interdit la consommation d'alcool aux mineurs. La possession et la consommation de drogue constituent un délit. La consommation

de tabac est quant à elle strictement interdite aux jeunes de moins de 16 ans.

D'une manière générale, tout comportement de nature à nuire à votre sécurité ou à celle de vos camarades, ou pouvant compromettre la qualité des vacances que nous nous efforçons de proposer à chacun, pourra donner lieu à une décision de renvoi. Frais de retour à la charge des familles...

RELATION PARENTS/JEUNES

Téléphone : le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. De plus, les frais supplémentaires inhérents aux communications passées et reçues à l'étranger sont très élevés ! Si toutefois le jeune le garde 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. L'identifiant et le mot de passe vous seront communiqués sur la convocation de départ.

***En cas d'urgence**, les parents peuvent contacter l'UFOVAL qui reste en liaison régulière avec le directeur.*

INFORMATIONS POUR PREPARER VOTRE SEJOUR

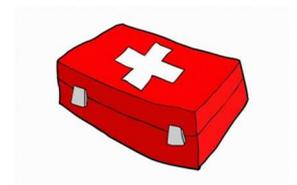
► Argent de poche :

Chaque jeune est responsable de son argent. **Il n'est pas nécessaire d'apporter une somme trop importante**, 30 à 50 euros pour l'ensemble du séjour sont largement suffisants.

Inutile d'effectuer du change en amont, puisque la monnaie est l'Euro en Espagne également.

► Santé :

Il est très important de remplir sérieusement et sans omission la fiche sanitaire en nous indiquant par exemple les allergies, les problèmes de santé particuliers ou le régime alimentaire médical. L'assistante sanitaire veillera à l'hygiène ainsi qu'au suivi des traitements médicaux (**accompagnés obligatoirement d'une ordonnance !**). Si un jeune est malade, le directeur téléphonera à la famille et n'hésitera pas à consulter un médecin.



Ce séjour ne nécessite pas une condition physique particulière, toutefois, il faut être capable de porter son sac, dormir sous tente, marcher durant un petit moment, supporter les conditions météorologiques diverses...

Aucune **vaccination** particulière n'est obligatoire. Nous vous conseillons de vous renseigner auprès de votre médecin généraliste sur les éventuels traitements préventifs. **Lors de l'inscription, merci de nous informer de tout problème important concernant la santé de votre enfant !**

► Objets de valeur :

Les objets de valeur tels que le téléphone portable, appareil photo numérique, vêtements de marque... sont **déconseillés pendant le séjour**. Ils resteront sous l'entière responsabilité de votre enfant s'il décidait toutefois de les amener (aucun remboursement en cas de dégradation, vol, perte...).

Comme dans beaucoup de pays où l'affluence touristique est importante, les transports en communs et les centres villes bondés facilitent la perte et le vol d'objets. La vigilance de chacun est impérative.