CAP EVASION – ÉTÉ 2018

PROJET AVENTURE

ESPAGNE - BARCELONE

Cité de Gaudi

Du 29.07 au 18.08.2018
Autonomie B
18 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

Vacances à Barcelone
Vacaciones en Barcelona

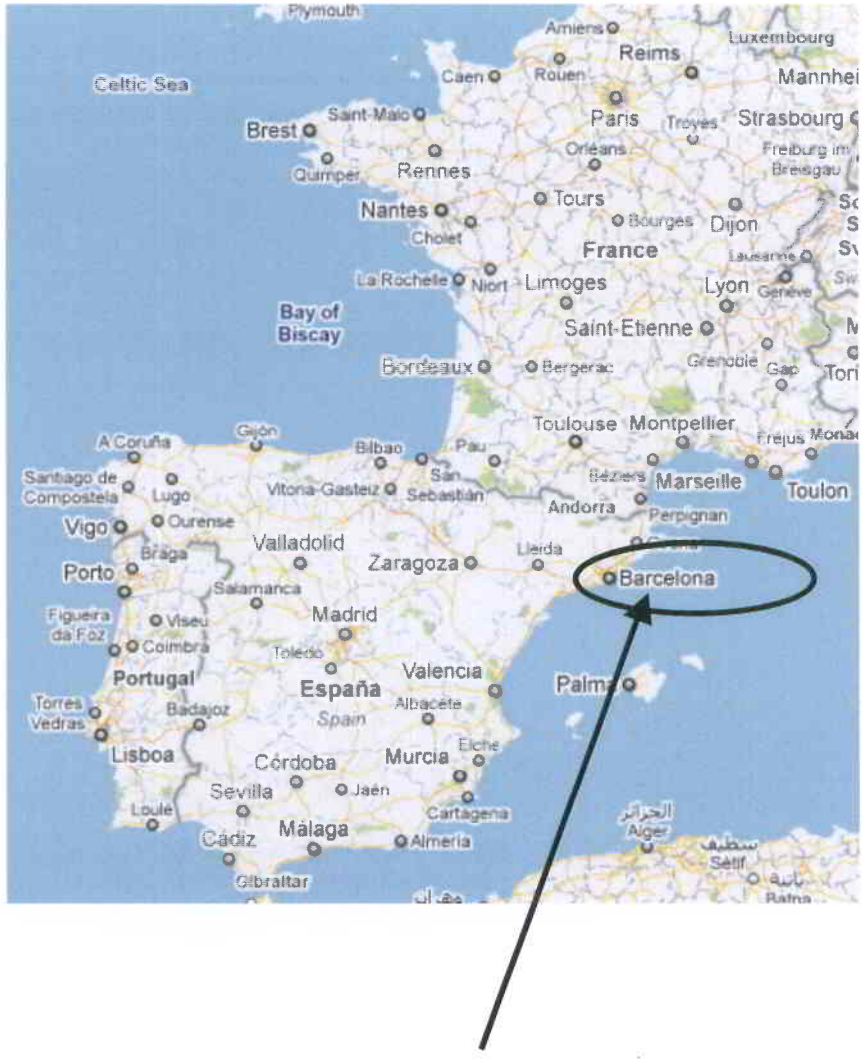
BIENVENUE LES TOURISTES - BIENVENIDO TURISTAS

