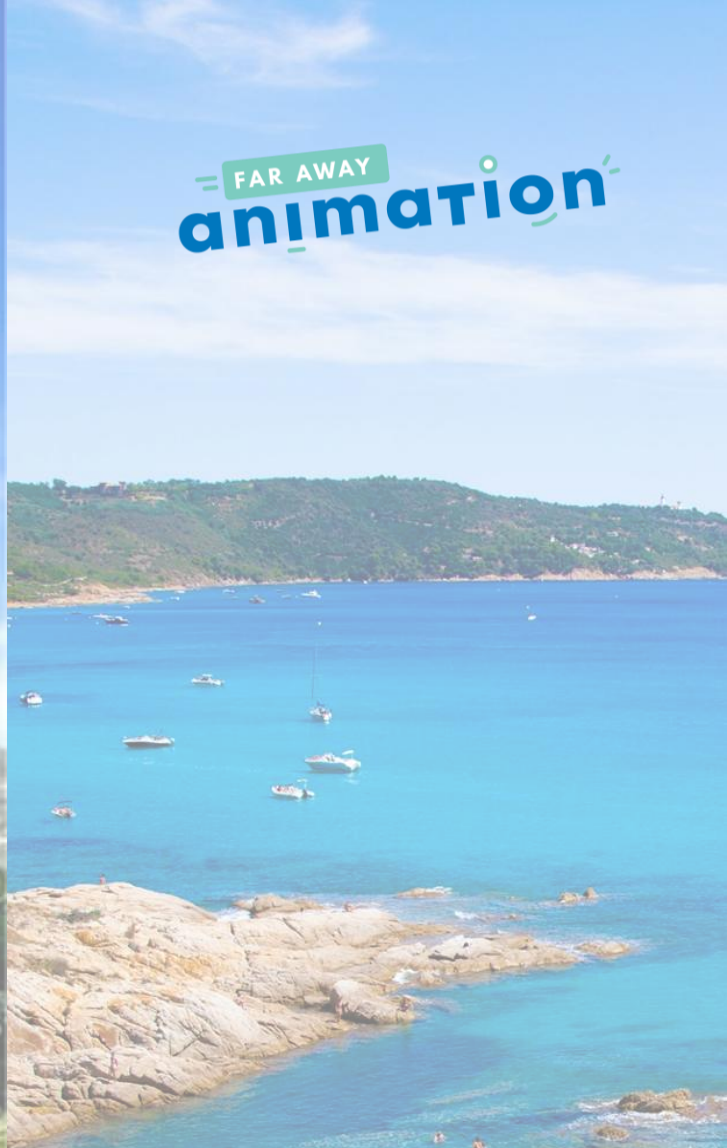
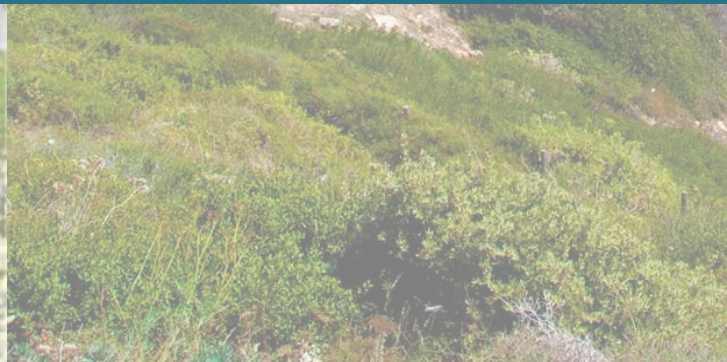


