

Bivouac

7-10 ans

TROUSSEAU
et conseils pour les jeunes
vacanciers et leurs parents

Départ du Centre Social en bus départemental
Rendez-vous lundi 16 juillet à 6h30 avec ton pique-nique
retour le mercredi 18 juillet à 18h55 (Souvigny) - 19h15 (le Montet)



A avoir sur soi

au moment du départ



Un short



Une casquette légère

Des sous-vêtements adaptés



**Une paire de chaussures
de sport ou de randonnée**



Un T-shirt respirant



**Un sac à dos 20 litres adapté à la
randonnée (pas de sac d'école)
avec ton pic-nic du lundi midi
Peut être prêté par le Centre Social**

Dans mon sac

ne rien prendre d'autre !



Deux sous-vêtements



**Deux paires de chaussettes
de sport ou de rando**



Un maillot de bain



**crème solaire
stick à lèvres
mouchoirs
lunettes de soleil**

**Un imperméable
avec capuche**



Un ou deux T-shirt respirant



Une polaire



**Une serviette de toilette
microfibre (peut être prêtée)**



**1 lampe frontale
peut être prêtée par le Centre Social**



**Un bidon de vélo
peut être prêté**



**Une brosse à dents
(les produits d'hygiène sont fournis)**

Cette randonnée cyclo et pédestre sur trois jours s'annonce riche en découverte et en moments intenses de convivialité. Sans grosse difficulté, mais avec des sentiers inédits et atypiques, elle est le prétexte idéal pour faire découvrir de nouvelles activités comme la via-ferrata, de nouveaux paysages et les attraits de la rando avec bivouac. L'acquisition de l'autonomie et l'adoption de comportements responsables font partis du projet éducatif de nos activités et ce mini-séjour devrait être l'occasion pour toi de vivre une nouvelle expérience bien éloignée de ton quotidien et particulièrement enrichissante.

+ d'infos

Découverte de l'autonomie et de la vie en groupe !

Casque fournis



port obligatoire

Compte-tenu du gabarit des jeunes participant(e)s, nous avons fait le choix de ne pas proposer une réelle rando-bivouac avec le matériel de camping sur le dos. Tentes (3 places), duvets et matelas (fournis par le Centre Social) nous attendront sur nos lieux de campement. Le Centre Social fournira aux enfants les produits d'hygiène : dentifrice et savon biodégradable pouvant être utilisés en pleine nature.

!! Un peu d'argent de poche pour des cartes postales ou un souvenir, c'est sympa ! 5 à 15€ sont largement suffisants !

Pas indispensable



mais très utile !

des rencontres et des activités variées en toute sécurité

Les soins

Si je dois suivre un traitement durant mon séjour, je donne obligatoirement le double de l'ordonnance et les médicaments à mon animateur. Chacun des animateurs s'attachera à reconforter et soigner les vacanciers blessés ou malades. Dès la moindre alerte ils feront appel aux professionnels de santé en tenant mes parents rapidement informés.



Sauf le lundi midi, tous les repas, y compris les goûters et les barres énergétiques sont pris en charge. Nous ferons nous-même notre « popote » sur des réchauds de bivouac.

VTT fournis



La communication

Il ne nous semble pas utile que tu viennes avec ton téléphone portable, ta console de jeu, ton lecteur de musique... : le risque de perte ou de détérioration est important et nous n'aurons pas la possibilité de le recharger. Par ailleurs, il se révèle être bien souvent un frein à une vie collective de qualité. Dans tous les cas il te sera systématiquement demandé de l'éteindre durant les temps de repas et d'activité.

Pour que tes parents restent informés, nous tiendrons quotidiennement à jour le site internet www.123bocage.fr. Tes parents, ta famille, tes amis, pourront suivre le déroulement des journées (photos, commentaires, informations pratiques) et te laisser leurs encouragements.

Grégory, le directeur du séjour peut être joint à tout moment au 06.65.03.34.26.

Cette ligne téléphonique est réservée essentiellement aux appels d'urgence.



Parc
naturel
régional
des Volcans
d'Auvergne