vacances POUR TOUS

ufoval

Horse academy à l'océan

08 / 14 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**

Les indispensables :

- Pass Nautique pour les 12-14 ans qui restent 14 ou 21 jours
- Une paire de bottes pour l'équitation

Plozevet

Horse academy à l'océan

Réf.074037001

Envie de tester la sensation de glisse ? Rien de tel que le bodyboard ! D'essayer l'équitation ? Alors partons à la découverte des poneys et des chevaux !
Les vacances en Bretagne c'est aussi les baignades, la pêche à pied, le vélo, les balades à la Pointe du Raz, les grands jeux, le Fest'Noz, les ateliers pâtisserie et même le camping au bord de l'océan avec de bons chamallows grillés au coin du feu entre copains ! Un séjour plein de pep's, adapté au ryhtme de chacun, au coeur de la Bretagne !

7 jours : 1 séance d'équitation + 1 séance de bodyboard ; 14 jours : 3 séances d'équitation + 3 séances de bodyboard ; 21 jours : 4 séances d'équitation + 4 séances de bodyboard.
Spécial 14 et 21 jours : visite de l'Océanopolis de Brest pour observer petits et grands monstres marins.

Pour compléter le séjour : rando à vélo, baignades, sports, pêche à pied, balade à la Pointe du Raz, grands jeux, Fest'Noz, soirée crêpes, ateliers pâtisserie, camping au bord de l'océan pour savourer des chamallows au coin du feu avec les copains.

LES ACTIVITES

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...

Equitation : Une paire de bottes pour l'équitation

L'activité se déroule au centre équestre de Lambabu, à 5 kilomètres de Plozévet. Les jeunes s'y rendent à vélo, à pied ou en minibus. Les séances sont encadrées par des moniteurs brevetés d'Etat. Au programme : découverte et apprentissage du vocabulaire spécifique et des équipements utilisés, jeux en manège, balades, initiation à la voltige... L'activité équitation est avant tout une découverte de la relation entre 2 êtres vivants : l'animal et le cavalier. S'occuper du cheval, lui donner à manger, le brosser, le monter, provoquer un contact entre le jeune et l'animal. Pour débuter chaque séance, les jeunes vont chercher leur équipement. Si la séance se déroule en début de journée, ils aident à seller les chevaux. Si c'est en fin de journée, ils ôtent les selles et rangent le matériel.
Pour le séjour de 7 jours, il s'agit d'une initiation pour les débutants ou d'approfondir ses connaissances pour les cavaliers avertis. Pour les séjours 14 et 21 jours, une balade à cheval dans la lande bretonne, à la découverte des petits sentiers et des étangs, est au programme.

Kayak au Guilvinec (12-14 ans, 14 et 21 jours) * Pass'nautique

Une journée unique à la découverte du Guilvinec, de sa faune, son port et de sa pratique quotidienne de la pêche. Une demi-journée est consacrée à une balade en kayak, encadrée par les moniteurs du Centre Nautique du Guilvinec, pour approcher une colonie de phoques gris qui a élu domicile dans ce petit coin de paradis.

Pêche à pied :

La pêche à pied peut avoir lieu à la plage du Menhir ou à celle de Penhors, à marée basse. Les enfants, équipés d'épuisettes, pelles, seaux seront invités à observer toutes les traces de vie autour des rochers. Au rendez-vous : crabes, patelles, crevettes grises, petits poissons très rapides, et parfois même écrevisses ! Après un temps d'observation et d'échanges avec l'animateur qui encadre l'activité, les enfants remettront les animaux attrapés à la mer, dans une démarche de respect des êtres vivants pêchés.

Découverte de la culture bretonne :

La Bretagne, c'est aussi des traditions : les enfants y sont sensibilisés en participant à des Fest'Noz à la découverte des danses bretonnes, en assistant à un concert de chants de marins donné par le groupe des Boulineriens, sans oublier l'incontournable soirée galettes-crêpes qui est proposée sur le centre, le far breton et le kouign-amann au goûter.