FAR AWAY
animation



LIVRET D'ACCUEIL SÉJOURS RAMATUELLE ET ISOLA 2026

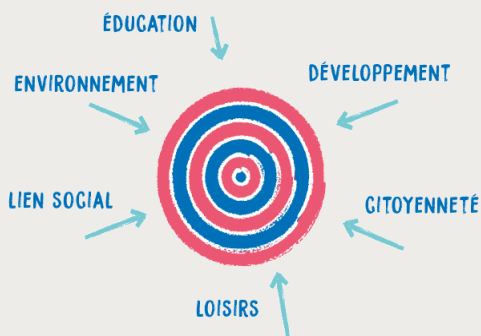
ACCUEIL DE LOISIRS DE OPIO



I. Présentation de l'organisateur, du public et de l'équipe

L'IFAC

L'IFAC est une association d'éducation populaire reconnue d'intérêt général. Implantée dans le territoire national, l'association est présente sur le territoire d'Opio. L'association a plusieurs volets : l'animation, les actions éducatives et citoyennes, la prévention spécialisée, le service civique et l'insertion professionnelle. Toutes ces actions permettent à l'IFAC d'avoir des professionnels de l'animation diplômés et préparés à toutes éventualités.



LE PUBLIC

- La tranche d'âge : les adolescents scolarisés en 6ème jusqu'à 17 ans.
- Nous tiendrons compte de la différence d'âge des plus jeunes et des plus âgés tout au long du séjour. Nous devons respecter les besoins spécifiques de leur tranche d'âge (heure du repas, du coucher, temps calme...).cf. annexe 1 et 2.

L'ÉQUIPE D'ANIMATION

Membres de l'équipe

- La directrice : Diana
- Les animateurs : Mathieu, Priscilla et Olivier

Notre équipe sera présente tout le séjour. Leurs rôles seront d'encadrer, d'animer et de garantir la sécurité des jeunes durant le séjour.

Nous restons à votre disposition si vous souhaitez des informations complémentaires.



II. Aperçu des deux séjours



RAMATUELLE

- La semaine de préparation (obligatoire) : du lundi 06 au vendredi 10 juillet 2026.
- Les horaires d'accueil seront les suivants : 8h00 à 9h30 le matin et 17h00 à 18h30 le soir.
- Date du séjour : du lundi 13 au vendredi 18 juillet 2026
- **Autorisation de sortie seul** Il est impératif d'envoyer un e-mail.



ISOLA

- La semaine de préparation (obligatoire) : du lundi 20 au vendredi 24 juillet 2026
- Les horaires d'accueil seront les suivants : 8h00 à 9h30 le matin et 17h00 à 18h30 le soir.
- Date du séjour : du lundi 27 au vendredi 31 juillet 2026
- **Autorisation de sortie seul** Il est impératif d'envoyer un e-mail.

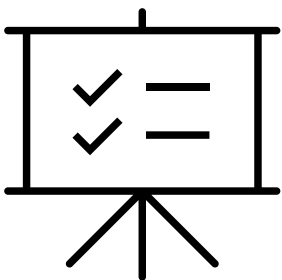


III. Les objectifs

OBJECTIF GÉNÉRAL : DEVENIR ACTEUR DE SES VACANCES

- Constat : lors des dernières semaines de préparation les adolescents interviennent en tant que consommateurs et non en acteurs du projet.
- Objectifs opérationnels : élaborer des plannings (activités, tâches quotidiennes, repas...), trouver des idées de veillées, de jeux collectifs ...
- Evaluation : voir combien de jeunes se sont investis pendant la semaine de préparation. Est-ce qu'ils sont force de proposition ?

OBJECTIF GÉNÉRAL : SENSIBILISER À L'ENVIRONNEMENT



- Constat : Nous souhaitons que les jeunes soient attentifs à leur environnement. Nous voulons leur transmettre des gestes du quotidien simples et efficaces.
- Objectifs opérationnels : faire le tri sélectif, limiter le gaspillage de nourriture (bien mesurer les quantités avant), laisser l'endroit du campement propre (pas de déchet au sol), sensibiliser aux activités en pleine nature sans écran
- Evaluation : les jeunes ont bien respecté l'environnement et adhérer aux activités de plein air

