



ADN organise des séjours de vacances et classes de découvertes depuis une trentaine d'années,

L'association travaille avec la Ville de Paris depuis une vingtaine d'années.

#### Dates des séjours :

Du 07/07 au 18/07

Du 19/07 au 30/07

#### Public :

55/60 enfants de 7 à 13 ans et 8 adultes ADN.

#### L'équipe diplômée :

- Un directeur,
- Une assistante sanitaire,
- Un animateur porteur du projet nature,
- 5 animateurs.

#### Transport :

- En train Paris/Annecy (4h00)
- Transfert en car de Annecy au centre (110 km)

#### SMS de bonne arrivée sur votre mobile

#### Ecrire aux enfants :

Chalet Les Clarines  
Groupe ADN  
Richebourg  
74360 Abondance

#### Blog :

[www.adn-decouverte.fr](http://www.adn-decouverte.fr)  
(rubrique « blog séjours vacances »)

#### Les Apprentis Aventuriers

Mot de passe :  
CLARINES

11/13 ANS

Vacances Arc en Ciel

## Les Apprentis Aventuriers



### Lieu du séjour : La Chapelle d'Abondance (Haute-Savoie)

#### L'hébergement :

C'est en Haute-Savoie, au cœur d'un site grandiose que le village de la Chapelle d'Abondance vous accueille. La Vallée d'Abondance fait partie du Massif Alpin du Chablais. Le chalet est situé à 2 km du centre du village d'Abondance et 2 km du centre de la Chapelle d'Abondance.

Le chalet Les Clarines, est un grand chalet savoyard de 5 niveaux comprenant 4 salles d'activités, 1 cuisine, 1 grande salle à manger avec baie vitrée, infirmerie, 3 étages de chambres avec balcons ouvrant sur la vallée. Les enfants partagent des chambres de 3 à 8 lits, équipées d'une salle de bain comprenant douche et lavabo. Les WC se trouvent à chaque étage.

Une cuisine locale savoureuse et « intelligente » préparée sur place par un cuisinier :

Des repas (petit déjeuner/déjeuner/goûter/dîner) préparés sur place et laissant une large place au « fait maison »

Des menus équilibrés et adaptés au public accueilli (besoins, goûts, équilibre journalier)

Un choix d'ingrédients qui privilégie des produits de saison, des produits de l'agriculture biologique et, si possible, locaux. Une à deux spécialités régionales par semaine.

Des menus adaptés aux régimes spéciaux : sans porc, végétariens, sans gluten etc.



#### Les activités : ateliers Robinson Junior

##### Robinson Junior

Construire des cabanes ou simplement te balader dans les bois font partie de tes activités fétiches ? Rejoins-nous pour une colo 100% nature où tu apprendras comment te repérer, faire du feu, protéger la nature, chercher des traces d'animaux, construire une cabane... Une aventure en toute sécurité !

Différents ateliers nature te sont proposés comme :

Maîtrise le feu !

Apprendre à te repérer en pleine nature & construire ton campement !

Préparer un repas trappeur et le déguster !

Mieux connaître la nature et explorer la forêt...

##### Découverte du Land Art :

L'environnement du centre est propice à la découverte et à la récolte de matériaux qui nous entourent. Nous utiliserons des éléments naturels (terre, pierre, bois, écorces, fleurs, branches) pour créer une composition collective ou individuelle selon le choix de chacun.

Marcher, toucher, recherche, observez et enfin créez vos propres œuvres permettra aux enfants de découvrir la montagne autrement. Le Land Art permet l'apprentissage de la patience : il faut du temps pour rassembler les éléments naturels pour ensuite créer et devenir un artiste.



## Les activités (suite)

Randonnée chamois avec nuit en refuge (Une après-midi, nuit et matinée)

A partir du Lac des Plagnes, au-dessus d'Abondance, les jeunes partiront en randonnée nature pour découvrir, à la longue vue, les chamois qui s'y promènent régulièrement. L'accompagnateur Moyenne Montagne (Brevet d'Etat) amène le groupe au refuge des Tinderets à 1500m d'altitude, pour y déguster un bon barbecue préparé par tous nos marcheurs et une bonne nuit en pleine nature. Soirée conviviale et souvenirs garantis.

La course d'orientation

L'activité se déroule en 2 parties :

La première, assez courte, d'initiation à la cartographie ayant pour but de présenter l'orientation : qu'est-ce qu'une carte ? A quoi servent les couleurs ? Comment se servir d'une boussole...