Baignades à l'océan :

Les baignades s'effectuent toujours sous la surveillance d'une personne qualifiée (surveillant de baignade, BNSSA…), dans une zone de baignade surveillée. Un animateur pour 8 enfants est présent dans l'eau. Les baignades à l'océan se font à la plage surveillée du Menhir à Kerrest équipée d'un poste de sécurité de Maîtres-Nageurs-Sauveteurs (MNS). Le groupe s'y rend généralement à pied. La plage se trouve à 2 kilomètres du centre de vacances, soit environ 30 minutes de marche, en fonction de l'âge des enfants. Pour le retour les enfants peuvent bénéficier d'un trajet en minibus pour alléger leur fatigue.

LE CENTRE

Le séjour est implanté dans l'école publique du village de Plozévet, située entre la Pointe du Raz et Quimper, en plein Pays Bigouden (Finistère), à l'extrémité ouest de la Bretagne. Chambres de 6 à 8 lits équipées d'un lavabo. Sanitaires à proximité. Les grandes salles d'activités, le préau avec les tables de ping-pong et la grande cour intérieure sont des espaces de vie adaptés aux enfants. Des équipements sportifs sont à disposition à proximité du centre (gymnase, terrains de football et courts de tennis).

DEMARCHE ECO-RESPONSABLE

Notre envie de développer une alimentation saine et locale s'est accompagnée d'une démarche plus globale autour de l'alimentation responsable et plus généralement de l'éco-responsabilité. Nous essayons, durant tout le séjour, de mettre en place des actions qui nous permettent, jeunes et adultes, d'agir en pensant à notre impact sur l'environnement, sur les autres et leur bien-être. Nous favorisons les goûters et pique-niques à partager, afin d'en faire un temps d'échanges, et de réduire les emballages. Nous incitons les jeunes à utiliser une gourde, au lieu de bouteilles en plastique jetables. Sur le centre, nous utilisons du vinaigre et autres substituts naturels aux produits ménagers toxiques, des serviettes en tissu et non plus des serviettes en papier, jetables. Nous incitons les jeunes à prendre conscience de la gestion des déchets, du gaspillage alimentaire, de l'utilisation de l'eau (gestion du linge, temps sous la douche, vaisselle en camping).

ALIMENTATION

Alimentation 100% faite maison, avec des produits frais et locaux. Notre centre est implanté au cœur de la Bretagne, depuis de nombreuses années. Nous favorisons le lien avec les habitants du village et des environs, et travaillons avec les producteurs, les agriculteurs, les entreprises du coin. Cela nous permet de servir des plats réalisés en grande partie à partir de produits locaux : légumes poussant à Plozévet, à quelques pas de la plage du Menhir où les enfants se baignent ; laitages préparés à Plouhinec, à partir du lait des vaches de la ferme, porc breton dont les fameuses saucisses Hénaff, produites à Pouldreuzic, commune où les jeunes pratiquent le surf, crêpes et galettes faites main à Landudec… Notre cuisto et le personnel de service qui l'accompagne ont soin de préparer des plats 100% faits maison. Ici pas de betteraves en boîte, de lasagnes surgelées ou de gâteaux industriels : tout est préparé sur place. Au petit déjeuner et au goûter, c'est toute l'équipe, et même les enfants, qui mettent la main à la pâte ! Les gâteaux ou biscuits des goûters sont préparés par l'équipe ou par les jeunes : cookies, kouign amann, sablés ou far breton, ; les petits déjeuners sont variés apportant aux jeunes toute l'énergie dont ils auront besoin au cours d'une journée sportive : barres de céréales home made, banana bread, pain perdu, pancakes, jus d'orange ou de pomme pressées par les enfants !

L'EQUIPE D'ENCADREMENT

Une directrice, un adjoint, une assistante sanitaire, une équipe de cuisine, de service 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 sécurité et d'apprentissage.

LE TRANSPORT

Voyage en train de jour jusqu'à la gare de Rennes ou Quimper. Transfert en car ou en minibus entre la gare de Rennes ou Quimper et le centre.

SANTE

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.

