



# PROJET PÉDAGOGIQUE

## SÉJOURS NEIGE 2018

**7/13 ans**

**11/17 ans**

**aux CROZETS**

**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**

Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise – Impasse Arago - BP 53 - 21110 GENLIS

Horaires d'ouverture au public : du lundi au vendredi : 08h30-12h00 / 13h30-16h30

Téléphone 03 80 37 70 12 – Télécopie 03 80 37 93 65 – [www.plainedijonnaise.fr](http://www.plainedijonnaise.fr)

# Sommaire

## Intentions de l'Organisateur

## Objectifs Pédagogiques

## Encadrement

- 1) Equipe
- 2) Missions

## Spécificité des publics

## Mise en œuvre

- permettre le dépaysement (vie en collectivité, contexte géographique) en créant du lien entre les enfants et les jeunes du territoire de la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise,
- valoriser les initiatives et l'exercice de l'autonomie (organisation d'animations, vie quotidienne...),
- sensibiliser aux valeurs de coopération, d'entraide et de respect de l'environnement,
- favoriser la découverte d'activités d'hiver originales, adaptées à chaque tranche d'âge.

## Evaluation

Perspectives

## Annexes

- 1) Charte des Droits et Devoirs du Collectif
- 2) Trousseau du participant
- 3) Programme prévisionnel
- 4) Menu de la semaine

## **Intentions de l'Organisateur**

Durant les vacances d'hiver 2018, le service Enfance-Jeunesse de la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise, situé impasse Arago à Genlis, organise deux séjours accessoires à l'Accueil de Loisirs.

Ce projet marque la volonté de la Communauté de Communes d'offrir aux enfants et aux jeunes du territoire un réel dépaysement tout en assurant des conditions de sécurité maximales dans une ambiance conviviale.

Ainsi, il permet :

- d'offrir aux enfants et aux jeunes la possibilité de découvrir des activités neige dans un cadre sécurisé,
- de favoriser le développement de l'autonomie au sein du collectif,
- de proposer un séjour d'hiver accessible financièrement pour les familles.

## **Objectifs pédagogiques**

Par cette action, l'équipe éducative souhaite prioritairement :

- permettre le dépaysement (vie en collectivité, contexte géographique) en créant du lien entre les enfants et les jeunes du territoire de la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise,
- valoriser les initiatives et l'exercice de l'autonomie (organisation d'animations, gestion de la vie quotidienne...),
- sensibiliser aux valeurs de coopération, d'entraide et de respect de l'environnement,
- favoriser la découverte d'activités d'hiver originales, adaptées à chaque tranche d'âge.

## **Encadrement**

### **1) Composition de l' équipe**

Animateurs 11/17 ans:

- ZUDDAS Théo, titulaire d'une Licence STAPS équivalent BAFA, référent ski,
- ROUPIOZ Tayeb, titulaire du BAFA,

Animateurs 7/13 ans :

- GINESTE SUAREZ Marie-Flor, titulaire d'un BPJEPS Loisirs Tout Public,
- RIBEIRO Antony, titulaire d'un BPJEPS Activités Physiques pour Tous,

Le directeur est celui de l'Accueil de loisirs ; toutefois un responsable de séjour est présent:

- GOUDIABY-LEDOUX Anne, titulaire du BPJEPS Animation Culturelle, animatrice territoriale.

### **2) Missions**

L'équipe est garante :

- de la sécurité physique, morale et affective des jeunes,
- du respect des normes d'hygiène et de sécurité et de la réglementation en vigueur,
- des libertés des uns et des autres, de la justice, du respect de la charte des droits et devoirs et des principes de fonctionnement.

L'équipe :

- met en œuvre une action éducative auprès du public qui vise les objectifs pédagogiques précités,
- instaure un climat de confiance par le respect mutuel, la transmission de valeurs, et l'éducation par l'exemple,
- communique et se soutient face au public.

La responsable du séjour :

- coordonne l'action de l'équipe et a un rôle formateur,
- assure les relations avec l'organisateur, les parents et les prestataires,
- écrit le projet pédagogique, évalue et rend compte du bilan de l'action éducative, en associant le reste de l'équipe,

### **3) Organisation du travail**

Afin de respecter la réglementation concernant la durée légale du travail, stipulée dans le Code de l'Action Sociale et des Familles, une rotation de l'équipe d'encadrement est prévue.

Deux animateurs prennent en charge le groupe la journée: l'un de 7h30 à 17h30 et l'autre de 9h00 à 19h00. Un animateur assure l'encadrement de 17h30 à 7h30, avec un principe d'astreinte de nuit.

