



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 20 au 29 Juillet 2026  
soit 10 jours
- Du 17 au 25 Août 2026  
soit 9 jours

#### Public :

24 enfants âgés de 7 à 10 ans et 4 adultes ADN.

#### L'équipe :

Un directeur + 3 animateurs et animatrices, dont 1 assistant sanitaire et 1 surveillant de baignade.

#### Transport :

- En train Paris/Saint-Malo (environ 3h00)
- Transfert en car de Saint-Malo au centre (18 km)

SMS de bonne arrivée sur votre mobile

#### Ecrire aux enfants :

Centre de vacances Le Frémur  
Groupe ADN  
La Chambre  
22270 Lancieux

#### Blog :

[www.adn-decouverte.fr](http://www.adn-decouverte.fr)  
(rubrique « blog séjours vacances »)  
Larguez les Amarres !  
Mot de passe : Indiqué sur la convocation voyage.

## LARGUEZ LES AMARRES ! 22 - CÔTE D'ARMOR

### L'HÉBERGEMENT :

Lancieux est une ville située au nord-est des Côtes-d'Armor, collée à l'Ille-et-Vilaine, bordée par la rivière Frémur. **La Baie de Lancieux représente un site naturel très protégé.** On peut y observer un paysage uniformément plat, entre terre et mer ; ce sont des polders. **Biodiversité très riche** tant pour ses variétés botaniques que pour ses espèces ornithologiques.

Dans une grande longère, à **moins d'un kilomètre du village et du littoral**, niché dans un coin de verdure sur les bords du Frémur à proximité des lieux d'activités pour profiter des plaisirs de la mer. Rénové en 2018 cette structure allie confort et espace.

Les enfants partagent des chambres de 3 à 6 lits, sanitaires à proximité. Salles d'activités et un espace extérieur de jeux clos avec préau.

### LES ACTIVITÉS :

#### Savoir utiliser les vents marins à son avantage : **CHAR A VOILE 2 séances**

Les enfants découvrent ce sport facile où jouer avec le vent procure un plaisir immédiat.

Sur le site naturel de la Tertre Corlieu, les enfants découvrent ce sport facile où jouer avec le vent procure un plaisir immédiat et facile. A quelques centimètres au-dessus du sable, autour d'un parcours balisé, les enfants s'imaginent rapidement pilote de course d'un bolide, totalement écologique.

Les petits déjeuners, déjeuners, goûters et dîners servis chauds à table ou sous forme de panier repas lors des sorties à la journée. Ces repas sont préparés sur place par un cuisinier en privilégiant les produits locaux. Ils répondent aux besoins alimentaires du public accueilli. Les régimes alimentaires particuliers sont pris en compte.

Au cours des séjours, les enfants découvrent une spécialité culinaire régionale.

Sur la base du volontariat, les enfants sous la conduite bienveillante de l'équipe pédagogique, sont invités par petits groupes à participer aux tâches quotidiennes du séjour : petit nettoyage de leur chambre, ranger les salles d'activités, mettre la table ou la débarrasser.



#### Découverte du milieu marin avec guide environnement :

A moins de 400 mètres du centre, sur la plage du Rieul, dans les rochers, sur les dunes, sur le sentier du littoral, découverte sensible de l'univers maritime à travers divers jeux. Les enfants s'imprègnent du monde marin. en rencontrant les habitants de chaque milieu, du petit mollusque aux oiseaux marins, et des algues aux fleurs du littoral.





### Découverte de l'environnement du pirate :

Randonnées sur le sentier littoral, jeux de plage, land art, jeux avec le vent ou avec l'eau, constructions diverses, les plages et la forêt dunaire sont de merveilleux espaces de jeux et d'imagination qui seront mis à profit par l'équipe pour des activités spécifiques.

Au programme des journées :

**Ateliers nœuds marins, fabrication de longue vue, de cache œil, de pavillon pirate et les fameuses chasses aux trésors !**

Chaque jour, surtout l'après-midi quand la météo le permet, l'animateur spécialisé propose des **séances de baignade encadrées** par l'équipe d'animation sur la plage surveillée, à moins de 2km (25min à pied) du centre.



### L'EQUIPE D'ENCADREMENT :

L'équipe est composée de :

- un directeur, sélectionné, recruté par ADN, qui sélectionne son équipe, composée de 3 animateurs et animatrices, dont un assistant sanitaire et un surveillant de baignade.

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



### LE SUIVI SANITAIRE :

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

Si votre enfant suit un régime alimentaire particulier, une allergie, le besoin d'une attention spécifique, un traitement médical, pensez à le préciser et l'expliquer sur la fiche sanitaire, et surtout à transmettre au plus vite l'ordonnance de moins de 3 mois et ou le PAI (il est obligatoire).

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.

### Journée excursion à Saint-Malo :

La Demeure du Corsaire : les enfants font un petit bond en arrière dans le temps et visitent l'hôtel d'Asfeld, demeure de François Auguste Magon de la Lande, Corsaire du Roi, négociant de Saint-Malo, l'un des plus puissants armateurs de cette ville.

