

Séjour organisé en partenariat entre la Ville de Lanester et la Ligue de l'enseignement

**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

Raid aventures à Guillestre Hautes Alpes (05)

Attention séjour sportif à hautes sensations !

A la découverte d'un cocktail d'activités sous le soleil des Hautes-Alpes L'objectif du séjour est de découvrir les vallées des Hautes-Alpes sous l'angle des sensations fortes. Chaque activité est encadrée par des diplômés d'un Brevet d'Etat.

(sports d'eau vive et l'entraide pour que chacun puisse trouver sa place au sein du groupe.)

L'esprit du séjour est l'itinérance, le voyage : des étapes de Guillestre au Guil, les rivières les plus riches en adrénaline. Les camps sont posés dans des aires naturelles de camping ou bivouacs déclarés. Les jeunes participent pleinement à la vie du groupe et aux tâches quotidiennes comme l'élaboration des menus, les courses, la confection des repas, la vaisselle, le montage et le démontage des tentes... ils ont aussi leur mot à dire sur les activités complémentaires, les visites, les veillées...

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

Camping La Rochette : près de Briançon et d'Embrun, à proximité directe du village et au bord de la rivière avec blocs sanitaires à proximité. Le séjour bénéficie d'un emplacement réservé. Selon les envies des jeunes, lors de l'itinérance, le groupe pourra bivouaquer ou camper dans d'autres campings. Hébergement sous tentes 2 places non mixtes.

Rythme de la Journée

- Lever et petit déjeuner individualisés
- Brossage des dents
- Rangements du camp
- 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

Le centre est dirigé par un directeur permanent et 1 directeur pédagogique. Ils sont épaulés par 4 adjoint(e)s pédagogiques, 1 ou 2 assistantes sanitaires, un animateur permanent et un cuisinier permanent. Un(e) animateur(trice) de vie quotidienne suit votre enfant tout au long du séjour. Il/elle est toujours présent(e), quel que soit le moment de la journée, avec un souci constant de sécurité et d'apprentissage, notamment celui de la vie en collectivité.

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 : nous avons le souci de proposer aux enfants des repas équilibrés et diversifiés, pris à des heures régulières. Un(e) animateur (trice) présent(e) à chaque table veille à ce que l'enfant mange de tout et suffisamment. Seuls les régimes alimentaires médicaux sont respectés. Les convictions religieuses et philosophiques le sont également, si elles n'ont pas d'incidences sur l'organisation collective.

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. Pour le consulter, il suffit de vous rendre sur le site www.laligue38.org/blogs-de-nos-sejours et de sélectionner Autrans dans la catégorie montagne, puis saisir les codes d'accès fournis dans la convocation de départ. 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.

Programme prévisionnel

- J1 : transfert et installation au camping la Rochette à Guillestre
- J2 : sensibilisation eau vive et balade découverte la rue des masques
- J3 : intégrale de la rivière de la Durance en rafting
- J4 : descente de la Durance en hot-dog (canoé gonflable)
- J5 : descente de la rivière du Guil en rafting
- J6 : rando et baignade au lac des Eyglies
- J7 : démontage des tentes et installation au lac de Serre-Ponçon
- J8 : descente de la rivière de l'Ubaye en rafting
- J9 : journée de repos
- J10 : canyon de la Blache et balade dans le village de Ste Savine le Lac
- J11 : retour à Guillestre, détente et baignade
- J12 : transfert retour