CAP EVASION – ÉTÉ 2018

PROJET AVENTURE

ST MICHEL CHEF CHEF

Entre mer et nature

Du 29.07 au 18.08.2018
Autonomie A
12 Participants – 4 Encadrants

Ce document est disponible en couleur sur le site de l'Association **www.cap-evasion.fr**

Séjours Vacances Enfants - Séjours Vacances Adaptées pour Enfants, Adolescents et Adultes – Journées à Thèmes

CAP EVASION - Tél : 02.38.75.14.12 - Fax : 02.38.75.19.09
Nos bureaux : **45 rue Bernard Million 45140 Saint Jean de la Ruelle** - Siège Administratif : **8 rue du Petit Fournil 45760 Vennecy**
Association loi 1901 - Site : www.cap-evasion.fr - E-mail : cap-evasion@wanadoo.fr
Agrément Vacances Adaptées : 2013-001 - N°SIRET : 392 474 755 00015 - Code APE : 9499 Z
IM. : 045110003 - R. C. : MAIF 200 Av Salvador Allende 79038 Niort Cedex 09 - G. F. : FMS – UNAT 8 rue César Franck 75015 Paris

Séjour Saint Michel Chef Chef

L'équipe d'animation du séjour

Elise, la responsable du séjour:

Bonjour,

Je m'appelle Elise et je suis la responsable du séjour.

Je suis très impatiente de vous rencontrer. A bientôt.

Anaïs la responsable adjointe :

Holà,

Je suis Anaïs, la responsable adjointe de votre séjour. Rire et partager sont mes mots d'ordre pour que vous passiez de très bonnes vacances !

A très vite.

Céline l'animatrice sanitaire :

Bonjour,

Je m'appelle Céline. J'aime beaucoup la danse, l'art et croquer la vie à pleines dents !

Je suis l'assistante sanitaire.

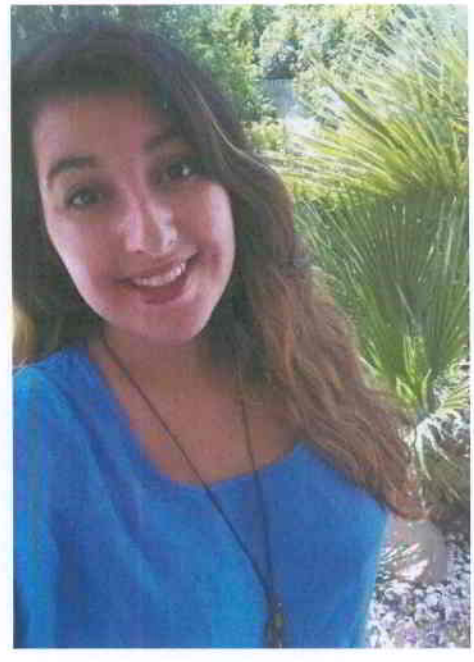
A bientôt

Adrien :

Salut à tous. Je m'appelle Adrien. Je suis guitariste et passionné de lecture. J'ai hâte de passer de beaux moments avec vous sur la plage de sable fin.

A très bientôt

Naïla :



Chers vacanciers, moi c'est Naïla. Toujours à l'écoute des autres et avec le sourire. La musique est l'une de mes grandes passions ainsi que les activités en lien avec l'eau et la mer.

Je suis sûre que l'on passera de supers moments ensemble dans la joie et la bonne humeur. A bientôt.

Notre destination

La commune :