### Le grand aquarium de Saint Malo,

invite les enfants lors d'une immersion totale, à rêver au milieu des requins et plus de 600 poissons et tortues.

D'autres activités proposées par les animateurs, au choix des jeunes : olympiades, journées à thèmes, jeux de stratégie, lecture, sorties, sports et veillées animées seront au programme ...



Les frais médicaux sont avancés par ADN. Vous recevrez une facture. A réception de votre règlement, nous vous envoyons les feuilles de soins de votre enfant.

### 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.**

Pensez à mettre une crème solaire, des lunettes, un chapeau ou casquette, un maillot de bain, un gourde, ainsi qu'un vêtement de pluie ou blouson de saison et votre livre ou BD préférée.

Evitez les vêtements fragiles, neufs, de marque.

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

**Les objets de valeur sont vivement déconseillés**

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

### LE TELEPHONE :



**Le téléphone portable n'est pas autorisé durant nos séjours.** Ce choix est fait dans l'intérêt des enfants : il leur permet de profiter pleinement des activités, de vivre ensemble, de s'ouvrir aux autres et de se déconnecter du quotidien.

Des temps de téléphone pourront être proposés aux enfants, s'ils souhaitent vous appeler. A vous de répondre aux éventuels appels masqués sur cette période.



### 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\* 9 JOURS S11 P14 LARGUEZ LES AMARRES 7/10 ANS

	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5	J 6	J 7	J 8	J 9
Matin	Voyage Paris / St Malo	Découverte de la plage, de l'environnement	confection de matériel de pirates	SORTIE A LA JOURNEE A SAINT MALO  Visite Emplettes en ville et balade sur les remparts Pique-nique Visite de l'Aquarium	Rendonnée sur le sentier des douaniers	Acitivités manuelles pour la soirée pirate	Koh- Lanta avec épreuves	Chasse au trésor	Rangement  Voyage St Malo / Paris
Après-midi		Découverte de l'univers maritime avec un guide	Char à Voile		Baignade et jeux après le pique-nique	Char à Voile	Baignade et grand jeu sur la plage	Rangement et décoration pour la soirée	
Veillée		Qui suis, je ? Jeu de présentation	Jeux de mimes	Incroyable talent	Repos, jeux libres	Fureur	Fort Boyard	Grille magique	

\* Planning prévisionnel à titre indicatif





# **PLANNING PREVISIONNEL\* 10 Jours** **S11 P12 LARGUEZ LES AMARRES 7/10 ANS**

	J 1	J 2	J 3	J 4	J 5
Matin	Voyage Paris / St Malo	Découverte de la plage, de l'environnement	confection de matériel de pirates	SORTIE A LA JOURNEE A SAINT MALO  Visite Emplettes en ville et balade sur les remparts Pique-nique  Visite de l'Aquarium	Découverte de l'environnement marin
Après-midi		Découverte de l'univers maritime avec un guide	Char à voile		Koh- Lanta avec épreuves puis baignade
Veillée	Qui suis, je ? Jeu de présentation	Jeux de mimes	Just Dance	Repos, jeux libres	Fureur

	J 6	J 7	J 8	J 9	J 10
Matin	Randonnée sur le sentier des douaniers	Concours de château de sable	Acitivtés manuelles pour la soirée pirate	Rangement, jeux sportifs	Rangement  Voyage St Malo / Paris
Après-midi	Baignade après le pique-nique	Char à voile	Chasse au trésor	Baignade et grand jeu sur la plage	
Veillée	Grille magique	Incroyable talent	BOOM	Contes bretons	

\* Planning prévisionnel à titre indicatif



NOM : .....

Prénom : .....

DESIGNATION	Quantité conseillée	Quantité famille	Quantité arrivée	Quantité départ
<i>Nécessaire pour le séjour</i>				
Vêtement de pluie type K-Way	1			
Blouson d'été	1			
Paire de chaussures pour aller dans l'eau	1			
Casquette ou chapeau de soleil	1			
Lunettes de soleil avec attaches	1			
Crème solaire écran total <u>indice 60</u>	1			
Gourde minimum 0.75 l (conseillé 1 litre)	1			
Sac à dos pour les sorties	1			

<i>Vêtements pour le séjour</i>				
Pantalon ou jean	2			
Bas de jogging ou survêtement	2			
Shorts ou bermudas	3			
Jupe ou Robe	facultatif			
Leggings	facultatif			
Sweat-shirt ou polaire	3			
Pull-over ou gilet chaud	1			
Tee-shirts, maillots de corps ou débardeurs	7			
Polo, chemise	facultatif			
Maillot de bain	2			
Tee-shirt/Lycra anti-UV	facultatif			
Slips ou culottes	7			
Paires de chaussettes	7			
Pyjama ou chemise de nuit	2			
Paire de tennis ou basket	1			
Paire de sandales, tongues ou chaussures légères	1			
Paire de chaussons	1			

<i>Nécessaire de toilette</i>				
Serviette de plage	1			
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	3 ou 4			
Traitement anti-poux	facultatif			

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

**IMPORTANT !** Signaler les soins particuliers dont votre enfant peut avoir besoin et remettre les médicaments et l'ordonnance, en cas de traitement, à un animateur

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 :