LINGE

Le linge est lavé régulièrement par la lingère du centre. Malgré l'attention qu'on peut y apporter, il existe toujours, en collectivité, un risque de problème de lavage (linge déteint, abîmé). Il n'y a pas de lavage pour le séjour de 7 jours sauf si nécessaire. 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.

ARGENT DE POCHE

Une somme de 30 € 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 déconseillés (vêtements de marque, console de jeux, bijoux, appareil photo numérique) et restent sous la responsabilité de l'enfant. Aucun remboursement ne se ra effectué en cas de dégradation, de perte ou de vol.

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.fol74.org/blogs-de-nos-sejours. 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 enfants à vous envoyer une lettre après leur arrivée. Ils sont bien sûr libres d'écrire autant de fois qu'ils le souhaitent. Vous pouvez glisser dans la valise des enveloppes timbrées à votre adresse, sinon ils pourront acheter cartes postales et timbres sur le centre. Des lettres de votre part sont également recommandées et les bienvenues. Nous vous conseillons de privilégier le courrier pour correspondre. Centre UFOVAL 74 « Ecole Georges Le Bail » 30 avenue Georges Le Bail 29710 PLOZEVET

TELEPHONE Si vous souhaitez exceptionnellement joindre votre enfant par téléphone, faites-le entre 19h30 et 20h30 au numéro de téléphone du restaurant (02.98.91.37.46) en vous armant de patience car les lignes sont souvent occupées. Le téléphone portable est fortement déconseillé, afin de profiter pleinement de la vie de groupe. Si toutefois l'enfant l'amène durant le séjour, il sera gardé au bureau par l'équipe de direction et son utilisation sera réglementée.

AVANT LA COLO

Le/la directeur/trice publiera sur le BLOG “la lettre aux enfants”, ce document est à destination de vos enfants. Dans celui-ci le/la directeur/trice donnera les derniers détails et informations à connaître avant le départ en colo !

LE JOUR DU DEPART

Documents à remettre le jour du départ :

- Fiche sanitaire (remplie et signée)
- Médicaments + ordonnance (le cas échéant)
- Argent de poche
- Fiche d’inventaire (à mettre dans la valise)
- Test d’aisance aquatique

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.

FICHE TROUSSEAU

Nom et Prénom du jeune : ……..

FICHE TROUSSEAU

Chaque pièce du trousseau doit être marquée aux nom et prénom de l'enfant à l'aide de bandes tissées et cousues	CONSEILLE	DANS LA VALISE	SUR SOI	INVENTAIRE A L'ARRIVEE	INVENTAIRE AU DEPART
VALISE OU SAC DE VOYAGE	1				
CHAPEAU, CASQUETTE OU BOB	1				
TEE-SHIRTS, POLOS	8				
COUPE VENT / IMPERMEABLE	1				
PULL OU SWEET dont 1 chaud	4				
SHORT, BERMUDA OU PANTACOURT	5				
PANTALON	3				
ROBE OU JUPE (facultatif)	1				
SLIPS, CULOTTES OU CALECONS	8				
PAIRES DE CHAUSSETTES	7				
PYJAMA	2				
MAILLOT DE BAIN	2				
SERVIETTE DE PLAGE	2				
SAC A DOS (pour la plage et balade)	1				
GOURDE	1				
SANDALETTES PLASTIQUES ou veilles baskets (ex : balade sur rocher, voile...) facultatif	1				
NU-PIEDS	1				
BASKETS	1				
SERVIETTE DE TOILETTE	2				
GANT DE TOILETTE	1				
TROUSSE DE TOILETTE: gel douche ou savon, shampooing, brosse ou peigne, brosse à dents, dentifrice, crème solaire, mouchoirs en papier	1				
NECESSAIRE COURRIER: bloc, enveloppes, timbres, stylo	1				

PASS NAUTIQUE

SEJOUR :

NOM ET PRÉNOM DE L'ENFANT :
……..……

Date du séjour : Du ..... Au .....

A REMPLIR PAR LE MAITRE NAGEUR

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 eau vive, 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 :