## **Mise en œuvre**

### **1) Permettre le dépaysement**

#### **Lieu**

Les séjours ont lieu au sein du gîte **Le Coupet** situé à l'adresse suivante :

Lieu-dit Crozets du bas, 39260 Les Crozets

**Téléphone** : 03 84 44 17 73

#### **Transport**

En grand bus avec un chauffeur.

Un minibus est à disposition sur place pour les courses et les visites extérieures.

#### **Hébergement**

Le groupe est hébergé au sein du gîte Le Coupet situé dans le village des CROZETS; c'est une grande maison en pierre, entourée de forêts et d'une grande prairie.

Ce gîte est composé de 6 chambres représentant une capacité totale de 16 couchages individuels.

Il y a donc 2, 3 ou 4 participants par chambre: certains lits sont doubles mais ils sont occupés par un seul participant.

Toutes les chambres sont dotées d'une salle de douche et les draps sont fournis.

L'attribution des chambres respectera la distinction filles/garçons ainsi que les âges, puis les affinités.

#### **Espace repas**

Le gîte met à notre disposition un coin cuisine équipé de four, plaques de cuisson, micro-ondes, réfrigérateur et lave-vaisselle ainsi que des tables et des chaises.

La vaisselle et le linge de lit sont également fournis.

Les produits d'hygiène et d'entretien, les pharmacies et les denrées alimentaires sont stockées dans des malles en fer ou en plastique hermétiques.

Les produits frais sont achetés et transportés en glacière, afin de ne pas rompre la chaîne du froid.

Un thermomètre est installé dans le réfrigérateur.

Des échantillons des plats sont étiquetés et conservés (5 jours) dans du film alimentaire.

La traçabilité (le code barre, la Date Limite de Consommation (DLC), le numéro du lot de chaque produit) est archivée dans un cahier. Les emballages sont également photographiés.

Après désinfection des plans de travail, le repas est préparé par 3 ou 4 participants et un animateur.

Toute la vaisselle sale utilisée durant le repas, est stockée à l'extérieur de la cuisine jusqu' à la fin du repas pour éviter le croisement du propre et du sale.

Les tables sont désinfectées avant la mise en place des couverts.

Des lingettes lavables avec un code couleur (bleu pour les tables, blanc pour les surfaces, rose pour les sanitaires...) sont utilisées.

Un panneau concernant les « bonnes manières » de cuisiner en collectivité est affiché.

## **Espace vie collective**

Il y a également une grande pièce à vivre et un coin salon.  
C'est le lieu de rassemblement du groupe pour les temps de concertation et d'informations.

Un panneau d'affichage est dédié aux informations sur le rythme des journées, les propositions d'animations, l'organisation collective, la charte des droits et devoirs.

En effet, l'information, la consultation et la négociation sont des outils pédagogiques essentiels pour stimuler l'autonomie et l'initiative, qui nécessitent d'être formalisés.

## **2) Valoriser les initiatives et l'exercice de l'autonomie au sein d'un collectif**

### **Autonomie**

Définition étymologique de l'autonomie (Grec): auto = soi-même nomos = loi  
Etre autonome, c'est « la liberté de se gouverner par ses propres lois sans entamer la liberté d'autrui. »

Le séjour se veut donc un espace d'autonomie où les participants vivent à travers un cadre commun précis, défini et validé de tous, sous forme d'une charte et de principes de fonctionnement.

L'équipe accompagne donc les participants à exercer leur autonomie et reste garante des libertés des uns et des autres, de la justice, du respect de la charte et des principes de fonctionnement.

### **Charte des droits et devoirs**

La vie collective est régie par une charte des droits et devoirs.  
Ce document est présenté aux familles lors de la réunion d'informations : il est le socle de référence pour l'équipe d'animation et les participants pendant le séjour pour vivre ensemble. (annexe1)

Il est affiché dans l'espace de vie collective.

D'autre part, des règles de fonctionnement précises sont négociées. (utilisation du téléphone portable, rythme de la journée).

### **Implication dans la vie collective**

Lors d'un temps de concertation le premier jour, les participants organisent la vie collective.

Chacun se positionne sur un planning pour participer aux tâches de la vie quotidienne (préparation des repas, vaisselle, nettoyage, mise en place de la table)

Chacun dispose de temps libre qu'il gère à sa guise et peut emprunter du matériel pédagogique mis à disposition dans l'espace de vie collective : livres, jeux de société, petit matériel pour artisanat.

Chacun peut également être à l'initiative d'animations et organiser des temps libres plus structurés ou proposer des idées pour les activités/veillées.

L'équipe accompagne chacun dans le développement de ses capacités à faire seul et avec les autres.

### **Résolution des conflits**

En cas de non-respect de la charte par un membre du groupe, le dialogue sera privilégié afin de permettre au participant une prise de conscience des conséquences de ses actes, créer un espace de médiation et aboutir à une réparation.

