CAP EVASION - ÉTÉ 2019



PROJET AVENTURE ST MALO Sur la route des corsaires

Du 28.07 au 17.08.2019 Autonomie B 22 Participants – 7 Encadrants

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

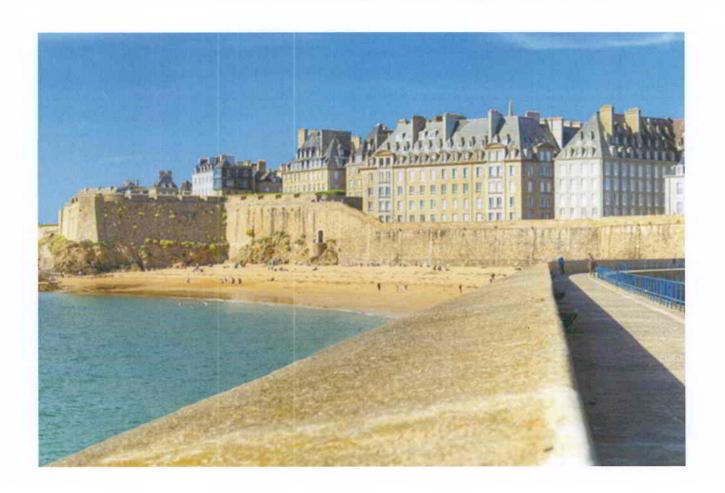
Séjours Vacances Enfants - Séjours Vacances Adaptées pour Enfants, Adolescents et Adultes - Journées à Thèmes

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

SAINT MALO B



SUR LA ROUTE DES CORSAIRES



Présentation de l'équipe



Emma, La responsable du séjour.



Claire
L'animatrice sanitaire



Thibaut

Maëva



Maud



Clément



Laurine



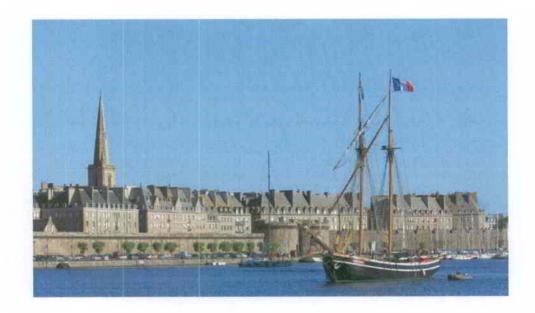
La destination des vacances



Située en Bretagne, sur la pointe nord de l'Ile et Vilaine, Saint Malo est un lieu d'histoire et de légendes.

En bord de mer, cette ville vous séduira par ses remparts, ses pavés et vieilles pierres, ses grandes marées, son centre historique.





L'hébergement

Nous serons hébergés au <u>camping la Fontaine</u> et tu partageras ton mobil home avec 5 autres compagnons de voyage!



Le camping est situé à 2 km de la plage de Rochebonne et à 400 mètres d'un arrêt de bus.





Mobil home avec terrasse





Coin cuisine salon



Les chambres

Organisation du séjour

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



<u>Petit déjeuner</u>: vous pouvez le prendre à l'heure que vous souhaitez.



<u>Pendant la matinée</u>: activités, sorties, repos, baignades selon vos envies.



<u>**Déjeuner**</u>: 12h30 dans les mobil homes (en extérieur si le temps le permet) par petits groupes de 5-6 personnes.





<u>Pendant l'après-midi</u>: activités, sorties, repos, baignade, repos, piscine... A vous de choisir et de proposer!



<u>Diner</u>: 19h30 dans les mobil homes par petits groupes de 5-6 personnes (en extérieur si le temps le permet).



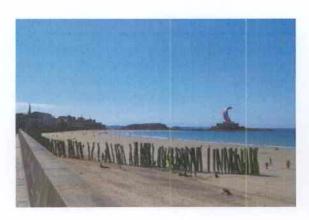
<u>Veillée</u>: sorties, soirées karaoké, soirées jeux selon vos envies.

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

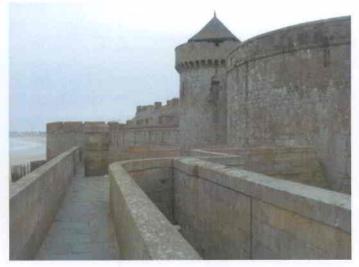
Votre séjour

Sur ce séjour, vous pourrez profiter de la plage, faire des balades sur les remparts et dans le centre ville typique de Saint Malo, visiter une réplique de frégate corsaire de 1745, vous balader sur les marchés locaux et visiter une demeure de corsaires avec ses

escaliers secrets, ses caves...



