CAP EVASION – ÉTÉ 2018

PROJET AVENTURE

MONCOUTANT

Une ville à la campagne

Du 29.07 au 18.08.2018
Autonomie A et B
23 Participants – 8 Encadrants

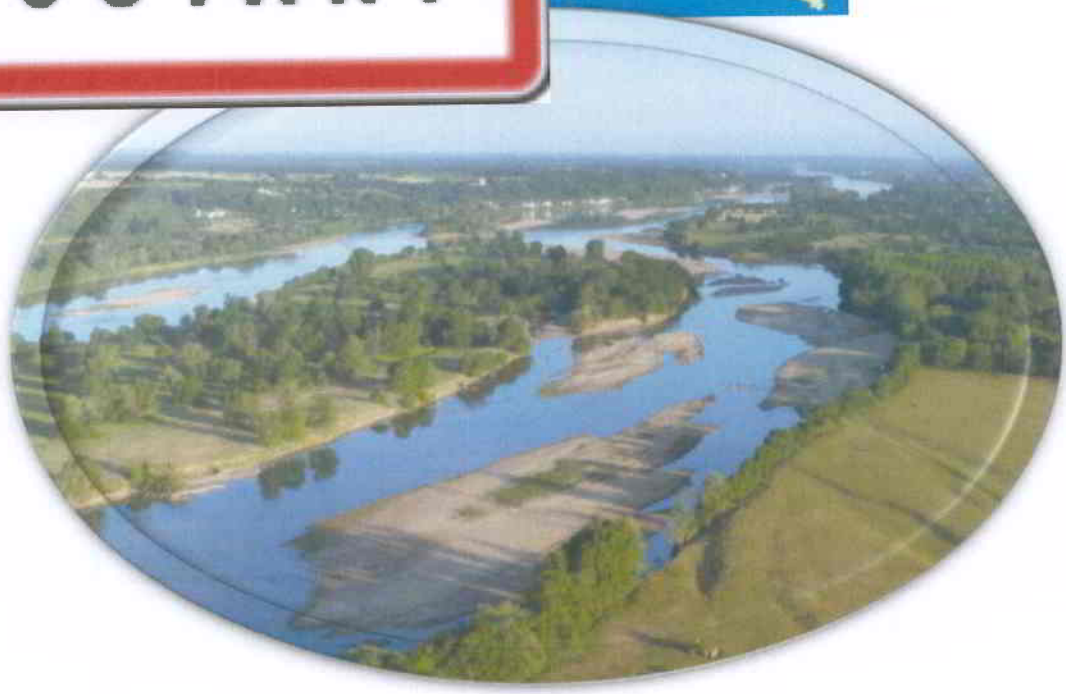
Ce document est disponible en couleur sur le site de l'Association **www.cap-evasion.fr**

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

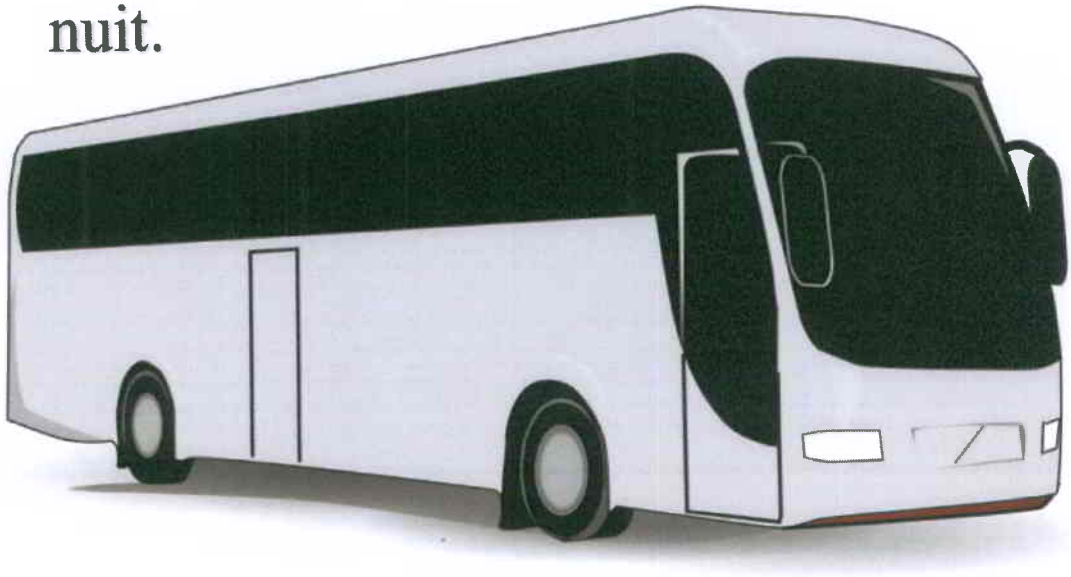
BIENVENUE A MONCOUTANT !

La flèche montre où est la ville sur la carte de France.



Nous partirons en car d'Orléans, le dimanche 29 juillet à 22 H.

Nous arriverons vers 1h du matin. Dès notre arrivée, tu pourras aller te coucher pour finir ta nuit.