Des outils de Communication Non-Violente sont mis à disposition de l'équipe (affiche pour la médiation).

Toutefois, s'il est normal qu'il franchisse parfois les limites, il est nécessaire de sanctionner un enfant ou un adolescent dont le comportement nuit systématiquement à lui-même ou au reste du groupe.

Selon les cas, les adultes référents entrent en contact avec la famille et peuvent :

- réduire l'espace de liberté prévu,
- imposer l'isolement temporaire,
- interrompre le séjour.

### **Temps de concertation**

Chaque groupe d'âge organise des temps de réunions quotidiens (au goûter ou à la fin de la veillée).

Chacun s'exprime ainsi individuellement, à tour de rôle, sur les points suivants :

- organisation de la journée/du lendemain,
- qualité des activités,
- qualité des repas,
- relationnel.

L'équipe d'animation se réunit également à la fin de la soirée pour aborder ces mêmes points.

### **3) Sensibiliser aux valeurs de coopération, d'entraide et de respect de l'environnement**

#### **Préparation du séjour pour les 11/17 ans**

La semaine précédente, les jeunes inscrits au séjour et présents en Espace Jeunes le mercredi sont sollicités pour préparer les malles pédagogiques et alimentaires.

Cette préparation a pour but non seulement de renforcer les liens et la dynamique de groupe, mais aussi de permettre à tous de connaître et de s'approprier le matériel et l'organisation.

Ce temps est donc une activité importante et la présence de tous est vivement souhaitée.

#### **Gestion libre**

La gestion libre implique davantage les participants, qui à tour de rôle, préparent les repas pour le groupe en respectant des règles d'hygiène et de traçabilité strictes.

L'équipe est toujours présente sur ces temps: elle peut être en retrait ou très active selon les capacités et l'âge des participants. Ce sont des temps éducatifs à part entière.

La préparation et le rangement des repas sont assurés de manière équitable.  
Un tableau récapitulatif est affiché dans la cuisine.

Ce sont aussi des temps où les liens avec les animateurs se tissent davantage car ce type d'occupation libère la parole de manière informelle.

Dès lors l'entraide et la coopération sont ainsi stimulées et la sensibilisation au respect de l'environnement et au non – gaspillage des ressources prend alors tout son sens à partir de cas concrets :

- réduction de la consommation d'eau lors des vaisselles (lavage du plus propre au plus sale dans une bassine, rinçage dans une seconde bassine, pré-trempage des casseroles avec de l'eau utilisée...),
- achat de produits à emballage limité, non individuel sauf pour les pique-niques,
- tri des déchets selon le code de la région (verres, cartons, compost),

- prévention du gaspillage alimentaire,
- respect du voisinage (bruit en soirée, propreté des locaux communs, protection des ondes électro - magnétiques...).

## **Communication**

Basés sur la confiance, l'échange, et surtout la bienveillance, les principes de communication sont les suivants :

- Les enfants et les jeunes ont le droit de s'exprimer librement en respectant les principes élémentaires de correction dans le langage, dans la tenue tant morale que vestimentaire,
- Ils doivent respecter la charte des droits et devoirs et les règles de vie établies,
- L'équipe d'animation s'engage également à la même conduite,
- Les familles peuvent exprimer leurs avis et leurs demandes à l'équipe qui doit en tenir compte dans la mesure du possible,
- Pour les 7/13 ans, les familles sont informées du déroulement du séjour par le biais d'un numéro d'appel qui est alimenté quotidiennement par l'équipe pédagogique et des enfants (« 5 sur 5 », appel aux familles),
- Dans un but pédagogique et sanitaire, tout appareil susceptible d'émettre des ondes électro - magnétiques nuisibles à l'organisme, sera stocké en sécurité à l'intérieur d'une boîte durant la nuit.
- Des créneaux horaires seront définis pour l'utilisation de ces appareils.

### **En cas d'urgence**

Le numéro de téléphone portable de la directrice est également transmis aux familles.(0635408380)

Celles-ci sont contactées automatiquement en cas de problème de santé survenu au cours du séjour et sont consultées pour les suites à donner (choc à la tête, blessures, examens médicaux, soins, rapatriement, etc.).

Concernant le rapatriement, les situations sont gérées au cas par cas, en privilégiant la prise en charge par la famille.

### **Aucun médicament, même avec ordonnance, ne sera administré par l'équipe d'encadrement sans PAI.**

Les traitements d'urgence correspondant au Projet d'Accueil Individualisé (PAI) du participant doivent être remis à la directrice dès l'accueil du participant.

### **Aucun médicament ne doit être confié aux jeunes directement.**

Pour une maladie survenue pendant le séjour, sur avis médical et avec une ordonnance du médecin, l'animateur assurera la prise de médicaments.