La plage de Rochebonne



Balades sur les remparts



Découverte de l'Etoile du Roy



Demeure de corsaire

Les activités possibles

Vous découvrirez aussi la région et ses spécialités culinaires.





Un marché nocturne à la ferme tout près du camping



Les kouign amann bretons

Dans le camping, vous trouverez également :

Une piscine couverte et chauffée avec toboggans aquatiques.





Un terrain multisports.

Des tables de ping-pong, un bar/snack, une salle avec un billard et un baby-foot, des terrains de pétanque, des cours d'aquagym et une veillée par semaine.

Courriers et nouvelles



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

Groupe Cap Evasion/ Nom du participant Camping la Fontaine 49 rue de la Fontaine aux pèlerins 35400 SAINT MALO

Vos proches pourront avoir de vos nouvelles en appelant l'association du :

Lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h 02-38-75-14-12

Si vous souhaitez envoyer des cartes postales, nous nous ferons un plaisir de vous aider à les rédiger. Pensez à apporter un carnet avec vos contacts ou des enveloppes avec les adresses de vos proches.

Les cigarettes

Pour les fumeurs, pensez à apporter votre consommation de cigarettes et/ou assez d'argent pour la durée du séjour en plus de votre argent personnel pour les souvenirs.

Souvenirs de votre séjour

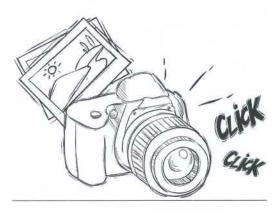
Si vous voulez d'autres idées de sorties, d'activités, vous pouvez aller sur le site de la mairie de Saint Malo :

 $\frac{https://www.tourismebretagne.com/destinations/les-10-destinations/cap-frehel-saint-malo-baie-dumont-saint-michel/saint-malo/$

Si vous avez un appareil photo, n'hésitez pas à l'emmener!

Nous ferons aussi des photos ensemble que nous mettrons en ligne ensuite sur le site internet de l'association.

https://www.cap-evasion.fr/galerie-photos/



Ce qu'il ne faut pas oublier :



1 tube de crème solaire et 1 maillot de bain



1 paire de lunettes de soleil, une casquette ou un chapeau pour se protéger du soleil





1 K-WAY ou vêtements de pluie et des bottes

1 sac à dos et une gourde



1 paire de bonnes chaussures pour la marche

1 pull chaud

NOM	DM SÉJOUR SÉJOUR						
Cette fiche peut être décor Tous les vêtements do	upée et remplie a pivent être marqu	u momeni és au nom	t où vous 1 du parti	préparez les b cipant y comp	agages. Il faut e ris ceux qu'il por	nsuite la joindre dans la valise. te sur lui le jour du départ.	
Début de séjour					F	in de séjour	
Date inventaire				Da	te inventaire		
Réalisé par				-	Réalisé par		
neanse par		_					
	TI	ROUSSE	AU SÉJO	OUR 3 SEMA	INES		
Description	Qté Conseillée	Qté début	Qté fin	Différence	Observation - Précision		
Tee-shirt / sweat	5à7						
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 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	A DESCRIPTION OF						
K-way	1						
veste / manteau	1						
Jogging	A DECEMBER						
Tennis / baskets							
Chaussures de ville	1						
Chaussons	1						
Lunettes de soleil	1						
Chapeau / casquette	1						
Duvet	Land Control of						
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 Appareit and itsif							
Appareil auditif							
Trousse de toilette							
Brosse à dents	Selection public						
Gel douche / dentifrice		-	-				
Peigne / brosse à cheveux			-		-		
Rasoir électrique Crème solaire	1						
		-	+-		1		
carte d'Identité	1 selon le séjour	-	-				
Carte d'Invalidité	1 1 calculation	-					
Passeport Carta august annua de sains	1 selon le séjour	-	-				
Carte européenne de soins	1 selon le séjour	-	-	-			
Carte vitale			-		-		
Carte bancaire Téléphone portable	A STATE OF THE STA		-		-		

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.

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.