

ADN organise des séjours de vacances et classes de découvertes depuis plus de 35 ans.

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

### Dates & durées :

- Du 10 au 19 juillet 2023 soit 10 jours
- Du 20 au 31 juillet 2023 soit 12 jours

### Public :

70 enfants âgés de 7 à 13 ans et 9 adultes ADN.

### L'équipe :

Un directeur + 1 adjoint /assistant sanitaire + 7 animateurs et animatrices.

### Transport :

- En train Paris/Annecy (environ 4h00)
- Transfert en car de la gare 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 : Indiqué sur la convocation voyage.



# LES APPRENTIS AVENTURIERS

## 74 - HAUTE-SAVOIE

dès l'été 2023, les séjours ADN auront tous une couleur olympique

### 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.

### LES ACTIVITES :

**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 ...

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.



### 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.



### Randonnée Faune & Flore à la journée avec guide de moyenne montagne :

Des guides diplômés accompagnateurs de moyenne montagne, proposent de partir sur les traces du chamois à travers la Combe de Perthuis. Cet endroit bénéficie d'un arrêté de BIOTOPE (toutes les espèces végétales et animales sont protégées). La multitude de fleurs, l'observation du chamois et la rencontre probable de marmottes nous font réellement découvrir la faune et la flore de la région. L'observation des animaux et des fleurs, sera facilitée par l'usage de jumelles et de lunettes terrestres pour encore plus de plaisir.



### Visite d'une Ferme Laitière:

Les enfants partiront en randonnée à la rencontre de M. Mouthon à l'alpage du Crêt Béni, pour découvrir la fabrication du célèbre fromage d'Abondance, visite de l'étable et découverte des vaches laitières.

### Rallye Nature encadré par un guide :

Par équipes et équipés d'une carte de randonnée les enfants doivent trouver différentes balises réparties sur un périmètre sécurisé. A l'aide de cette carte, les différentes équipes recherchent des fiches cartonnées où ils découvrent plusieurs thèmes en lien avec la nature.

Mais aussi, accrobranche & excursion à la station balnéaire de Thonon-les-Bains. Animations et veillées quotidiennes.



## L'EQUIPE 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 et de 7 animateurs et animatrices. Ils mettent en place pour les enfants le programme des activités en tenant compte de leurs envies et attentes.

L'assistant(e) est chargé(e) du suivi des soins et traitements médicaux.

## 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 neuf. Pensez à mettre une crème solaire, des lunettes, chapeau, maillot de bain, ainsi qu'un vêtement de pluie ou blouson de saison.

Si votre enfant suit un traitement médical, 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. A réception de votre règlement, vous recevrez les feuilles de soins de votre enfant.

### 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.

Si vous bénéficiez de la Complémentaire Santé Solidaire, 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.

## LE TELEPHONE :

Il n'est pas nécessaire, ni conseillé de confier un téléphone portable à votre enfant. Des temps téléphone seront proposés (et non imposés) aux enfants, s'ils souhaitent vous appeler. Attention, nous mettons un portable à disposition de l'équipe et leur demandons de masquer le numéro. De ce fait, merci à vous de répondre aux éventuels appels masqués sur cette période.

Si des enfants sont en possession de téléphones portables, ceux-ci peuvent être récupérés par l'équipe d'encadrement qui met en place un fonctionnement pour leur utilisation.

### Activité Découverte & Nature

10 Quai de la Borde  
91130 Ris-Orangis  
Tel : 01 69 25 98 50

Rejoignez-nous sur :  
www.adn-decouverte.fr  
ou sur la page Facebook  
d'Activité Découverte &  
Nature



## PLANNING PREVISIONNEL\* 12 jours APPRENTIS AVENTURIERS 7/10 ANS

	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6
Matin	Voyage PARIS / ANNECY	Repérage en forêt pour les activités nature	Balade le long de la Dranse pour se rendre au parcours aventure	A la recherche d'objets naturels en forêt pour nos activités manuelles	Grands jeux à Abondance	JOURNEE à la ferme d'alpage pour découvrir la fabrication du fromage.  Randonnée pour aller à la rencontre du troupeau
Après-midi		Apprendre à faire des nœuds avec des cordes pour les cabanes	ACCROBRANCHE	RALLYE NATURE avec guides	Ateliers Land-Art	
Veillée	Découverte des règles de vie sous forme de jeu	Grille magique	Loup Garou	Times UP	Cluedo	Contes
	J 7	J 8	J 9	J 10	J 11	J 12
Matin	Balade au marché pour découvrir les spécialités locales	JOURNEE RANDONNEE avec des guides pour aller à la rencontre des chamois sur des sentiers arpentés	A la découverte des petites bêtes qui fourmillent au bord de la rivière	JOURNEE AU LAC LEMAN  Baignade, aire de jeux, promenade au bord du lac	Rangement, photos souvenirs	Voyage ANNECY / PARIS
Après-midi	Avancée dans la construction de cabanes		Olympiades		Pique-nique et jeux dans les cabanes fabriquées pendant le séjour	
Veillée	Rallye chocolat	Contes de la montagne	BOOM	Tournoi de jeux de société	Film et photos sur la colo	

\* Planning prévisionnel à titre indicatif

## TROUSSEAU APPRENTIS AVENTURIERS (10 ou 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>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 :