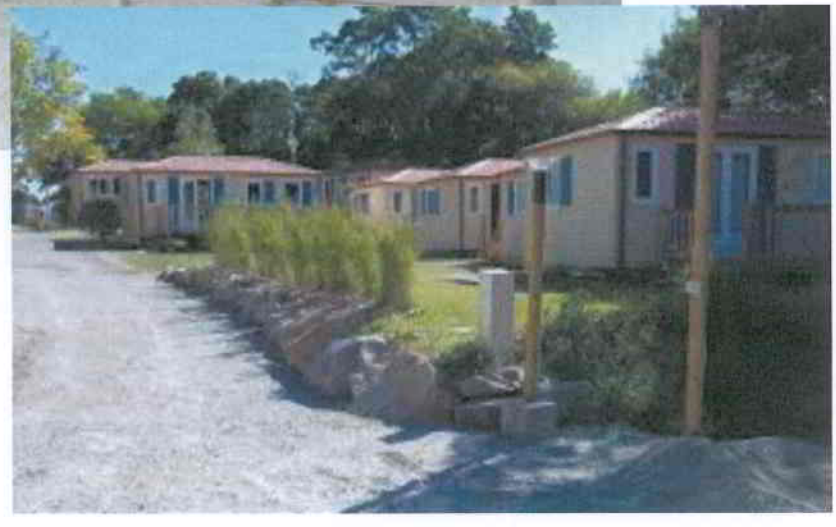
Saint-Michel-Chef-Chef est une commune de l'ouest de la France, située dans le département de la Loire-Atlantique, en région Pays de la Loire. Elle est située en bord de mer, proche de Pornic et de Saint-Brévin.

La commune de Saint-Michel-Chef-Chef et sa station balnéaire de Tharon-Plage est aussi connue pour la Biscuiterie Saint- Michel, qui produit notamment la « galette Saint-Michel ».

Clos Mer et Nature

Le camping :

Durant les 3 semaines du séjour, vous serez hébergés au sein du camping 3 étoiles : « Clos, mer et nature » situé à 400m de la plage et proche du bourg et des commerces.



Les mobil-homes :

Les mobil-homes sont pour 6-8 personnes.

Rien de mieux qu'une belle terrasse pour profiter des soirées au soleil autour d'un bon repas.

Chaque mobil-home sera composé de 3 chambres de 2 personnes, d'une salle de bain et d'une pièce de vie avec une « banquette-lit », une cuisine et un coin salle à manger.

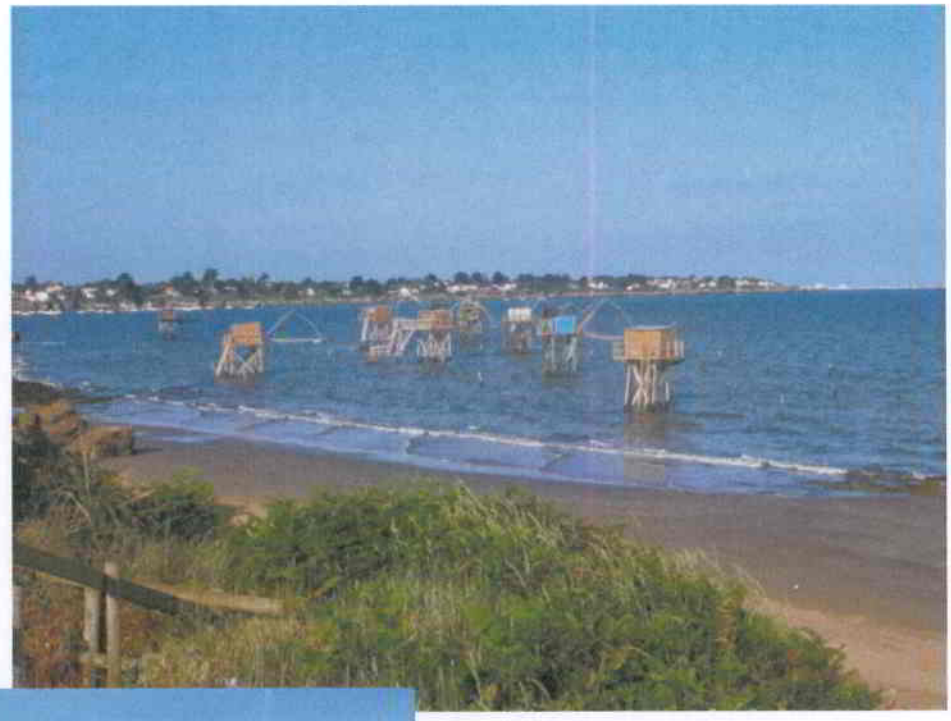
Les activités :

Le marché

Le toboggan aquatique avec sa zone de réception.