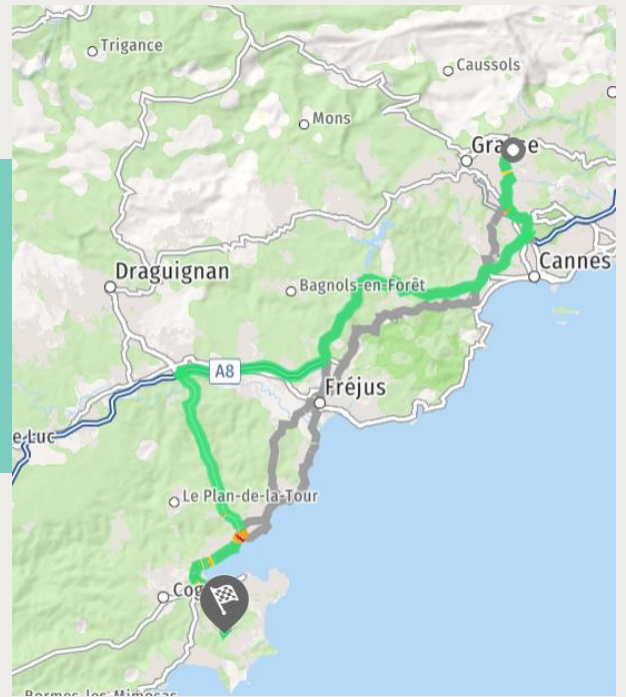
OBJECTIF GÉNÉRAL : DÉVELOPPER LA COHÉSION ET LE VIVRE ENSEMBLE

- Constat : les adolescents ont un écart d'âge important, 11 ans pour les plus jeunes et 17 ans pour les plus âgés. De ce fait la cohésion de groupe n'est pas toujours simple.
- Objectifs opérationnels : faire des jeux de connaissances, animer des veillées collectives, participer tous ensemble aux tâches quotidiennes du camp, mélanger les tranches d'âges lors des différentes activités... Ils doivent également prendre soin les uns des autres pour le bon déroulement du séjour.
- Evaluation : les échanges entre les différents jeunes sont fluides, l'ensemble du séjour s'est bien déroulé. Prendre en compte la satisfaction des adolescents.

JOURNÉE TYPE

- **7h30 – 10h00** : lever, petit-déjeuner, préparation de son sac pour les activités du jour (eau, gourde, crème solaire...).
 - **10h00 – 12h00** : activité du matin
 - **12h00 – 14h00** : préparation du repas et repas
 - **14h00 – 16h00** : activité de l'après-midi
 - **16h00- 18h30** : temps libre/calme, douche
 - **18h30 – 19h00** : préparation du repas
 - **19h00** : repas
 - **20h30 – 21h30** : veillée
- 
- Pour le téléphone il sera autorisé sur les horaires suivants : **de 7h30 à 9h00 , de 13h00 à 14h00 et de 19h30 à 20h30**. Les adolescents pourront profiter de ce temps pour donner des nouvelles à leurs parents.
- Un roulement sera établi lors de la semaine de préparation pour les différentes tâches quotidiennes (cuisine, vaisselle, mettre la table, préparation des repas...).
 - Les jeunes élaboreront les repas au cours de la semaine de préparation, notre rôle sera de veiller à ce qu'ils soient équilibrés.
 - Le programme sera adapté en fonction des besoins et du rythme des jeunes.

IV. Séjour à Ramatuelle



LOCALISATION ET TRANSPORT

- Nous partirons à 9h30 du centre d'Opio, nous avons 1h48 de route jusqu'à Ramatuelle. Cette ville est située dans le département du Var, au bord de la mer. Direction le camping des tournels.
- Adresse du lieu d'accueil : 1510 route de Camarat, 83350 Ramatuelle.
- Nous serons de retour à Opio le vendredi en fin d'après-midi.
- Moyen de transport : un bus fera le trajet aller et retour.
- Effectif : 27 adolescents



CAMPING DES TOURNELS

- Nous avons un emplacement réservé pour notre campement.
- Concernant les sanitaires ils se trouvent dans les espaces communs du camping proche de notre emplacement.
- Ce camping propose une panoplie d'activités variées (volley, tennis, mini-golf, espace aquatique...) pour le plus grand bonheur des jeunes !

