

Séjour organisé en partenariat entre la Ville de Lanester et Plein temps vacances & loisirs

**LES DATES DU SÉJOUR :
Du 7 au 21 juillet 2022**

**Renseignements
Inscription**

Service des régies
Tél. 02.97.76.81.89

LES INDISPENSABLES :

Sac de couchage
Baskets
Maillot de bain

Et ta bonne humeur !



12-15 ans

Cocktail Sensations à l'Alpes du Grand Serre (38)

Attention séjour sportif à hautes sensations !

A la découverte d'un cocktail d'activités sur les hauteurs de l'Isère. L'objectif du séjour est de découvrir la vallée de l'Oisans aux portes du Parc National des Écrins tout en faisant le plein de sensations fortes. Chaque activité est encadrée par des diplômés d'un Brevet d'Etat.

Au programme : un séjour tonique qui propose un cocktail harmonieux d'activités sportives, tout en découvrant les richesses de la montagne...
A consommer sans modération !!!

Les trajets sur place s'effectuent en minibus, conduits par les membres de l'équipe d'animation.

De quoi prendre un grand bol d'air et faire le plein de sensations fortes !

L'hébergement et le lieu de vie

Le Relais de l'Oisans est situé tout à proximité de la station de l'Alpe du Grand Serre (Isère). La structure est organisée en 34 chambres de 2 à 6 lits, dotés d'un coin lavabo pour l'hygiène quotidienne et répartis en trois ailes : le Taille fer, l'Oisans et Huez. Un bloc sanitaire à chaque étage (8 douches et 8 WC) permet une bonne régulation pour le "temps des douches". Les deux salles de restauration, et salles permettent aux groupes présents d'organiser les veillées et autres animations du séjour.



Rythme de la Journée

- Lever et petit déjeuner individualisés
- Brossage des dents
- Rangements des chambres
- Présentation des activités de la journée
- Le temps des activités
- Déjeuner
- Temps calme adapté à l'âge des enfants
- Le temps des activités
- Goûter
- Le temps des douches
- Le temps du courrier, discussions et jeux libres
- Dîner
- Veillée collective
- Brossage des dents et coucher adapté à l'âge des enfants

Vie Quotidienne

Chaque animateur, assistant sanitaire s'engage, à la signature de son contrat, à assurer une surveillance totale des enfants 24h/24h, durant le séjour. Cela implique donc leur participation à la vie quotidienne et aux activités, ainsi qu'à la mise en place d'un roulement de "garde" durant les réunions du soir. Une présence proche la nuit, près des chambres des enfants, est assurée afin de répondre à toute sollicitation de leur part.

Rythme de vie : le réveil est individualisé. Les activités dynamiques et calmes sont alternées en fonction des moments de la journée, des conditions climatiques et sont adaptées au rythme de vie des enfants. Le coucher s'effectue toujours à des heures raisonnables, après une veillée adaptée à l'état de fatigue des enfants.

Repas : Les repas sont préparés sur place dans chacun de nos centres. Les menus sont élaborés à l'avance par notre diététicienne (selon les normes GEMRCN) en concertation la cuisine et la responsable du centre. Il est à noter que nos repas sont élaborés avec des aliments la traçabilité est assurée par chacun de nos fournisseurs.

Hygiène : la douche et la toilette sont effectuées chaque jour. Il peut arriver, comme dans toute collectivité, que nous ayons à lutter contre les poux. En conséquence, il peut être sage d'ajouter dans la trousse de toilette une lotion traitante.

Linge : il est lavé une fois par semaine (Uniquement pour les séjours de 15j). Afin de réduire les risques de pertes, celui-ci doit être marqué au nom de l'enfant par une bande tissée cousue (celle collée au fer ne résiste pas toujours aux lavages répétés) ou un stylo textile.

Relation Parents / Enfant

Courrier : nous incitons les enfants à vous envoyer au moins une lettre après leur arrivée. Il est bien de le munir de quelques 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. Votre enfant reçoit son courrier dans sa propre boîte à lettres

Téléphone : Le téléphone ne doit être utilisé pour joindre les enfants qu'en cas d'urgence.

Internet : des nouvelles sont données sur le blog du séjour. La veille du départ, un message sera posté sur le blog pour rappeler aux familles la date, l'heure et lieu de retour des enfants à Lanester.

Activités proposées

Descente en eaux vives : Rafting

Découverte de l'activité VTT

Découverte de la Via Ferrata

Découverte du Canyoning

Randonnées

Baignades à volonté

Une nuit en Bivouac

Grand Jeux

