

CAP EVASION – ÉTÉ 2018



PROJET AVENTURE

LA FORCE

Charme du Périgord

Du 29.07 au 18.08.2018

Autonomie A

17 Participants – 6 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 Vennecey

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

LA FORCE



29 juillet – 18 août 2018

L'EQUIPE



Nolwenn
Responsable



Cindy
Responsable adjointe



Emma
Animatrice sanitaire



Manuel
Animateur



Solène
Animatrice



**Animateur en cours de
recrutement**

Le lieu des vacances et sa région

La Force est une commune située dans le sud-ouest de la France. Elle fait partie de la région de Bergerac.



Bergerac



Le château de Monbazillac

L'hébergement

Nous serons hébergés dans la Maison Familiale Rurale de La Force, tu partageras ta chambre avec tes compagnons de voyage !



Maison Familiale Rurale

Nom- Prénom

Groupe Cap Evasion

Route de Picou

24130 La Force

La MFR



**Tu partageras ta chambre avec
2 -3 compagnons d'aventure.**



**La salle à
manger**

Comment vont se passer tes journées ?

Petit déjeuner,

Tu as la possibilité de le prendre quand tu le souhaites !



Matinée,

Une fois le petit déjeuner pris, nous te proposons diverses activités. Tu peux choisir celle que tu veux. Tu peux également proposer les activités que tu désires faire.



Midi,

Nous mangeons à 12H30



Après-midi,

Tu peux te reposer, te détendre ou encore te promener ! C'est toi qui décides !



Dîner,

Le repas sera servi à 19h30



Veillée,

Soirée dansante, sorties, jeux ! Selon tes envies !



L'animation .

De nombreuses activités te seront proposées, tu peux également proposer celles que tu as envie de faire.



Des randonnées dans la campagne périgourdine



Visite du château de Monbazillac



Découvertes culinaires et animations cuisine !

Tu peux apporter tes recettes si tu le souhaites.

Découverte de la ville de Bergerac



Prépare ton sac

Alors ? Prêt pour 3 semaines, d'aventures, de découvertes
et de rigolades ?

Ne pas oublier

**Une bonne
crème solaire**



**Un vêtement de
pluie**



**Lunettes de
soleil**



**Sac à dos pour
les sorties**



**Une casquette ou
un chapeau**



**Un pull bien
chaud, car les
soirées sont
parfois fraîches**



**De bonnes chaussures
pour partir en
randonnée**

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				

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.

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.

Courrier – Nouvelles

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

Groupe Cap Evasion / Nom du Participant

Maison Familiale Rurale

Route de Picou

24130 La Force

Vos proches pourront vous 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