CATALUNYA

GAUDI

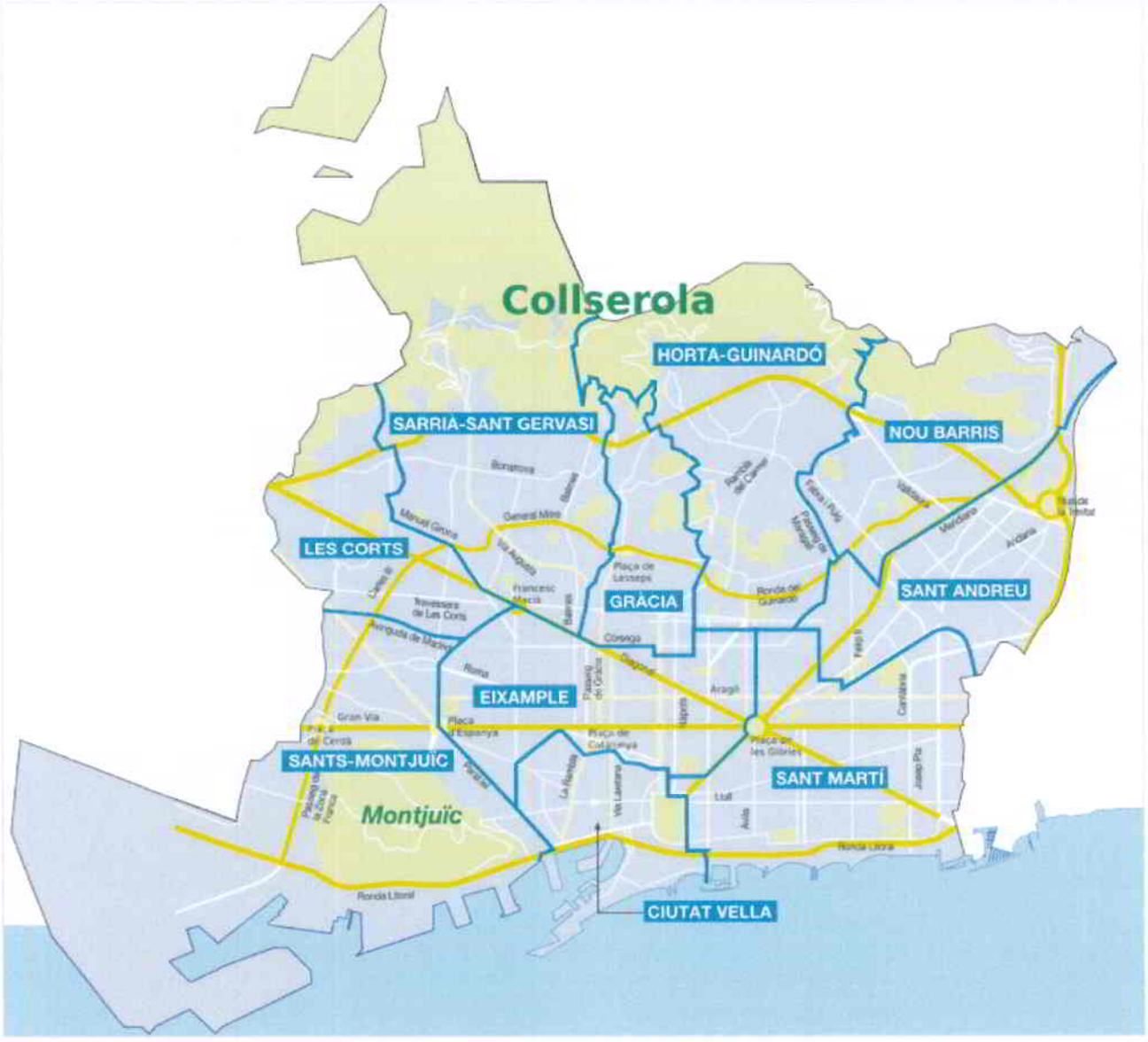
Bonjour,
Buenos dias,

Le dimanche 29 juillet 2018, nous allons nous rendre en autocar, direction Barcelone en Espagne pour trois semaines de vacances bien méritées.



BARCELONE

Après **une nuit de route en car** sur l'autoroute du soleil, nous arriverons vers 14h à Barcelone, où nous serons déposés directement devant notre immeuble.