## **Spécificité des publics**

### **Le public 11/17 ans**

L'adolescent a un fort besoin d'indépendance et d'autonomie.

Aussi, loin de son contexte familial, il peut éprouver ses capacités à grandir parmi ses pairs et à décider.

Il a un grand besoin de discussions, de réflexion, de négociation, recherche par ailleurs souvent le conflit et affirme son identité par l'opposition systématique et la remise en question des valeurs de l'adulte.

Il teste ses propres limites et des comportements déviants peuvent apparaître à cet âge.

Les textes de loi concernant les interdits (alcool, drogue, jeux vidéo) sont appliqués dans le cadre du séjour ainsi que tout ce qui est en rapport à la sécurité, aux normes HACCP et à la réglementation Direction Départementale de la Cohésion Sociale (DDCS).

En concertation avec l'équipe, il est décidé que la consommation de tabac peut être tolérée sous réserve d'un accord parental pour les plus de 15 ans uniquement. Elle est pratiquée de manière isolée dans un lieu et à des heures fixés par les encadrants.

Le besoin de plaire et d'avoir confiance en soi rend primordiale la qualité des rapports amicaux et amoureux ainsi que les occasions de se mettre en valeur.

Il est bien évident que des rapports amicaux ou amoureux peuvent s'installer entre les jeunes. Aussi, la bonne tenue et la responsabilité de chacun est de rigueur.

Friand de sensations fortes, il a également un grand besoin d'inactivité, de sommeil et de nourriture.

Afin de répondre aux besoins des plus âgés (14/17 ans), les lieux et certains temps de vie collective sont aménagés. En effet, les sujets de conversation et les centres d'intérêts sont différents et nécessitent parfois une certaine maturité.

### **Le public 7/10 ans**

Entre 7 et 10 ans, l'enfant ne connaît pas de grands changements sur le plan physique. Son corps grandit et se développe de manière progressive et continue. L'enfant est à l'aise dans son corps, il lui permet de découvrir et de s'exprimer.

L'enfant a un grand besoin de bouger et de se dépenser, mais aussi de se reposer grâce à de longues nuits de sommeil (11 à 12 heures).

Au niveau psychologique il est curieux, spontané et a une capacité pour s'émerveiller devant ce qui l'entoure, il est très sensible à tout ce qui est beau, bon et bien, juste et « pas juste ».

Il a un grand besoin de rêver, de se fabriquer un monde, et entre spontanément dans tout imaginaire proposé (histoire, conte, jeu de rôle) : cet imaginaire est souvent un bon moyen pour intégrer des règles de vie !

Parallèlement, avant 10 ans, la construction d'idées et de pensées passe par le concret, par des supports visuels accessibles (images, objets...). Progressivement, il s'ouvre aux autres et choisit ses copains, en général du même sexe; de grandes amitiés peuvent se vivre, mais ce n'est pas encore l'âge de l'attirance entre filles et garçons.

**Afin de répondre aux besoins de chaque tranche d'âge, deux séjours distincts sont proposés :**

- **Séjour 11/17 ans du lundi 12 au mercredi 14 février 2018.**
- **Séjour 7/13 ans du mercredi 14 au vendredi 16 février 2018.**

#### 4) Découvrir des activités originales, adaptées aux participants

##### Rythme de la journée

D'une manière générale, l'organisation pour les 7/9 ans est la suivante :

07h30 - 09h00 Lever et petit déjeuner échelonné

09h00 - 10h00 Toilette, rangement des chambres et du petit déjeuner, temps libre

10h00 - 12h00 Activité

12h00 - 13h30 Repas, préparation et rangement du déjeuner

13h30 - 14h30 Temps libre

14h30 - 16h30 Activité

16h30 - 17h00 Goûter

17h00 - 18h00 Douches /Temps Libre

18h00 - 19h00 Préparation du Dîner /Temps Libre

19h00 - 20h00 Repas et Rangement du repas/Temps libre, Toilette

20h00 - 21h30 Veillée

21h30 - 21h45 Temps calme

22h Coucher et extinction des feux

*Les horaires de lever et de coucher sont décalés d'une demi-heure pour les 10/13 ans.  
Il est possible de tarder davantage exceptionnellement pour les 14/17 ans.*

##### Programme 11/17 ans (voir Annexe 3)

###### ● Lundi 12 février 2018

- A partir de 07h30 : Rendez-vous à la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise située impasse Arago à GENLIS.
- Accueil des jeunes et de leur famille, chargement des bagages dans le minibus, recommandations particulières,
- **07h45 : Départ en grand bus** /Arrivée vers 09h45 à MORBIER à la station des Gentianes,
- Prise en main du matériel et de l'équipement : casque, chaussures, ski, bâtons, forfait
- Activité ski (Parcours test niveau en priorité)
- 16h45 : Départ pour les Crozets/Arrivée vers 17h30

###### ● Mardi 13 février 2018

- Luge et jeux dans la neige

###### ● Mercredi 14 février 2018

- Atelier Cuisine, Rangement et nettoyage
- 13h30 : Départ pour MORBIER, Activité Snowtubing

- 16h30 : Départ en grand bus/ **Arrivée vers 18h30 à GENLIS**

**Accueil des familles à 18h30** à la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise.

Chaque jeune se présente avec ses parents avant de récupérer son bagage et salue l'équipe d'encadrement.

