

## SEJOUR MONTAGNE 2022, document élève

Afin de vivre au mieux ce séjour pédagogique, voici les informations qui vont vous permettre de bien vous y préparer.

Pour rappel, le règlement du collège s'applique en tout point (respect des personnes, du matériel, des horaires, des activités sportives...) et pourra faire l'objet de sanctions immédiates ou au retour selon la gravité (voir le contrat de comportement signé en novembre par vous et vos parents)

### VOYAGE

- Valise à préparer avec vos parents et pas trop lourde (il faudra la porter dans les escaliers et savoir la remplir soi-même pour le retour)
- Départ le dimanche 16 janvier, rendez-vous à 16h00 parc Chorus.
- Attendre l'appel pour monter dans le car en **donnant la photocopie de son résultat de Test Covid et sa pièce d'identité dans une enveloppe avec son nom, prénom et classe**. Le carnet ESF et l'argent de poche étant à part dans la valise.
- Prendre un bon goûter avant le voyage, il n'y aura pas vraiment de pause pique-nique mais la possibilité de manger un en-cas lors de "l'arrêt toilettes" dans une station d'autoroute. Il est interdit de manger dans le car, seule une bouteille d'eau est autorisée.
- Aucun achat ne sera autorisé dans les stations-services lors des arrêts, seulement un passage aux toilettes.
- **Aucun téléphone ni jeux électroniques pendant tout le séjour** (pour s'ouvrir aux autres, discuter, jouer aux cartes, lire...)
- Aucun objet de valeur (risque de perte ou casse), appareil photo jetable conseillé ou à vos risques... l'argent de poche reste à votre responsabilité, prévoir votre porte-monnaie car une sortie village est prévue.
- Médicaments à confier aux responsables dans une trousse avec nom et ordonnance. Pour le mal des transports penser à anticiper les prises 24h avant le départ ainsi qu'au retour.

### HEBERGEMENT

A l'arrivée, distribution des chambres, du matériel ski et des forfaits, affichage des horaires de repas et des activités.

1. **Chambres** : code d'accès à retenir et à ne pas communiquer. En cas d'oubli, demander au professeur référent.
  - Ne pas fermer à clef si vous êtes présents mais uniquement quand la chambre est vide.
  - Interdit de manger ou boire dans les chambres, seulement au foyer.
  - Chambres rangées, lits faits, fenêtres fermées, lumières éteintes, ne pas toucher aux radiateurs.
  - Aucune visite d'autres élèves, vous pouvez vous retrouver au foyer. La chambre reste un endroit de repos donc il faut y maintenir le calme et permettre l'accès aux douches sans être dérangé.
2. **Repas** : Self, horaires à respecter.
  - Ne pas gaspiller la nourriture, finir son assiette, **rester calme à table et pendant les déplacements**.
  - Penser à bien vous hydrater après les cours de skis ! et à manger équilibré : des crudités, des légumes et des fruits !
  - A la fin du repas, **débarrasser et nettoyer sa table** puis revenir attendre, assis à sa place, pour la vérification par un professeur. Des consignes éventuelles seront données avant de quitter la salle.
  - Goûter : chaque jour au foyer, attendre un professeur pour le service. Après le goûter, vous pouvez acheter quelques friandises ou boissons au distributeur mais pas après 18h00 et il ne faut pas les consommer dans les chambres.
3. **Infirmierie** : horaires et lieu seront précisés, en général avant les repas.
4. **Objets trouvés** : une boîte sera disposée mais soyez vigilants et responsables, veillez à écrire vos noms sur vos affaires !
5. **Site internet** : chaque jour des nouvelles seront transmises sur le site pour vos parents, nous attendons les élèves journalistes volontaires.
6. **Il est interdit de sortir du chalet sans adulte encadrant.**

### SKI

Activité obligatoire et tous les jours ! Préservez votre énergie par une bonne alimentation et un bon sommeil !

1. **Groupes** prédéterminés mais le premier cours du lundi après-midi permettra de faire les ajustements nécessaires.
2. **Matériel** : Chacun aura un emplacement défini par son n° de chambre pour les chaussures et les skis. Soyez vigilants !
  - Le forfait doit être porté dans la poche gauche et y rester ! en cas de perte ou de casse, vous devrez en racheter un !
  - Votre équipement : Vêtements chauds et combinaison de ski, gants, masque, casque (de l'UCPA), stick lèvres.
3. **Sécurité** : **JAMAIS SEUL** et connaître les 10 règles du bon skieur sur feuille jointe.

BON SEJOUR !