Notre quartier est **EIXAMPLE**

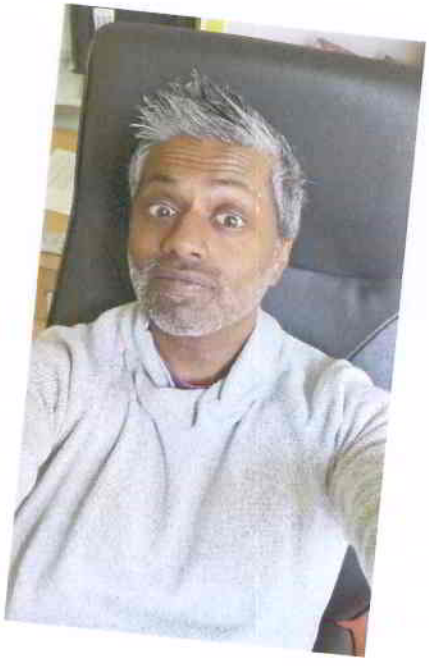
PENSEZ À PRENDRE POUR LA ROUTE, **UN PULL** ET **UNE BOUTEILLE D'EAU** DANS **VOTRE SAC À DOS**

L'EQUIPE D'ANIMATION
EL EQUIPO DE ANIMACION

Vos responsables :

LA DIRECTORA

LUCIE



EL DIRECTOR

JEAN-PIERRE

VOTRE ASSISTANTE SANITAIRE :

LEONTINE

VOTRE ANIMATRICE :

CATHERINE

VOTRE ANIMATEUR :

…en cours de recrutement…

Nous souhaitons vous faire partager le plaisir de découvrir cette magnifique ville qu'est Barcelone et vous faire passer de bonnes vacances en notre compagnie.

C'est vous qui décidez de vos vacances, nous serons à votre écoute pour que celles-ci se passent à merveille.

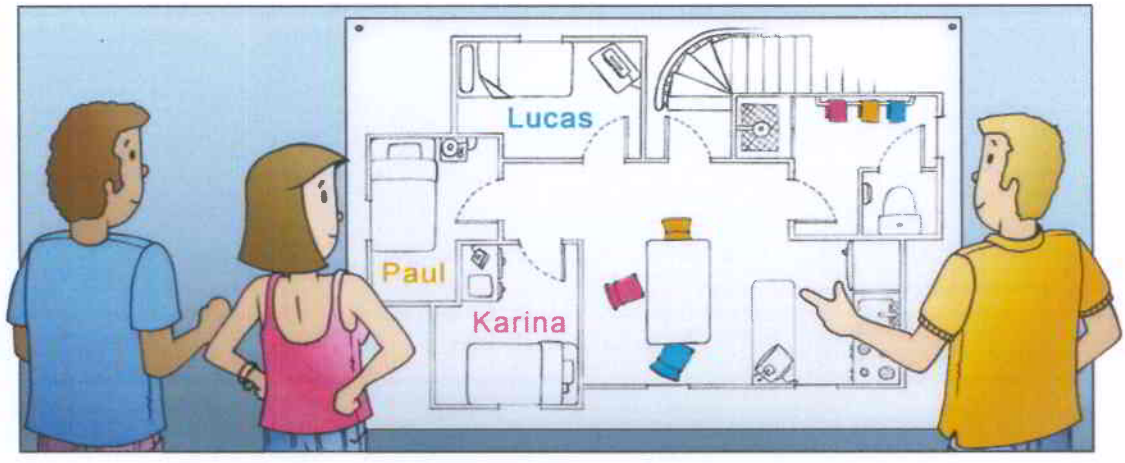
Nous allons être hébergés dans trois superbes appartements qui seront partagés entre nos deux groupes, soit un appartement et demi par groupe. Au cœur de Barcelone, à proximité de la Rambla (célèbre avenue piétonne de Barcelone) et du métro mais également des commerces et des marchés.

Les lieux de vie

"La Casa"

Chaque appartement a trois ou quatre chambres, où vous pourrez vous installer avec **d'autres vacanciers**.