Si vous souhaitez nager, ce sera dans l'océan.

Balades et pique-niques sur les plages de l'Océan Atlantique



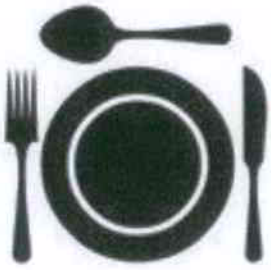
Baignade

En somme, un bon nombre d'activités pour ne pas s'ennuyer !

L'organisation d'une journée

Matin :

- Chacun se lèvera à son rythme puis petit-déjeunera.
- Activités avec les animateurs.
- Temps libre.



Midi 12h30/ 13h

Tous à table ! Vous pourrez participer à la préparation du déjeuner, si vous le souhaitez, pour régaler tout le monde…

L'après-midi

-Un temps de repos sera proposé.
-Sorties ou activités.

Soir 19h/19h30

Temps libre pour se relaxer avant le dîner. Puis un bon repas.

Veillée

Une veillée ou sortie nocturne sera proposée à ceux qui le désirent.

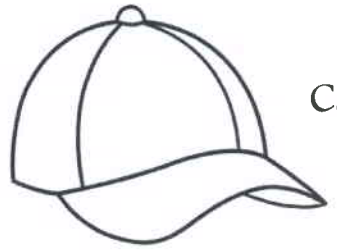
Coucher

Après une bonne et longue journée, chacun se couchera à son rythme.

Vous pourrez profiter de vos vacances pour vous détendre en bord de mer et vous amuser grâce aux animations et aux sorties.

Ne pas oublier

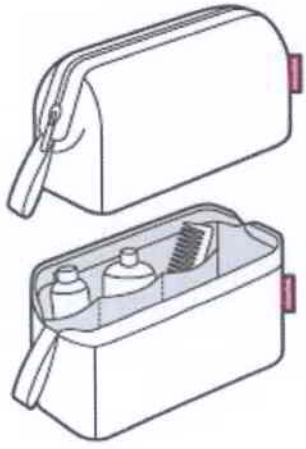
Gourde



Casquette

Crème solaire

Trousse de toilette

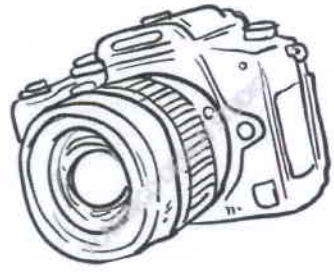


Maillot de bain

K-Way

Chaussures de marche

Sac à dos



Appareil photo

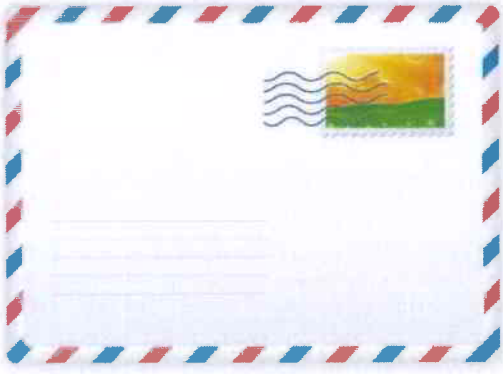
Avec en plus, tout ce qu'il vous a été demandé sur la liste du trousseau.

D'autres informations…

Cigarettes :

Pour les fumeurs, les animateurs pourront

Vous aider dans la gestion des cigarettes.



Pour recevoir du courrier, voici l'adresse :

Nom – Prénom du vacancier

Groupe Cap Evasion/Camping « Clos Mer et Nature »

103 rue de Tharon

44 730 St-Michel-Chef-Chef

Vos proches pourront avoir de vos nouvelles, en appelant à l'Association, du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h au : 02.38.75.14.12

Afin de préparer des excellents menus, des recettes peuvent être mises dans votre valise…

… et de la musique pour les soirées ou les

temps libres

CONSEILS PRATIQUES DE L'ASSOCIATION CAP EVASION

Médicaments

Cette année afin d'avoir une meilleur conservation des traitements nous avons demandé à chacun d'entre vous de venir avec des piluliers préparés en sachet-doses pour la durée totale du séjour.
Vous les remettrez à l'animateur qui vous accueillera au moment du départ, en même temps que l'original de la prescription médicale, ainsi que la carte vitale.

