

CAP EVASION – ÉTÉ 2019



PROJET AVENTURE ST BREVIN LES PINS « ROCHELETS 21 JRS »

Du 28.07 au 17.08.2019

Autonomie A

22 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 Vennechy

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

St Brevin les Pins

« Les Rochelets »



Bonjour,

Je t'envoie ce guide qui te permettra de préparer au mieux tes vacances.

Tu trouveras des conseils pratiques, des idées d'activités.

Nous partirons le dimanche 29 juillet à St Brévin les Pins dans le département Loire-Atlantique (44). Nous arriverons le lundi 30 vers 3H du matin. Dès notre arrivée, tu pourras aller te coucher pour finir ta nuit.

Le trajet aller et retour se fera en car.



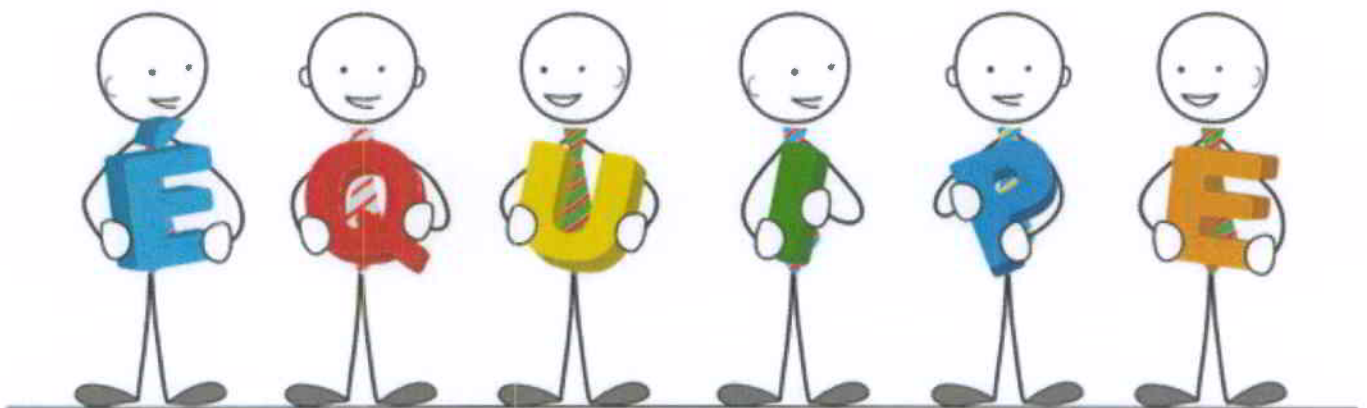


**Cinthia, responsable de séjour.
Je t'accompagnerai pour que tu
construises tes vacances, je
serai là notamment dans la
gestion de ton argent si tu as
besoin.**

**L'animateur Assistant Sanitaire
sera présent pour prendre en
charge tes soins éventuels et
t'accompagner dans la prise de
médicament, si tu en as.**



**Les Animateurs seront présents tout au long du séjour afin de
t'accompagner dans les actes de la vie quotidienne (repas,
toilette, entretien des locaux..) et pour te proposer différentes
activités. Ils seront présents et à l'écoute de tes besoins à tout
moment.**



Concernant l'hébergement, tu seras logé en mobil-home que tu partageras avec 5-6 autres personnes.



Les repas seront pris dans les mobil-homes ou en terrasse quand tu ne pique-niqueras pas. Tu pourras bien-sûr goûter aux spécialités culinaires de la région.

Tu partageras ta chambre avec 1 autre vacancier.



Voici quelques activités que nous sommes impatients de partager avec toi :

- Nager dans la piscine du camping



- Flâner sur la plage

- Jouer à la pétanque



- Visite de St Nazaire, pour celles et ceux qui le souhaitent

Et bien d'autres choses encore...

L'organisation de ton séjour



Petit Déjeuner,
Tu peux le prendre
à l'heure que tu veux.



Pendant la matinée,
Activités, sorties ou repos,
selon tes envies.



Déjeuner,
Par petit groupe dans les mobil-homes
entre 12h et 13h.



Pendant l'après-midi,
Détente, sieste,
activités, sorties ou repos.
A toi de choisir et de proposer!



Dîner,
Par petit groupe dans les mobil-
homes entre 19h et 20h.



Veillée
Sorties, soirées dansantes, soirées jeux,
selon tes envies.

NOM..... PRÉNOM..... SÉJOUR.....

Cette fiche peut être découpée et remplie au moment où vous préparez les bagages. Il faut ensuite la joindre 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.

Début de séjour	
Date inventaire	
Réalisé par	

Fin de séjour	
Date inventaire	
Réalisé par	

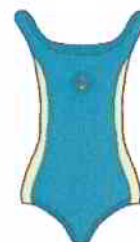
TROUSSEAU SÉJOUR 3 SEMAINES

Description	Qté Conseillée	Qté début	Qté fin	Différence	Observation - Précision
Tee-shirt / sweat	5 à 7				
Chemise	2 à 3				
Pull-over	2				
Tenue de nuit (Pyjama, chemise de nuit)	1				
Robe de chambre					
Ceinture					
Pantalon	2				
Short / bermuda	2				
Jupe / robe	2				
Paire de chaussettes	7				
slip / caleçon / 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					
Tennis / baskets	1				
Chaussures de ville	1				
Chaussons	1				
Lunettes de soleil	1				
Chapeau / casquette	1				
Duvet					
Sac à linge sale	1				
Petit sac à dos	1				
Sac à main					
Sac à dos					
Valise	1				
Sac de voyage					
Lunettes de vue					
Dentier					
Appareil auditif					
Trousse de toilette	1				
Brosse à dents					
Gel douche / dentifrice					
Peigne / brosse à cheveux					
Rasoir électrique					
Crème solaire	1				
carte d'identité	1 selon le séjour				
Carte d'Invalidité	1				
Passeport	1 selon le séjour				
Carte européenne de soins	1 selon le séjour				
Carte vitale	1				
Carte bancaire					
Téléphone portable					
Enveloppe(s) timbrée(s)					

Les incontournables de la valise :



Maillot de bain



Crème solaire



Chapeau ou casquette



Lunettes



Serviette de plage



Chaussures de marche

Un pull assez chaud pour les soirées

Imperméable ou K-way

Sac à dos



CONSEILS PRATIQUES DE L'ASSOCIATION CAP EVASION

Médicaments

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.

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.

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.

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

Nous vous remercions de 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

<i>Nom de l'hébergement</i>	<i>Camping « Les Rochelets »</i>
<i>Adresse</i>	<i>Chemin des Grandes Rivières</i>
<i>C.P.</i>	<i>44250</i>
<i>Ville</i>	<i>ST BREVIN LES PINS</i>

Vos proches pourront avoir de vos nouvelles :

A l'Association du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17 au : 02.38.75.14.12