CAP EVASION – ÉTÉ 2019

PROJET AVENTURE

POULLAN SUR MER

Les joies de la mer

Du 04.08 au 24.08.2019
Autonomie A
16 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 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 à Poullan-sur-Mer

LE LIEU DU SÉJOUR :

Poullan-sur-Mer est une commune du département du Finistère, dans la région Bretagne, en France.
Cette commune offre à la fois le calme de la campagne, les plaisirs de la mer et la proximité des villes.

Sur ce séjour, tu vas découvrir cette région et profiter de ses magnifiques paysages.

Tu pourras faire, si tu le souhaites, des balades, des pique-niques et pleins d'autres activités pour admirer ces paysages.
Si tu possèdes un appareil photo, tu auras l'occasion de faire de jolies photos.

L'HEBERGEMENT :

Tu seras logé au sein de la Maison Familliale et Rurale de Poullan.

Avec ses grands jardins

Si tu aimes le sport, tu auras l'occasion de jouer au foot, au basket, au ping-pong mais aussi à bien d'autres activités...

L'hébergement est composé de chambres de deux ou trois personnes avec salle de bain.

Il te sera possible de faire des grasses matinées et de te coucher à l'heure que tu veux, suivant ton rythme.

Pour les repas, n'hésite pas à venir avec des idées de plats que tu souhaites manger pendant tes vacances, tu pourras participer à la préparation des repas si tu en as envie.

L'ÉQUIPE D'ANIMATION

L'équipe d'animation sera là pour te proposer des activités et t'accompagner tout au long du séjour.

Elle se composera de 14 animateurs et d'un responsable de séjour.

Wenda	Alexis
Chloe	Felix
Edouard	Yannis
Killian	Morgane
Maurine	Dan

Et encore d'autres animateurs surprises rejoindront l'équipe pour le séjour.

Les indispensables pour un séjour à Poullan:

Des chaussures de marche

De la crème solaire adaptée a ta peau

Des lunettes de soleil et une casquette

Un sac à dos

Une gourde

Un k-way

Courrier - Nouvelles

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

Maison Familiale Rurale

Groupe Cap Evasion / Nom du Participant

2 route de Park ar Menez, 29100 Poullan-sur-Mer

Une carte postale sera envoyée à la famille ou proche de chaque participant durant les 3 premiers jours, afin de vous donner des nouvelles de l'arrivée du groupe.

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

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)					

CONSEILS PRATIQUES DE L'ASSOCIATION CAP EVASION

Médicaments

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.
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

Nom de l'hébergement	Maison Familiale Rurale
Adresse	2 route de Park ar Menez
C.P.	29100
Ville	Poullan-sur-Mer

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