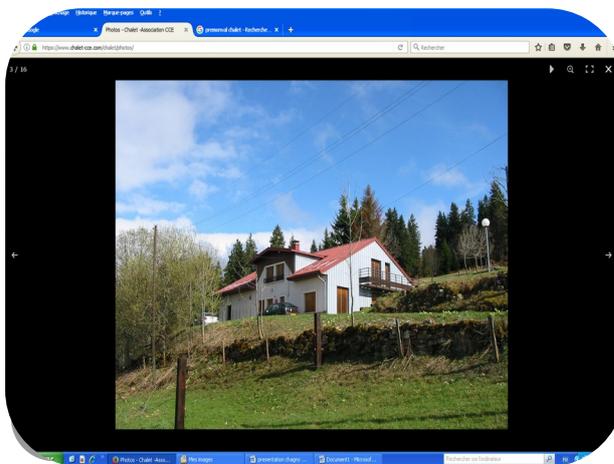


Séjour Aventure Nature / 14 – 16 ans / Juillet - Août 2023



Le centre des Séjours Prémonval est situé sur la commune de Prémanon, à 15 minutes environ de la gare SNCF de Morez. Les bâtiments sont situés au bout d'une route communale, en plein cœur d'une clairière entourée de vastes espaces boisés.

Potentiels d'animations sur place : grands espaces découverts et boisés, sécurisés pour les jeux de plein air. Départ des sentiers de randonnée sur place. Parcours acrobatique propre au centre. Village de Prémanon accessible en 10 minutes à pieds où se trouvent le départ des pistes de ski de fond, la patinoire et le musée de l'exploration polaire Paul-Emile Victor. Toutes les activités de randonnée pédestre, raquettes ou encore patinoire ne nécessitent aucun transport et sont au départ direct du centre.



Le Chalet de la Halle, se situe à Prémanon, au cœur de la station des Rousses, et se trouve au pied du site des Jouvencelles, grand espace naturel du Haut-Jura.

Les adolescents sont logés dans des chambres de 7 à 10 places, situés à l'étage. L'aménagement intérieur de ce chalet autonome se compose d'une grande salle d'activités/restauration modulable, d'un salon détente, d'une cuisine rénovée et entièrement équipée ainsi que d'un bloc sanitaire et d'une infirmerie. Placé à égale distance des communes de Prémanon ou des Rousses, il offre en plus de son site exceptionnel tout le confort nécessaire à un accueil chaleureux et personnalisé.





Restauration :

Tous nos repas sont préparés sur les cuisines du centre principal, par notre Chef, et sont ensuite servis au plat dans les différentes salles de restauration. Les plats sont conviviaux, variés et équilibrés et les produits régionaux sont privilégiés. Nous respectons également les différents régimes alimentaires ainsi que les PAI particuliers. Le restaurant est sous auto contrôle mensuel avec le laboratoire départementale LDA.

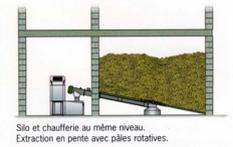
Les menus sont uniques, variés et équilibrés, avec au moins une spécialité régionale pendant le séjour. Ils comprennent une entrée, un plat chaud, du fromage (le midi si le plat n'était pas une spécialité fromagère) et un dessert.

Projet :

Conçu comme une découverte globale d'une région, le séjour permet aux adolescents d'être à la fois sportifs et touristes à part égale de leurs vacances. L'équipe d'animation met à la fois l'accent sur le sport découverte (tel que l'initiation biathlon en course ou en trail), ou alors le jeu de pleine nature (comme "un Escape Game" à la découverte de la Faune et de la Flore locale). De nombreuses activités ou visites complètent ainsi un séjour riche en nouvelles expériences : la randonnée pédestre, l'accrobranche en parcours aventure, le bowling, la cani-rando (randonnée avec des chiens de traîneaux) ou comment découvrir la forêt autrement. Le milieu Montagnard se révèle aux adolescents à l'Espace des Mondes Polaires, sur les traces du Comté au cœur de l'imposant Fort des Rousses et aussi lors d'une journée à la découverte de la nature Jurassienne aux Cascades du Hérisson. À cela s'ajoute le cinéma, les soirées dansantes ou autres veillées autour du feu de camp. Le séjour est axé autour d'une ou de plusieurs sorties à la journée consacrées à la baignade dans les lacs jurassiens (Clairvaux ou Vouglans) ou encore à la pratique de grands tournois sportifs avec l'ensemble des séjours Prémonval.

Durée du séjour : 12, 11 ou 10 jours

L'ordre du planning ainsi que le nombre de séances d'activités proposées, peut être amené à être modifié en fonction de la disponibilité des intervenants, des conditions climatiques et de la durée du séjour (10, 11 ou 12 jours).

PLANNING PRÉVISIONNEL		
JOURS	MATIN	APRES-MIDI
1	Transport depuis Paris à Prémanon – Installation et visite des environs – Mise en place avec les enfants des règles de vie et de fonctionnement du séjour	
2	Course d'orientation Séance 1h30 – Encadrement Natur'Odyssée 	Visite des caves d'affinage du fort des Rousses – Fabrication du Comté 
3	1 animation Biathlon / trail ou course 	Baignade au Lac des Rousses 
4	Présentation d'une chaufferie à bois déchiqueté et sensibilisation au tri des déchets avec un AMM <small>Extraction de silo pour bois déchiqueté pour bois déchiqueté type G30/W35 selon ONORM M 7133</small>  <small>Silo et chaufferie au même niveau. Extraction en pente avec pâles rotatives.</small>	1 séance de cani-rando – Encadrement Musher Professionnel Séance 1 heure 45 
5	Matinée Repos et achat de souvenirs	Visite atelier « les climats » à l'Espaces des Mondes Polaires 
6	1 séance de cani-rando – Encadrement Musher Professionnel séance 1 heure 45 	Atelier nature avec un AMM Découverte de la flore montagnarde 