*Profitez du trajet en car pour **discuter** avec les autres et **rencontrer vos colocs des vacances** !*



LE SEJOUR : La estancia

Nous allons découvrir les richesses culturelles de Barcelone, ses coutumes, son architecture, sa gastronomie, sa langue et les divers paysages qu'offre Barcelone.

LE MATIN : La mañana

Vous pourrez vous réveiller à l'heure de votre choix.

Un petit déjeuner vous sera servi à votre réveil.

LES REPAS : las comidas

Servis à 13h le midi et 20h le soir.

Vous pourrez participer en cuisine ou mettre la table si vous le souhaitez.

Après le repas, vous pourrez faire une sieste et étant donné la forte chaleur entre 14h et 16h, il n'y aura pas de sorties à ce moment là.

LA JOURNÉE: El dia

Vous pourrez, selon votre choix, faire des activités extérieures, de détente, artistiques, de jeux.

Nous organiserons des sorties au cœur de Barcelone, à la découverte de ses richesses artistiques.

Sagrada Familia

Cette cathédrale est devenue l'emblème de Barcelone, sa construction a débuté en 1882 et se poursuit toujours. Gaudi est l'architecte qui l'a imaginé, il a réalisé de nombreuses créations architecturales à Barcelone.

Le parc GÜELL

Le célèbre parc de Gaudi avec sa vue imprenable sur la ville.

LA RAMBLA

Nous profiterons de « La Rambla », l'avenue la plus célèbre de Barcelone, avec son ambiance festive, ses animations de rue, ses musiciens.
Nous découvrirons également le marché « **La Boqueria** », le marché couvert le plus célèbre d'Espagne.

LES PORTS ET LES PLAGES DE BARCELONE

Nous visiterons les ports et profiterons des plages avec au choix : farniente, baignade ou activités sportives.

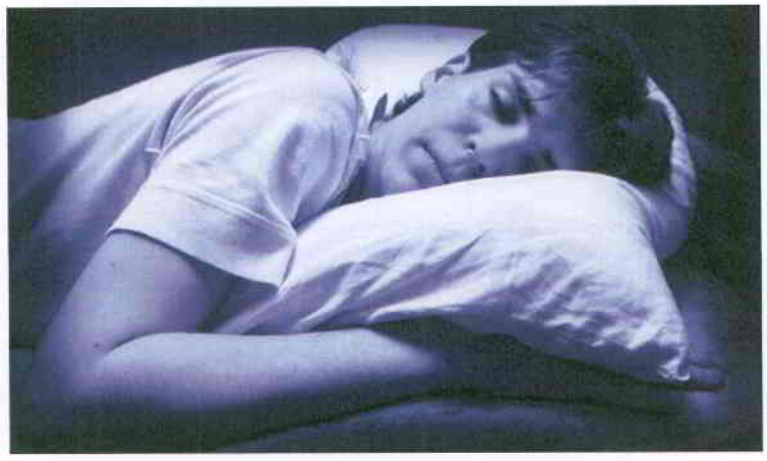
LES SOIRÉES : Las fiestas

Vous pourrez passer une soirée en petit groupe ou tous ensemble.

Soirée dansante
Jeux de société
Soirée à thème

Visites et sorties nocturnes

Vous pourrez aller vous coucher à l'heure de votre choix



"La lengua "

A Barcelone, les habitants parlent **Espagnol** et plus particulièrement **Catalan**, voici un petit lexique pour t'aider !

