

CAP EVASION – ÉTÉ 2019



PROJET AVENTURE

COULANS SUR GÉE

21 JRS

Arts créatifs

Du 28.07 au 17.08.2019

Autonomie B

20 Participants – 8 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

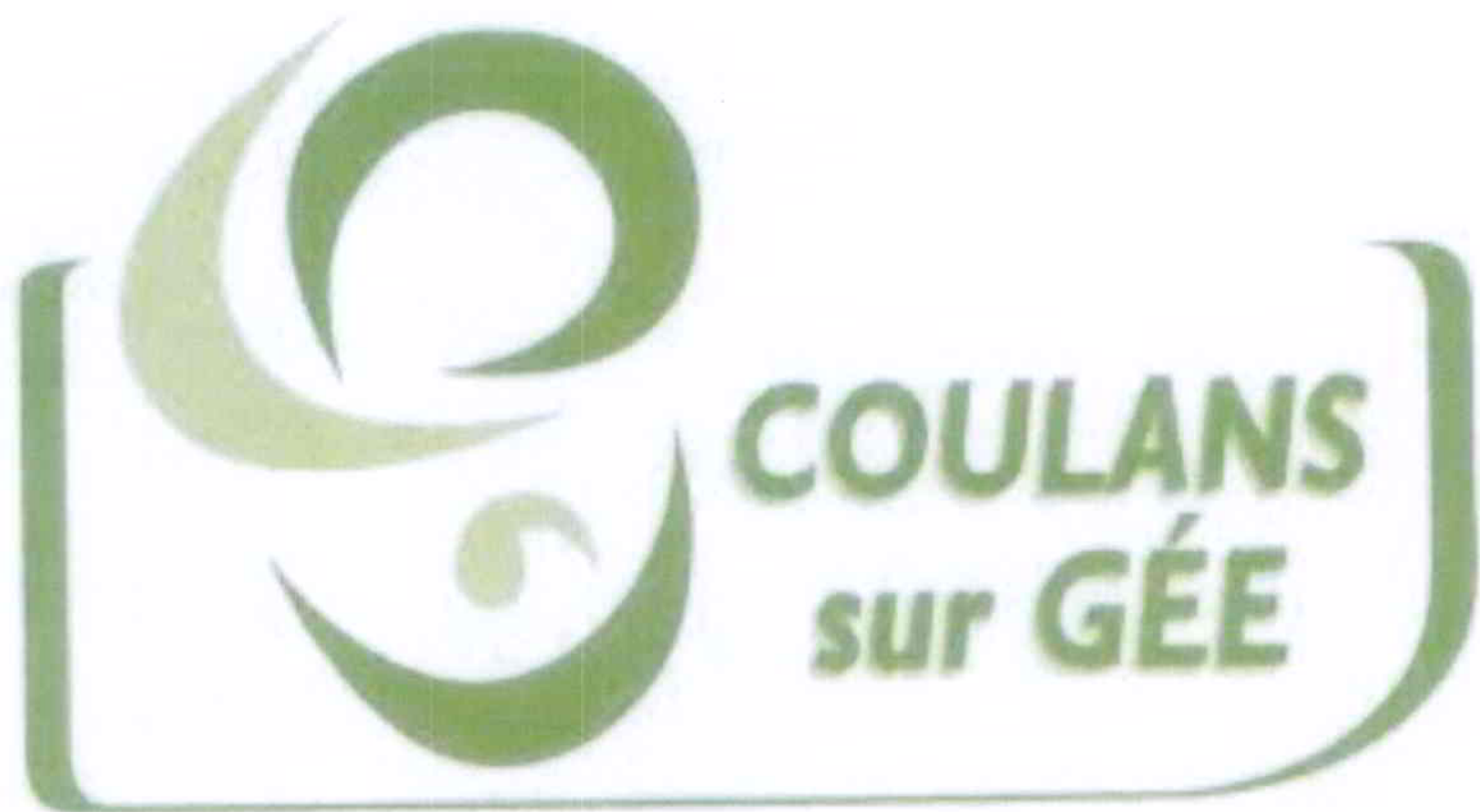
Nos bureaux : 45 rue Bernard Million 45140 Saint Jean de la Ruelle - Siège Administratif : 8 rue du Petit Fournil 45760 Vennecy

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

Partons à l'aventure !