MONCOUTANT, LA VILLE…

A proximité de la maison familiale et rurale, tu trouveras dans le centre ville plusieurs commerces comme une librairie-presse, un bar-tabac, une boulangerie…

LA MAISON FAMILIALE ET RURALE

PRESENTATION DE L'EQUIPE

Bénédicte

Timothé

Lola

Salma

Mélissa

Fabien

Lucille

Victoria

ACTIVITES

Tu pourras …

Admirer les remparts de l'ancienne place médiévale de VOUVANT

Visiter COULON nommée « La Venise verte »

Visiter le marché des saveurs et déguster des spécialités du terroir

Pour les sportifs :

Tournois de pétanque

Jeux de ballons

Piscine avec toboggan à Bressuire

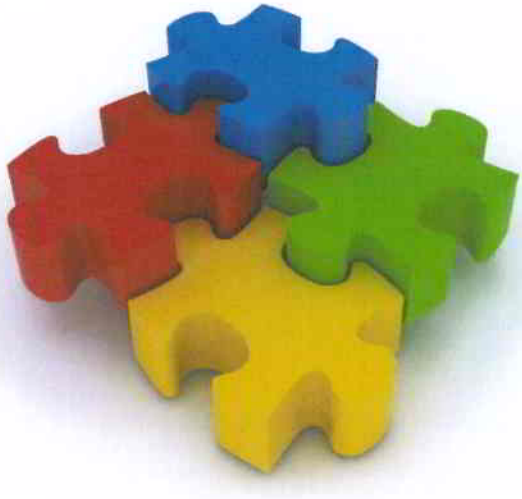
Visite de la ferme pédagogique de Moncoutant.

Des balades

Des pique-niques

D'autres activités te seront proposées comme :

Des jeux de société



Des puzzles

Un espace où se faire une beauté

Des activités manuelles

Un coin relaxation

Un coin lecture

Lors de ton séjour, tu pourras te lever et prendre ton petit déjeuner à l'heure que tu le souhaites.

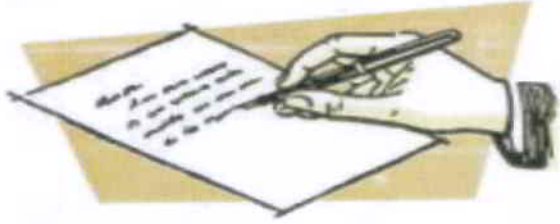
Pendant la matinée, tu pourras faire des activités, des sorties ou te reposer selon ton envie.

Les repas seront fixes vers 12h30 le midi et 19h30 le soir.

Tu pourras aider si tu le souhaites, à la préparation des repas et apporter tes idées et recettes pour nous faire découvrir les plats que tu aimes.

L'après-midi tu pourras :

Te détendre si tu en as envie.



Ecrire ton courrier.

Ou sortir, à toi de choisir.

Des soirées seront organisées :

Soirées dansantes, jeux, tisanes, balades, loto…

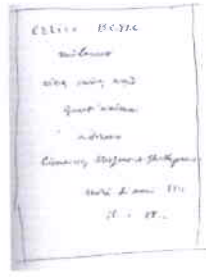
Tu pourras aller te coucher quand tu le désires.

CONSEILS PRATIQUE DE L'ASSOCIATION CAP ÉVASION

Médical :

- Cette année, afin d'avoir une meilleure 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.

- Avoir l'Original de la prescription médicale.



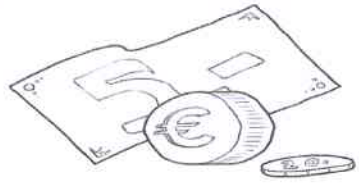
- Vous les remettrez à l'animateur qui vous accueillera au moment du départ en même temps que l'original de la prescription médicale, ainsi que la carte vitale.

Aucun médicament ne sera distribué sans ordonnance.

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 faire parvenir votre argent au minimum 15 jours avant le départ à l'association.

Aucun argent ne sera récupéré par les animateurs sur le lieu de prise en charge le jour du départ.



Linge :

- Des moments seront prévus pour laver le linge durant le séjour.
- N'oublie pas de noter ton nom sur tous tes vêtements.
- Une laverie est à disposition sur le séjour.
- Les draps, alèses, housse d'oreiller seront fournis par l'association.

Cependant, celui-ci ne sera pas lavé avant de rentrer chez vous.

Cigarettes :

- Pour les fumeurs, prévoyez la quantité de cigarettes suffisante pour votre consommation habituelle et/ou assez d'argent pour en acheter pour la durée totale du séjour.

Papiers d'identité :

- Pour ce séjour, vous devez vous munir de l'original de votre **carte d'identité** qui vous sera utile notamment en cas de rapatriement.

Courriers / Nouvelles de séjour :

- Vous pourrez recevoir du courrier à l'adresse ci-dessus :

Groupe CAP évasion

Nom et Prénom du vacancier

MFR

1, Av général De Gaulle

79 320 Moncoutant

- 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

- N'oubliez pas d'apporter avec vous les adresses de vos proches pour leur envoyer de vos nouvelles.

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				