MOYENS

- Les tentes, 2 matelas gonflables au cas où, 1 gonfleur électrique et 1 manuel, 3 tables pliantes avec 6 bancs, 1 grande glacière, 1 barbecue à gaz, 1 plancha électrique, 1 réchaud (plusieurs bouteilles de gaz), 1 four électrique, 2 frigos, 1 grande malle pour le stockage des denrées alimentaires.

PROGRAMME SEMAINE DE PRÉPARATION RAMATUELLE

LUNDI 06/07

MARDI 07/07

MERCREDI
08/07

JEUDI 09/07

VENDREDI
10/07

MATIN

Mise en place des règles de vie du camping et du pacte de la bonne ambiance

Jeux de présentation pour briser la glace

11h-12h30 : piscine au centre

Repas: cantine

Planning pour la répartition des tâches lors du camping

Préparation des repas

L'inventaire du trousseau pour le camping

11h-12h30 : piscine au centre

Repas: cantine

choix des veillées et des animations

Montage des tentes et vérification du matériel

Pique-nique au centre

Sensibilisation droits et devoirs de tous

Et intervention sur les premiers secours (Croix-Rouge)

11h-12h30 : piscine au centre

Repas: cantine

Jouons à la Switch en groupe

Just Dance et/ou

Mario kart

11h-12h30 : piscine au centre

Pique-nique au centre

APRÈS-MIDI

Temps libre jusqu'à 14h

Répartition des groupes de tentes

Elaboration des repas et des petits-déjeuners pour la semaine au camping

Temps libre jusqu'à 14h

Sortie au parc d'Opio

Grand jeu :
Chasse à l'homme

Temps libre jusqu'à 14h

Après-midi détente

Ventre glisse
Et
Piscine

Temps libre jusqu'à 14h

Jeux libres

Ping-Pong
Water Pong
Volley

Temps libre jusqu'à 14h

Tournoi jeux de société

Rangement de la salle et préparation du matériel pour partir



PROPOSITION PROGRAMME DU SÉJOUR RAMATUELLE

LUNDI 13/07

MARDI 14/07

MERCREDI
15/07

JEUDI 16/07

VENDREDI
17/07

MATIN

9h00 à 9h30
Chargement du
bus
Départ à 9h30
du centre

Plage:
Pédalo

Tournoi
pétanque,
Ping-Pong,
Volley *

Tournoi de
pétanque,
ping-pong,
soccer foot,
volley

Rangement du
campement

APRÈS-MIDI

Installation du
campement
Rappel des
règles de vie
Visite du
camping

Piscine du
camping *

Plage:
Paddle ou
Kayak
Au choix des
enfants

Piscine du
camping *

Pique-nique et
départ

SOIRÉE

Loup-Garou *

Soirée du
camping pour
le 14 juillet

Soirée jeux de
société *

Commandons
au snack du
camping et
direction la
plage
Soirée plage*

* Le planning
pourra être
modifié en
fonction des
envies des
ados lors de la
semaine de
préparation



LES MENUS DE LA SEMAINE AU CAMPING DU 13 AU 17 JUILLET



Lundi midi

Pique-nique préparé par la cantine
d'Opio

Mardi midi

Salade bar

Salade, tomate, mozzarella, thon,
maïs, concombre, poivron, radis

Orange

Mercredi midi

Barbecue

Haricots verts et ribs de porc au
barbecue

Salade de fruits

Jeudi Midi

Croque monsieur

jambon de dinde et fromage

Carotte râpée

Banane

Vendredi midi

Sandwich saucisson beurre

Cornichon Chips

Lundi soir

Soirée Burger frites

Salade, tomate, fromage, oignons,
steak hachée)

Melon

Mardi soir

Soirée Barbecue

Merguez/chipolata

Chips et salade

Pomme

Mercredi soir

Soirée Pitta

Filet de poulet à la plancha

Salade, tomate, concombre, oignon

Jeudi soir

Commande au snack pour la soirée plage

1 Sandwich au choix des jeunes,
frites, boisson et une crêpe

Information

**Lors de la semaine de préparation,
nous discuterons avec les jeunes
afin d'avoir leurs avis sur les menus,
les menus pourront être adaptés
selon leurs goûts**

V. Isola



LOCALISATION ET TRANSPORT

- Nous partirons à 9h30 du centre d'Opio. Nous avons 1h42 de bus jusqu'à Isola. Nous serons accueillis au gîte de foehn au cœur du Mercantour. Direction le gîte de foehn.
- Adresse du lieu d'accueil : résidence de vacances Le Foehn M2205, 06420 Isola
- Nous serons de retour à Opio le vendredi en fin d'après-midi.