7	<p>Biathlon / course ou trail</p> 	<p>Baignade au Lac des Rousses</p> 
8	<p>Sortie Nature aux Cascades du Hérisson – découverte du jardin botanique de Doucier</p>  	
9	<p>Biathlon / trail Encadrement ESF</p> 	<p>Nouveau complexe de la Patinoire de Prémanon</p> 
10	<p>Atelier Nature avec un AMM Découverte de la faune montagnarde</p> 	<p>Baignade au Lac des Rousses</p> 
11	<p>1 séance de cani-rando – Encadrement Musher Professionnel séance 1 heure 45</p> 	<p>Bowling de la Chaumusse</p> 
12	<p>Rangement/valises et derniers souvenirs de la colonie Retour SNCF</p> <p>Transport retour à Paris</p>	

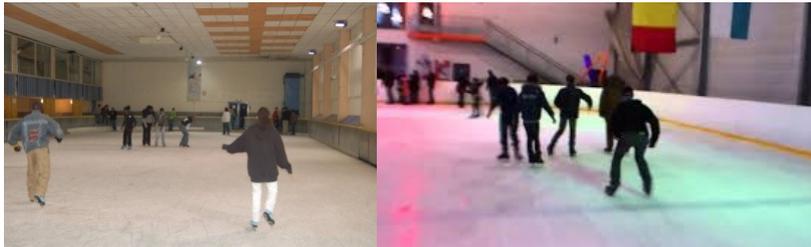
Descriptif Activités :

Parcours accrobranche :

8 ateliers / Tyrolienne - Séance de 2 heures - Animation sur place. Encadrement : Brevet d'état



Patinoire :



Course d'orientation :

Activité axée sur la logique et la perception dans l'espace. Mémoire, capacité de concentration et jeux sont développés



Sortie à la journée aux cascades du Hérisson (site classé ****) :

Découverte de l'impact de l'eau dans le temps – notion géologique –



Cani-rando :

Séance de 2 heures – Animation sur place. Encadrement : Muscheur Diplômé Caniaventure



Sortie nature Faune du haut Jura :

Un accompagnateur en moyenne montagne fera découvrir toutes les spécificités biodiversité haut-jurassienne : lecture de paysage, présentation de la faune et flore de nos montagnes, etc.



Caves d'affinage du Comté Jurafllore au Fort des Rousses :

Les enfants seront conduits dans le village des Rousses (10 minutes de trajet) et le célèbre Fort des Rousses. Ils découvriront au cœur d'un ancien fort militaire réaménagé les caves d'affinage du Comté Jurafllore, parmi les plus grandes caves d'Europe ! Ils bénéficieront d'une visite guidée durant laquelle ils découvriront la fabrication du plus connu des fromages Franc-comtois.



Initiation Biathlon :

Les adolescents pourront profiter d'une initiation au tir à la carabine laser après un parcours de courses aménagée dans les mêmes conditions que la pratique hivernale. Le parcours s'effectue en équipe et le tir est individuel avec pénalité et tour de rattrapage en cas d'échec. Au cœur de la forêt, une activité de découverte et



Organisme : Séjours Prémonval

Titre : « Aventure Nature – Été 2023 »



Séjour : du au à

Nom et Prénom de l'enfant :

Quantité conseillée pour le séjour	Dénomination	Quantité fournie par la famille	Vérification début de séjour	Vérification fin de séjour
	Vêtements et Linge de corps			
8	Slips, Culottes ou Caleçons			
1	Maillot de Bain			
8	Paires de Chaussettes			
2	Pyjamas (un de + pour les enfants énurétiques)			
8	Tee-shirt, Polos, Chemisettes			
4	Pantalons (type jeans)			
3	Jogging ou bas-de-survêtements			
3	Pull-over ou Sweat-shirt			
5	Shorts ou Bermudas			
1	Serviette de toilette grand format			
1	Serviette de toilette petit format			
1	Serviette de Plage			
1	Trousse de toilette complète + Crème Solaire			
	Matériel Spécifique			
1	Sac de couchage + Tapis de sol			
1	Paire de gants d'activités (accrobranche / moto / patinoire / etc ...) afin de limiter le contact matériel (prévention Covid-19)			
	Divers			
1	Paire de Chaussure de Marche			
2	Paires de chaussettes épaisses et montantes			
2	Paires de baskets			
1	Paire de chaussons			
1	Paire de claquettes, espadrilles, tongs			
1	Paire de bottes de pluie			
1	Vêtement de pluie imperméable			
1	Casquette ou chapeau de soleil			
1	Sac à linge sale (Obligatoire)			
1	Paire de lunettes de soleil			
1	Petit Sac à Dos (Obligatoire)			
1	Gourde			

Le téléphone portable peut vous permettre de joindre votre enfant, au moment du temps libre entre 18h et 19h15. Il sera cependant récupéré le reste de la journée et la nuit, afin de ne pas nuire au bon fonctionnement du séjour ou au sommeil de tous les participants.

Quelques Conseils :

- Prévoir un sac de voyage ou une valise ou un sac à dos fonctionnel / adapté à la taille et à la force de l'enfant ;
- Ne prévoir que des vêtements solides, pour la vie en collectivités et marqués au nom de l'enfant ;
- Eviter les objets ou accessoires de valeur (montre, bijoux, pendentif, chaîne de cou ...).