Un compte-rendu oral du séjour est fait à la famille.

**Programme 7/13 ans** (voir Annexe 4)

● **Mercredi 14 février 2018**

- A partir de 07h30 : Rendez-vous à la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise située impasse Arago à GENLIS.
- Accueil des jeunes et de leur famille, chargement des bagages dans le minibus, recommandations particulières,
- **08h00 : Départ en grand bus /Arrivée vers 10h30 aux Crozets**
- Luge : les enfants qui possèdent un casque peuvent en fournir un.
- Grand Jeu dans la neige

● **Jeudi 15 février 2018**

- Promenade en raquettes 2 km « le chemin des contes »
- En cas d'absence de neige, ce sera une randonnée pédestre.

● **Vendredi 16 février 2018**

- Rangement et nettoyage
- Promenade en raquettes
- En cas d'absence de neige, départ anticipé pour MORBIER
- 15 h30 : Départ en grand bus/ **Arrivée vers 18h15 à GENLIS**

**Accueil des familles jusqu'à 18h30** à GENLIS, à la Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise.

Chaque enfant se présente avec ses parents avant de récupérer son bagage et salue l'équipe d'encadrement.

Un compte-rendu oral du séjour est fait à la famille.

**Veillées**

L'équipe a programmé chaque soir une animation pour tout le groupe.

Les enfants/jeunes peuvent également s'investir et proposer des événements.

Le temps d'animation est d'environ 1h00/1h30.

Un temps de bilan de la journée en petit groupe a lieu avant le coucher.

Le temps de coucher intègre des moments de discussion entre jeunes avant « extinction des feux ».

## **Evaluation**

Afin d'évaluer si les moyens mis en œuvre étaient pertinents au regard des objectifs visés, nous observerons les critères suivants :

### **1) Permettre le dépaysement (vie en collectivité, contexte géographique) et créer du lien entre les enfants et jeunes du territoire**

- Choix du lieu adapté (ambiance, paysage,...),
- Nombre de participants satisfaits du lieu et du mode de vie (région, hébergement),
- Liste des difficultés rencontrées et des atouts.
- Nombre de participants résidents par communes (de la CCPD)
- Qualité de la vie de groupe (mixité, échanges, projets à venir communs....)

### **2) Valoriser les initiatives et l'exercice de l'autonomie**

- Nombre d'animations à l'initiative des jeunes,
- Nombre d'activités réalisées en plus du programme,
- Nombre de participants qui ont pris des initiatives,
  
- Fréquence d'utilisation du tableau d'affichage,
- Nombre de temps de concertation réalisés,
- Nombre de règles de fonctionnement négociées,
  
- Nombre de conflits,
- Nature des conflits,
- Nombre de conflits résolus,
- Nombre de conflits graves,
- Nombre de sanctions,
- Nature des sanctions,

### **3) Sensibiliser aux valeurs de coopération, d'entraide et de respect de l'environnement**

- Fluidité de la vie collective (nombre de retards, rangement, installation, etc...),
- Nombre de participants satisfaits de l'organisation de la vie collective,
- Nombre d'actes d'entraide spontanés,
- Nombre d'actes contraires au respect de l'environnement,
- Nombre d'actes de gaspillage,
- Respect du budget.

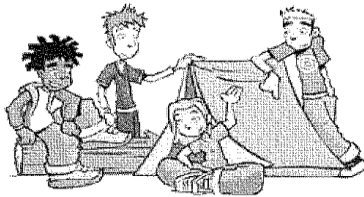
### **4) Favoriser la découverte d'activités originales, adaptées aux plus grands**

- Nombre d'activités adaptées à la tranche d'âge,
- Nombre de participants satisfaits du programme d'activités.

Nous évaluerons également si le budget a été respecté et si le coût du séjour semblait accessible aux familles. Un questionnaire de satisfaction sera remis aux familles après le séjour.