Pour les séjours à l'étranger, l'ordonnance doit indiquer la Dénomination Commune Internationale pour chaque médicament et vous devez vous munir de votre carte européenne de soins pour les séjours en Europe.
Aucun médicament ne sera distribué sans ordonnance.

Linge

Des moments sont prévus pour laver le linge durant les séjours. Cependant celui-ci ne sera pas lavé avant de rentrer chez vous.
Les draps de lits, alèses, housse d'oreiller seront fournis par l'Association sur tous les séjours, sauf pour certains séjours à l'étranger, où nous vous demandons de prévoir les équipements indiqués sur la fiche trousseau, dans la partie "Recommandations spécifiques du Responsable de séjour".

Argent personnel

Nous vous conseillons 20 à 30 € par semaine, sachant que toutes les activités, sorties, sont comprises dans le prix du séjour. L'argent personnel est nécessaire uniquement pour vos achats personnels, souvenirs.
Pour les participants ne gérant pas seul leur argent, nous vous demandons de nous le faire parvenir à l'association minimum 15 jours avant le départ. **Aucun argent ne sera récupéré par les animateurs sur le lieu de prise en charge le jour des départs**.
Prévoyez suffisamment d'argent ou de cigarettes pour les fumeurs, en plus de cette somme hebdomadaire conseillée.

Pour les séjours à l'étranger, hors zone Euro, il est plus intéressant de faire le change dans le pays (les animateurs vous y aideront).

Papier d'identité

Pour les séjours en France, vous devez vous munir de l'original de votre carte d'identité qui sera utile notamment en cas de rapatriement.

Pour les séjours à l'étranger, vous devez IMPERATIVEMENT vous munir de votre carte d'identité ou de votre passeport en cours de validité, selon les destinations.
Aucun adulte ne sera accepté, au départ, sans ce document original.

TROUSSEAU ÉTÉ

Cette fiche peut être remplie au moment où vous préparez les bagages et jointe dans la valise.
Tous les vêtements doivent être marqués au nom du participant y compris ceux qu'il porte sur lui le jour du départ.

NOM : ..... PRÉNOM : ..... SÉJOUR :.....

Désignation	Qté Conseil	Qté Début	Qté Fin	Observation / Descriptif
Tee-shirt / sweat	5 à 7			
Chemise				
Pull-over	2 à 3			
Tenue de nuit (pyjama, chemise de nuit)	2			
Robe de chambre				
Ceinture				
Pantalon	2			
Short / bermuda	2			
Jupe / robe	2			
Paire de chaussettes	7			
Slip, caleçon ou culotte	7			
Soutien gorge	3 à 4			
Serviette de toilette	2			
Gant de toilette	2			
Serviette de table	2			
Serviette de plage	1			
Maillot de bain	1			
K-way	1			
Veste / manteau	1			
Jogging				
Paire de tennis ou chaussures de marche	1			
Paire de chaussures de ville	1			
Paire de chaussons	1			
Lunettes de soleil	1			
Chapeau / casquette	1			
Duvet				
Sac à linge sale	1			
Petit sac à dos	1			
Sac à main				
Valise	1			
Sac de voyage				
Sac à dos				
Lunettes de vue				
Dentier				
Appareil auditif				
Trousse de toilette contenant (brosse à dents, dentifrice, savon ou gel douche, shampoing, rasoir et mousse à raser, serviettes hygiéniques, cotons tiges, déodorant, peigne ou brosse...)	1			
Rasoir électrique				
Crème solaire	1			
Carte d'identité	1			
Carte d'invalidité				
Passeport				
Carte européenne de soins				
Carte vitale				
Carte bancaire				