COULANS-SUR-GÉE



L'hébergement

Tu seras hébergé à la Maison Familiale Rurale de Coulans sur Gée

Tu partageras ta chambre avec 1 ou 2 vacanciers



Tu auras également la possibilité de personnaliser les lieux dans lesquels tu vivras.



À présent, parlons cuisine



Tu pourras si tu le souhaites, participer à la préparation des repas



Ils seront servis à heure fixe
12h pour le déjeuner
19h30 pour le dîner

A travers les repas, nous découvrirons ensemble les spécialités régionales !



Comme les rillettes du Mans...

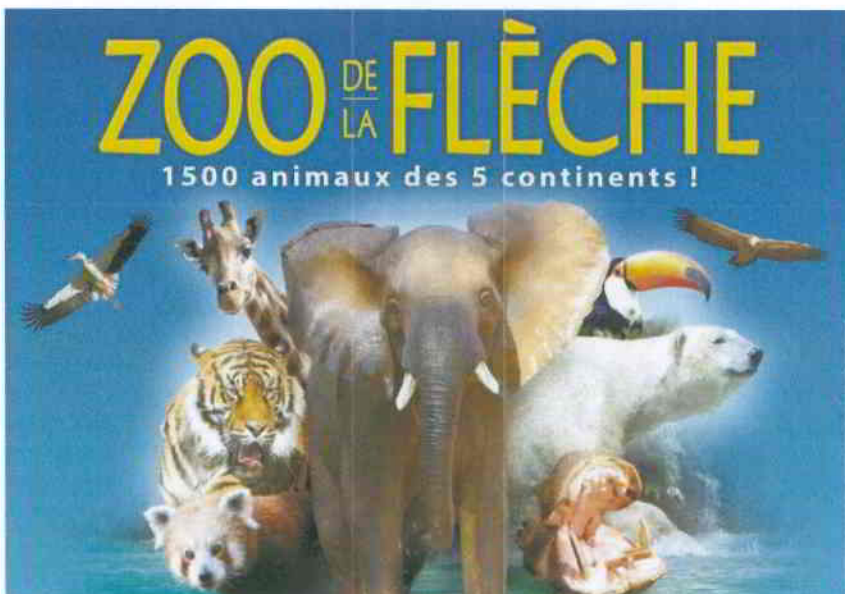
...ou encore, les sablés de Sarthe



Les Sorties



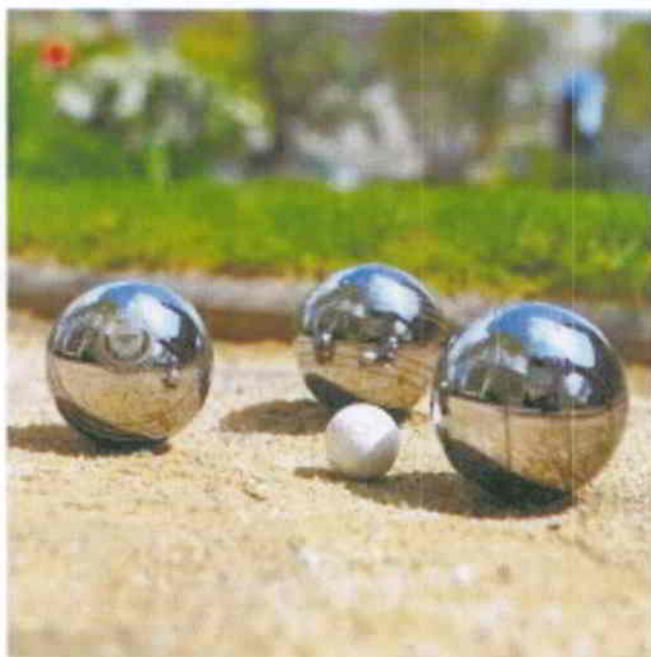
Visite de la ville du Mans



Visite du zoo
de La Flèche

Jeux extérieurs

Mölkky



Pétanque

Jeux de Ballons



Activités

Activités manuelles



Divers jeux de société



Cuisine



Écriture de ton courrier

Détente



Et bien d'autres encore...

Pour t'aider dans ta vie
quotidienne et dans toutes tes
activités, il y aura 7
animateurs.
Et Rudy en tant que
responsable de séjour.



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 et Rurale
Adresse	65 rue Nationale
C.P.	72550
Ville	Coulans sur Gée

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