LE GITE DE FOEHN

- Nous serons accueillis au gîte de Foehn, où nous aurons plusieurs chambres à notre disposition. Les jeunes pourront choisir les personnes de leur chambre. Nous serons en pension complète.



LES MOYENS

- 1 bus pour l'aller retour
- Location de 2 minibus mis à disposition le mardi et le jeudi pour se rendre à Isola 2000 pour les activités

LE THÈME DU SÉJOUR

- *Opio moutain trip « Le camp qui régale »*
- L'objectif du séjour est de faire découvrir les activités de montagne aux adolescents.

PROGRAMME DE LA SEMAINE DE PRÉPARATION ISOLA

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

MATIN

Mise en place
des règles du
vivre ensemble

Jeux de
présentation
pour briser la
glace

11h-12h30 :
piscine au
centre

Repas: cantine

Sensibilisation
les droits et
devoirs de tous

11h-12h30 :
piscine au
centre

Repas: cantine

Sortie à la
journée

Dropin
Dracenie

À Vidauban

Répartition des
groupes de
chambre

L'inventaire du
trousseau pour
Isola

11h-12h30 :
piscine au
centre

Repas: cantine

Tournoi
Ping-Pong

11h-12h30 :
piscine au
centre

Repas: cantine

APRÈS-MIDI

Temps libre
jusqu'à 14h

Tournoi
Switch
Just Dance
Et/ou
Mario Kart

Temps libre
jusqu'à 14h

Sortie au parc
d'Opio
Disc golf

Retour pour
16h au centre

Temps libre
jusqu'à 14h

Sortie
À la Sphère
d'Opio (jeux de
société)

Temps libre
jusqu'à 14h

Sortie au parc
d'Opio
Grand jeu :
chasse à
l'homme
Rangement de
la salle



PROPOSITION PROGRAMME SÉJOUR ISOLA

LUNDI 27/07

MARDI 28/07

MERCREDI
29/07

JEUDI 30/07

VENDREDI
31/07

MATIN

Installation
dans les
chambres

Parcours Ninja
et Disc golf à
Isola 2000

Randonnée
pédestre *

Tir à l'arc à
Isola 2000

Rangement
des sacs et
des chambres

APRÈS-MIDI

Aquavallée *

Accrobranche
Isoliane à Isola
2000

Randonnée
pédestre *

Paintball à
Isola 2000

Départ d'Isola
et retour au
centre

SOIRÉE

Soirée jeux de
société *

Escalade
nocturne et
foot volley

Loup-garou *

Soirée boum *

* Le planning
pourra être
modifié en
fonction des
envies des
ados lors de la
semaine de
préparation



CHARTRE ADO'SÉJOUR

LE RESPECT

Nous souhaitons passer un bon séjour, nous te demandons d'être respectueux envers tes camarades et tes animateurs !

LES AFFAIRES PERSONNELLES

Tu peux prendre des affaires personnelles (ado 'séjour ...) seulement en cas de perte ou vol, nous ne sommes pas responsables.

L'ARGENT DE POCHE

Tu peux prendre de l'argent dans la limite du raisonnable (**50€ maximum**). Pour l'équité de tous et toutes !

LE TÉLÉPHONE

Il y aura des temps dédiés au téléphone, pendant les activités et les repas tu n'as besoin du téléphone. L'objectif du séjour et de créer du lien, aller un petit effort sur le temps d'écran.

LES TACHES QUOTIDIENNES

Tu es en vacances au camping, nous sommes d'accord. Seulement pour le campement on aura besoin de toi, une ou deux tâches par jour. Vous ferez le roulement pendant la semaine de préparation.