La seconde partie de la séance, a pour objectif de mettre en pratique les explications de la première avec une recherche de balises lors d'une petite course simple par équipe.

Cette course est combinée avec des petites questions sur la nature et l'environnement.

Cette activité est encadrée par un guide de moyenne montagne (1 guide pour 15 à 20 enfants)



### Les autres activités du séjour :

1 séance d'accrobranche,

Excursion à la journée à la station balnéaire de Thonon les Bains

Soirée barbecue lac des Plagnes

Des animations et veillées...



Rejoignez-nous sur [www.adn-decouverte.fr](http://www.adn-decouverte.fr)

Ou sur la page Facebook d'Activité Découverte et Nature



## L'équipe d'encadrement / suivi sanitaire

L'équipe est composée de :

- un directeur, sélectionné, recruté par ADN, qui sélectionne son équipe, composée d'un adjoint/assistant sanitaire, d'un animateur porteur du projet nature et de plusieurs animateurs et animatrices diplômés.

Ils mettent en place pour les enfants le programme des activités en tenant compte de leurs envies et attentes.

L'assistant(e) sanitaire est chargé(e) du suivi des soins et traitements médicaux. Si votre enfant suit un traitement mé-

dical, pensez à le préciser et l'expliquer sur la fiche sanitaire, et surtout à transmettre au plus tard le jour du départ l'ordonnance de moins de 3 mois.

Si les enfants sont malades pendant le séjour, ils sont conduits chez le médecin, et l'assistant sanitaire ou le directeur vous préviennent le jour même.

Les frais médicaux sont avancés par ADN. Vous recevrez une facture puis les feuilles de soins à la réception de votre règlement.

Si vous bénéficiez de la CMU, pensez à transmettre dans le dossier de votre enfant, une attestation valide jusqu'à la fin de séjour.

Si votre enfant suit un régime alimentaire particulier ou a besoin d'une attention particulière, vous l'expliquerez précisément sur la fiche sanitaire.



## Trousseau

Une fiche « trousseau » vous est remise lors de l'inscription. Il s'agit des quantités et types de vêtements conseillés. **Le linge sera lavé pendant le séjour, il est important qu'il soit marqué au nom de l'enfant.**

Evitez les vêtements fragiles, de marque, tout neufs.

Pensez à mettre une crème solaire, des lunettes, chapeau, maillot de bain, chaussures de marche ou bonnes baskets ; ainsi qu'un vêtement de pluie ou blouson de saison.

**Les objets de valeur sont vivement déconseillés**

(téléphone portable, lecteur mp3, bijoux, console...). Ils ne sont pas assurés et donc ni remplacés, ni remboursés en cas de perte, vol ou casse.

Il est conseillé d'emmener le nounours, ou autre doudou avec lequel votre enfant a l'habitude de s'endormir.

## Le téléphone

Il n'est pas nécessaire, ni conseillé de confier un téléphone portable à votre enfant. (voir objets de valeurs).

Les enfants peuvent vous appeler lorsqu'ils le souhaitent depuis un téléphone du centre (pas besoin de carte téléphonique). Si des enfants sont en possession de téléphones portables, ceux-ci sont récupérés par l'équipe d'encadrement qui met en place un fonctionnement pour leur utilisation.

## PLANNING PREVISIONNEL\* 12 jours APPRENTIS AVENTURIERS 11/13 ANS

	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6
Matin	Voyage PARIS / ANNECY	Découverte de l'environnement pour les ateliers	On ramasse branches, feuilles, herbe, tout objet pour créer une fresque NATURE	Tournoi de sport sur le terrain de sport à Abondance	Balade le long de la Dranse pour se rendre au parcours aventure	Préparation pour la randonnée refuge (denrées, itinéraire, boussole)
Après-midi		Apprendre à faire un feu de camp	LAND ART	COURSE d'orientation	ACCROBRANCHE	Départ pour le refuge des TINDERETS
Veillée	Qui et qui ?	Times'UP	Quiz sur les éléments naturels	Mimes pour découvrir des personnalités	Juste Dance	Repas trappeur et nuit refuge
	J 7	J 8	J 9	J 10	J 11	J 12
Matin	Découverte des alpages, découverte des chalets typiques, à la recherche des animaux	Journée à Thème FORT BOYARD	Danse, foot	JOURNEE AU LAC LEMAN  Baignade, aire de jeux, promenade au bord du lac	Rangement, photos souvenirs	Voyage ANNECY / PARIS
Après-midi	Rangement, nettoyage du matériel, repos	Enigmes, épreuves, sport	Olympiades		Emplettes au village	
Veillée	Veillée calme, petits jeux de société	BOOM	Fort Boyard	Rallye chocolat	Film et photos sur la colo	