## Annexe 1 - CHARTE DES DROITS ET DEVOIRS DU COLLECTIF

Chaque participant s'engage à respecter la charte ci-dessous :



### Charte de Vie Collective "Droits et Devoirs"

#### Nos Droits

- Passer un bon séjour avec d'autres jeunes
- Être informé et écouté (avant et pendant le séjour)
- Donner son avis et organiser certains temps du séjour
  - Participer ou pas à ce qui est proposé (sauf activités réservées)
  - Se sentir en sécurité

#### Nos Devoirs

- Prendre soin de soi et des autres (éviter les mises en danger)
- Respecter chacun, quel qu'il soit
- Créer une relation de confiance au sein du groupe et avec les adultes
  - Participer à la vie collective (prises de décision, règles, tâches quotidiennes)
  - Respecter les lieux de vie et le matériel

Si des actes contraires à cette charte sont commis, l'équipe d'encadrement peut :

- instaurer un dialogue, favoriser la médiation et la réparation,
- restreindre les libertés accordées,
- imposer un temps d'isolement,
- prendre contact avec la famille,
- interrompre le séjour.

**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**



## Annexe 2 – TROUSSEAU SEJOUR

NOM :

PRENOM :

	<b>MATERIEL</b> marqué au nom du participant	observations	Départ	Retour
1	Chaussures imperméables (type bottes de neige)			
1	Baskets			
1	Paire de Chaussons			
1	Gourde			
1	Sac à dos			
1	Valise ou gros sac			
1	Lampe de poche			
1	Lunettes de soleil, crème solaire et baume à lèvres			
1	Trousse de toilette comprenant : gel douche, dentifrice, brosse à dents, shampooing, brosse à cheveux, élastique, mouchoirs, protection hygiénique...)			
1	Serviette de toilette /gant			
1	Sac de Linge sale			
1	Drap Housse, taie d'oreiller <b>pour les 11/17 ans</b>			
1	Duvet <b>pour les 11/17 ans</b>			
	<b>VETEMENTS</b> marqués au nom du participant			
1	Blouson chaud et IMPERMEABLE			
1	Combinaison (ou pantalon) IMPERMEABLE			
4/5	Paires de chaussettes chaudes			
3	Sous-vêtements (caleçons, slips, soutien- gorges...)			
2	T-shirts			
2	Sous-pulls			
2	leggings			
1	Pantalon/tenue pour le soir			
1	Pulls chaud/gilet polaire			
1	Tenue de nuit (pyjama)			
2	Paire de Gants IMPERMEABLES			
1	Bonnet et écharpe			

**Aucun médicament, même avec ordonnance, ne sera administré par l'équipe d'encadrement sans PAI.**

Les traitements d'urgence correspondant au Projet d'Accueil Individualisé (PAI) du participant doivent être remis à la directrice dès l'accueil du participant.

**Aucun médicament ne doit être confié aux jeunes directement.**

Pour une maladie survenue pendant le séjour, sur avis médical et avec une ordonnance du médecin, l'animateur assurera la prise de médicaments.

Inventaire des valises : Chaque jeune doit faire sa valise et établir un inventaire de ses affaires avant et après le séjour. Les affaires retrouvées sont stockées dans l'espace de vie collectif et rapportées à l'Espace Jeunes.

Argent de poche : Chaque jeune en possession d'argent de poche pourra le confier à la directrice qui vérifiera la somme qui lui est confiée. Dans ce cas, le montant ne pourra excéder 30 euros. S'il le conserve lui-même, il en sera l'unique responsable.

Objet de valeurs : (MP3, Téléphone portable, jeux vidéo...) Il est préférable d'éviter d'apporter tout objet de valeur.

**L'équipe d'encadrement n'est pas responsable des pertes ou vols survenus pendant le séjour.**

**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**

Communauté de Communes de la Plaine Dijonnaise – Impasse Arago - BP 53 - 21110 GENLIS

Horaires d'ouverture au public : du lundi au vendredi : 08h30-12h00 / 13h30-16h30

Téléphone 03 80 37 70 12 – Télécopie 03 80 37 93 65 – [www.plainedijonnaise.fr](http://www.plainedijonnaise.fr)