LE TEMPS LIBRE

Comme son nom l'indique tu auras des temps pour faire ce que tu veux (oui, tu as bien lu). Bien évidemment nous te demandons de rester sur le camping ou le gîte.

LE COUCHER

Tu participeras à toutes les veillées de façon active, nous l'espérons. Une fois la veillée terminée, une bonne nuit de sommeil pour être en forme le lendemain.

L'HYGIÈNE

Nous pensons que tu es assez autonome pour gérer ton hygiène. Il y aura des temps dédiés pour les douches à toi de t'organiser. Si tu as des questions n'hésites pas à aller voir les animateurs.

RANGEMENT DU COIN NUIT

Tu ne voudrais pas dormir dans une valise ou au milieu de vêtements ? Essaie de faire en sorte que ton coin soit propre et rangé.

ALCOOL, TABAC, DROGUES

L'une des règles les plus importantes. Tu n'as pas le droit de consommer de l'alcool, de la drogue ou de fumer. Nous insistons c'est **strictement interdit**.



Coupon à retourner

Je soussigné(e), responsable légal de l'enfant certifie avoir reçu, avoir pris connaissance et accepté la charte Ado'Séjour pour le bon déroulement du séjour à Ramatuelle ou Isola.

A Le

Signature du responsable légal :

Signature de l'adolescent :

ANNEXES



BESOINS ET INTÉRÊTS

Besoins physiologiques
(alimentation, sommeil et mouvement)

**Besoin d'affection, de sécurité
et de communication**

Modifications morphologiques profondes
(se manifestent plus ou moins tôt selon l'individu)

Annexes **Apparition des pulsions amoureuses avec
plus de sentimentalité chez les filles**

**Début du détachement par rapport à la
famille**

Besoins d'identification (idoles)

Besoin d'initiatives et de responsabilité

**Attrait pour les créations élaborées et
spécialisation des intérêts**

Besoin d'appartenance à un groupe (goûts
musicaux, alimentaires, vestimentaires et idéaux)



ACTIVITÉS POSSIBLES

Grands jeux
(jeux de piste, chasse au trésor, cluedo, etc.)

Activités sportives et de plein air
(jeux de compétition, rallyes, défis, etc.)

Activités créatives élaborées
(marionnettes à fil, nichoirs, etc.)

Activités d'expression élaborées
(montage audiovisuel, atelier photo, théâtre, débats,
création d'un spectacle, etc.)

Lecture (BD, romans, mangas, etc.)

Jeux de société

Chants et danses

**Balades à la journée et camping de
plusieurs jours**

Activités autogérées
(sous la supervision d'un adulte)

ANNEXE 1

ADOLESCENTS DE 14 À 17 ANS

BESOINS, INTÉRÊTS ET ACTIVITÉS POSSIBLES

BESOINS ET INTÉRÊTS

Besoins physiologiques
(alimentation, sommeil et mouvement)

**Besoin d'affection, de sécurité
et de communication**

Besoins sexuels

**Affirmation de la personnalité, besoin
d'indépendance et d'autonomie**

**Recherche de ses limites, de celles des
autres et du système en général**

**Besoin de discussions, de réflexions,
ambivalence dans les comportements**
(besoin de groupe et de solitude... besoin de se
dépenser à fond, et de ne rien faire)

Besoin de conflits (opposition systématique)

**Négation des valeurs : idéalisation mais
aussi identification** (modèles)



ACTIVITÉS POSSIBLES

**Les activités sont organisées
collectivement, laissant des possibilités
d'initiatives, de propositions, de choix et
éventuellement de refus**

Sports collectifs

Jeux de coopération

Jeux de rôle

**Organisation de débats, matchs d'impro,
moments de discussions et d'échanges**

Activités d'expression très élaborées
(techniques audiovisuelles et informatiques, etc.)

Activités créatives très élaborées

Lecture et musique

Activités autogérées
(sous la supervision d'un adulte)

ANNEXE 2



Ouverture des inscriptions le 18/05
Réservation obligatoire sur le portail famille