quelques mots

bonjour : ***buenos dias***
salut : ***holà***
au revoir : ***adéu*** *(adéou)*
excusez-moi : ***perdone***
s'il vous plaît : ***por favor***
merci : ***gracias***
de rien : ***de nada***

oui : ***si***
non : ***no***

aujourd'hui : ***hoy***
demain : ***mañana*** *(maniana)*
hier : ***ayer***

je m'appelle : ***me llamo*** *(mé iamo)*
je suis Français : ***yo soy francés***

c'est combien ? : ***¿ cuanto es ?***
où est ? : ***¿ dónde está ?***

En ville

une gare/station : ***el estació***
un appartement : ***el apartamento***
une rue : ***el calle***

un magasin : ***la tienda***
un restaurant : ***el restaurant***
un bar : ***el bar***

le menu : ***el menú***
manger : ***comer*** *(quomer)*
boire : ***beber***
un café : ***un café***
un chocolat : ***un chocolate***
les toilettes : ***los servicios***
l'addition SVP : ***el conte por favor***
la monnaie : ***el cambio***

fermé : ***cervado***
ouvert : ***obiert***
entrée : ***entrada***
sortie : ***sortida***

à droite : ***a la derecha***
à gauche : ***a la izquierda***
tout droit : ***todo recto***

Entre ( ) est écrit comment t'aider à prononcer les mots et nous te proposerons d'en découvrir plus pendant le séjour.

Recommandations
"recomendaciones"

- Nous serons au mois d'août, et comme il fera très chaud, beaucoup de magasins seront **fermés entre 14h et 16h.**

Nous pourrons adapter les sorties, les jours de grandes chaleurs.

- Des pluies peuvent arriver durant le séjour, prévois un **K-way** et des **chaussures fermées** pour la marche !

- Pour appeler en France de ton portable,
tu dois remplacer le premier 0 par **l'indicatif +33 .**
Par exemple : 06 60 00 00 00 doit être composé +33 6 60 00 00 00

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 17 au : 02.38.75.14.12

A avoir toujours en sortie :

- une gourde ou bouteille d'eau

- une casquette ou un chapeau

- des lunettes de soleil

- un tube de crème solaire adaptée à ta peau

- le badge Cap Evasion où sera noté l'adresse de notre immeuble

Les médicaments

- ✓ Ordonnance (originale + DCI = dénomination commune internationale), lisible et de préférence non manuscrite. Pour les génériques, indiquer le nom du médicament de référence.

- ✓ Carte Européenne de Soins (ancien formulaire E111), gratuite et à demander à la Sécurité Sociale

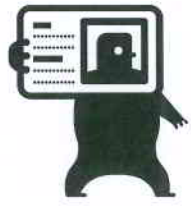
Attention : **Il est impératif d'avoir la quantité suffisante pour la durée du séjour.** Il est très difficile à l'étranger de se procurer les mêmes médicaments.

- ✓ Il faut les médicaments du jour de départ **dans ton sac à dos avec ta carte d'identité, ta carte européenne de soin et l'ordonnance internationale.**

- ✓ Les médicaments devront nous être confiés.

Papier d'identité

La carte d'identité en cours de validité.



Argent personnel

Votre argent personnel sera réservé exclusivement à tes souvenirs ou achats personnels.

Nous pourrons, si vous le souhaitez, vous aider à gérer votre budget.

N'oubliez pas de prévoir votre budget cigarettes si vous fumez, ou la quantité nécessaire pour tout le séjour.

Votre trousseau

- Les draps vous seront fournis.
- Voyagez léger, nous aurons accès régulièrement à des machines à laver !

La valise

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				

Les incontournables de la valise :

Maillot de bain

Crème solaire

Chapeau ou casquette

Lunettes

Serviette de plage

Chaussures de marche

Imperméable ou K-way

Et surtout

LE SOURIRE

L'adresse de tes vacances :

Nom Prénom
Groupe CAP Evasion
APARTEMENTOS SANT PERE
RONDA SANT PERE 35
PRINCIPAL 1A
08010 BARCELONA

Espagne

IMPORTANT : pour les téléphones pensez à prendre un forfait adapté car gare aux surprises au retour !!!!

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 17 au : 02.38.75.14.12

Nous sommes impatients de partager ce voyage avec vous...

L'équipe d'animation

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.