\* Planning prévisionnel à titre indicatif

## TROUSSEAU APPRENTIS AVENTURIERS (12 jours)

**NOM :** \_\_\_\_\_

**Prénom :** \_\_\_\_\_

DESIGNATION	Quantité conseillée	Quantité famille	Quantité arrivée	Quantité départ
<b><i>Nécessaire pour le séjour</i></b>				
<b>Vêtement de pluie type K-Way</b>	1			
<b>Blouson d'été ou polaire</b> (pour les soirées fraîches)	1			
<b>Casquette ou chapeau de soleil</b>	1			
<b>Lunettes de soleil avec attaches</b>	1			
<b>Crème solaire écran total indice 60</b>	1			
<b>Stick protecteur pour les lèvres</b>	1			
<b>Masque lavable « de catégorie 1 »</b>	2			
<b>Sac à dos (pour les sorties)</b>	1			
<b>Gourde minimum 0.75 l (conseillée 1 litre)</b>	1			

<b><i>Vêtements pour le séjour</i></b>				
Pantalon ou jean	2			
Jogging ou survêtement complet	2			
Shorts ou bermudas	3			
Legging	(facultatif)			
Jupe ou robe	(facultatif)			
Sweat-shirt	2			
Pull-over ou gilet chaud	1			
Maillot de bain et drap de bain	1			
Tee-shirts, maillots de corps ou débardeurs	7			
Chemise, Polo	(facultatif)			
Slips ou culottes	7			
Paires de chaussettes	7			
Pyjama ou chemise de nuit	2			
Paire de chaussures de marche ou bonnes baskets	1			
Paire de tennis ou de sandales	1			
Paire de chaussons	1			

<b><i>Nécessaire de toilette</i></b>				
Serviette de toilette (une grande et une petite)	2			
Gant de toilette	(facultatif)			
Trousse de toilette : savon ou gel douche, dentifrice, brosse à dents, shampoing, brosse à cheveux, (prévoir une charlotte pour les cheveux longs).	1			
Paquet de mouchoirs en papier	2 ou 3			
Traitement anti-poux	facultatif			

<b><i>Accessoires</i></b>				
Sac à linge sale en toile	1			
Sacs en toile de préférence (pour mettre les chaussures)	2			
Nécessaire à courrier (enveloppes timbrées à l'adresse, papier et stylo)	1			
Livre ou magazine	facultatif			
Jeux de société	facultatif			

**IMPORTANT !** Signaler à l'Assistant(e) Sanitaire, la présence de médicaments et d'ordonnance **dans le bagage**.

Nous vous conseillons vivement de ne pas confier à votre enfant d'objets de valeur. Ces objets ne sont en aucun cas sous la responsabilité du directeur et d'ADN, et ne peuvent être ni remboursés, ni remplacés en cas de vol, perte ou casse.

**CONSIGNES POUR UN MEILLEUR ACCUEIL DE VOTRE ENFANT ET SUIVI DE SES AFFAIRES :**

- ★ Compléter la colonne « Quantité famille », ne pas oublier le NOM, et placer la présente fiche complétée **dans le bagage** de votre enfant.
- ★ Tenir compte dans le présent inventaire du linge porté par votre enfant au départ.
- ★ Marquer toutes les affaires au NOM de votre enfant (pour éviter l'effacement lors des lavages, si possible marques cousues).
- ★ Habiller et équiper votre enfant de linge lavable en machine, éviter les **vêtements fragiles et chers**.
- ★ Marquer les bagages au NOM de votre enfant.
- ★ Si votre enfant est énurétique, prévoir 2 pyjamas supplémentaires.
- ★ **Si votre enfant a des poux ou en a eu, prévoyez, le shampoing ou la lotion, en nous indiquant la date à laquelle vous avez commencé le traitement, afin qu'il soit poursuivi. Si vous avez eu des punaises de lit à votre domicile ou dans votre immeuble, merci de traiter, désinfecter très soigneusement la valise de votre enfant.**

PRENOM DE L'ANIMATEUR :