### Annexe 3 – PROGRAMME Prévisionnel 11/17ans

	Lundi 12/02	Mardi 13/02	Mercredi 14/02
<b>MATIN</b>	<p><b>07h30 : Rendez-vous</b> à la Maison de l'Intercommunalité, impasse arago à GENLIS</p> <p><b>07h45 : Départ en grand bus</b></p> <p>09h45 : Arrivée à la station des Gentianes à MORBIER.</p> <p>(équipement et forfait)</p> <p>10h30 : JOURNEE SKI</p>	<p>Luge</p> <p>Jeux dans la neige « Bataille et Bonhomme »</p> <p>Atelier Cuisine « prépa du goûter »</p>	<p>Grasse Matinée</p> <p>Préparation des valises et nettoyage</p> <p>Atelier Cuisine « prépa du goûter pour les 7/13 ans »</p>
<b>APRES-MIDI</b>	<p><b>16h45 : Départ en grand bus</b></p> <p><b>17h30 : Arrivée aux CROZETS</b></p> <p>Installation au gîte</p>	<p>Luge</p> <p>GRAND JEU dans la neige</p> <p>Idée Jeunes</p>	<p>Départ pour MORBIER vers 13h30</p> <hr/> <p>14h30 : Arrivée aux Gentianes à MORBIER</p> <p>15h00/16h00 : SNOWTUBING</p> <p><b>16h30 : Départ pour GENLIS</b></p> <p><b>Arrivée vers 18h30</b> à la Maison de l'Intercommunalité, impasse arago à GENLIS</p>
<b>VEILLEE</b>	<p>Idées Jeunes et « Au ski tout est permis ! »</p>	<p>Soirée Raclette</p> <p>LOUP-Garou des CROZETS</p> <p>« Dance Floor »</p>	

**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**



## Annexe 4 - Initiation au ski

### Comment skier dans de bonnes conditions ?

Il faut procéder étape par étape :

→ connaître son matériel (conserver les chaussures quelques minutes et marcher pour vérifier qu'elles ne font pas mal, choisir un casque adapté, porter un masque ou des lunettes pour se protéger de la haute réverbération de la neige, apprendre à mettre ses skis et les enlever en toute sécurité.

→ s'initier au remonte-pentes en écoutant les conseils des moniteurs sur place ou animateurs.

→ Connaître les quelques règles importantes sur les pistes : - on ne s'arrête pas en plein milieu d'une piste.

- on ne s'arrête pas dans une zone sans visibilité.

- un skieur positionné avant vous sur la piste a toujours la priorité.

→ Apprendre à tomber correctement, à rechausser dans une pente ainsi que remonter en « canard » ou en « escaliers ».

→ Commencer par une pente douce pour prendre confiance et voir les différentes techniques pour freiner, tourner, s'arrêter. Nous aborderons la position de base sur les skis ainsi que la technique du « chasse neige » pour maîtriser sa vitesse et tourner.

### Positionnement de base :

Le poids doit être bien centré sur les skis. Il doit être réparti sur toute la surface de la semelle de la chaussure. Les bras sont détendus, devant. Le dos est droit, légèrement incliné en avant. Les genoux sont fléchis.

Ce que l'on doit ressentir : Un appui équilibré sur la plante des pieds et non pas sur l'arrière de la chaussure ainsi qu'une légère pression des tibias sur la languette de la chaussure, indiquant que les genoux sont suffisamment fléchis en avant.



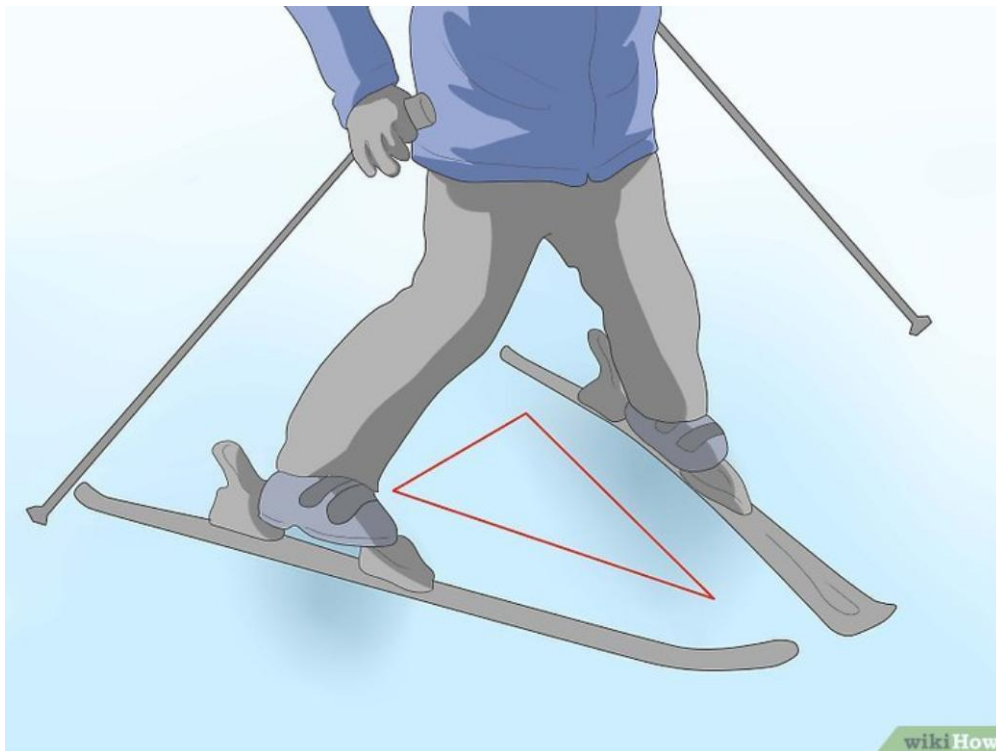
**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**



## Technique du « chasse neige » :

**Pour freiner** : il faut plier les genoux et écarter les jambes en appuyant de façon homogène sur les talons. Les skis vont s'ouvrir vers l'arrière et tout en démarrant la descente maintenir la pression sur les talons. Si les skis s'ouvrent trop et menacent de se croiser, il faut alors relâcher la pression.

Ainsi en rentrant plus ou moins les genoux tout en gardant les jambes fléchies nous allons pouvoir contrôler notre vitesse.




**Pour prendre des virages** : pour tourner, il faut appuyer sur le ski extérieur au virage, orienter son buste dans la direction vers laquelle nous souhaitons aller et laisser les skis tourner tout seuls. Toujours penser à garder les genoux en flexion.

Situation pour mettre en pratique : effectuer un virage chasse-neige en touchant le genou extérieur avec les deux mains. Cette astuce aidera à mettre le poids sur le ski extérieur.

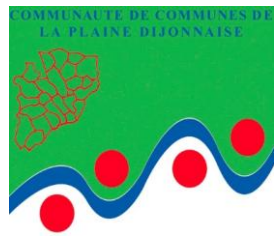
Dans un premier temps, chaque participant passera un test pour évaluer son niveau de pratique.



## Annexe 5 – PROGRAMME Prévisionnel 7/13 ans



	Mercredi 14/02	Jeudi 15/02	Vendredi 16/02
MATIN	<p><b>Rendez-vous à partir de 07h30</b> à la Maison de l'intercommunalité, impasse arago à GENLIS</p> <p><b>Départ vers 08h00 pour MORBIER</b></p> <p><b>Arrivée vers 10h aux CROZETS</b></p> <p>Luge</p> <p>Pique-nique</p>	<p>Promenade en RAQUETTES</p> <p>« Chemin des Contes » (2 km, histoire de lutins enrhumés)</p> <p>ou Randonnée</p>	<p>Nettoyage des chambres</p> <p>LUGE</p>
APRES-MIDI	<p>Visite des lieux et Installation</p> <p>GRAND JEU dans la neige</p>	<p>Jeux dans la neige</p> <p>« Bataille et Bonhomme »</p>	<p>Promenade en RAQUETTES</p> <p><b>15h30 : Départ pour GENLIS</b></p> <p><i>Escale ALSH vers 16h15 à MORBIER</i></p> <p><b>Arrivée vers 18h15</b> à la Maison de l'intercommunalité, impasse arago à GENLIS</p>
VEILLEE	<p><b>Soirée Raclette</b> <b>« Au ski tout est permis ! »</b></p>	<p>Idées des Enfants <b>« Loup-garou des CROZETS »</b></p>	



**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**



# Menu

<u>Légende</u>
<b>FECULENTS LEGUMINEUSE</b>
<b>FRUITS LEGUMES</b>
<b>VIANDE POISSONS ŒUFS</b>
<b>PRODUITS LAITIERS</b>
<b>GOUTER SUCRERIE REPAS SPECIAUX</b>

REPAS	Lundi 12/02	Mardi 13/02	Mercredi 14/02
Petit Déjeuner		Céréales Riz soufflé chocolat et Maïs soufflé au miel – Lait – Cacao – Thé – Jus de Fruit Tartines - Beurre – Confiture - Fruits au choix	
Déjeuner	Pique-nique tiré du sac	Taboulé Haricots verts Cordon Bleu Morbier Orange	Salade Coleslaw Petit pois carottes Saucisses knack Yaourts à boire
Goûter	Pain au lait Chocolat	Gâteau Maison	Brioche
Dîner	Carottes Râpées Spaghetti Bolognaise Gruyère Liégeois	Salade Verte Raclette Pommes de Terre Charcuterie Compote	

REPAS	Mercredi 14/02	Jeudi 15/02	Vendredi 16/02
Petit Déjeuner		Céréales Riz soufflé chocolat et Maïs soufflé au miel – Lait – Cacao – Thé – Jus de Fruit Tartines - Beurre – Confiture - Fruits au choix	
Déjeuner	Pique-nique tiré du sac	Taboulé Haricots verts Cordon Bleu Morbier Orange	Salade Coleslaw Petit pois carottes Saucisses knack Yaourts à boire
Goûter	Gâteau Maison	Pain au lait Chocolat	Brioche
Dîner	Salade Verte Raclette Pommes de Terre Charcuterie Compote	Carottes Râpées Spaghetti Bolognaise Gruyère Liégeois	

**LIBERTÉ - ÉGALITÉ - FRATERNITÉ**