

INDICATIONS GENERALES POUR LE STAGE DE VOILE ET DE SURF

du 22 AVRIL au 26 AVRIL 2013

Classes concernées : 4^{ème} 1, 4^{ème} 2 et 4^{ème} 3

Objectifs du stage:

- ◆ APPRENDRE à être attentif et à maintenir un niveau de vigilance suffisant quel que soit le moment, l'environnement.
- ◆ APPRENDRE à identifier et mesurer les risques liés à la pratique de la voile ou du surf.
- ◆ APPRENDRE à agir en toute sécurité pour soi et les autres, en collectivité.
- ◆ S'INITIER à des pratiques sportives contemporaines (bodyboard, surf, catamaran, funboard).

1- COORDONNEES DU CENTRE UCPA

CENTRE UCPA DE BOMBANNES – CAMPING LA DUNE BLEUE
33121 CARCANS

☎ 05-56-03-95-95 mail : bombannes@ucpa.asso.fr

Veillez s'il vous plaît réserver vos appels téléphoniques à des cas d'urgence.

2- DEPART ET RETOUR :

Départs du collège : **lundi 22 mai 2013 à 7h30 (groupe 1) et 10h00 (groupe2)**

. Vous devez accompagner vos enfants pour le départ.

Retours au collège : **vendredi 26 avril 2013 à 14h00 (groupe 1) et 16h30 (groupe 2)**

3- FICHE SANITAIRE et CERTIFICAT DE NATATION :

Ces pièces sont indispensables. Les élèves qui n'auront pas fourni leur fiche sanitaire complète et leur test d'aisance aquatique avant le départ ne pourront pas participer au stage.

Les professeurs d'EPS **organiseront un test d'aisance aquatique pour les élèves n'ayant pas d'attestation.**

4- REGLEMENT et VIE DE GROUPE :

•Le règlement intérieur du Collège s'applique de la même façon pendant le stage de voile et de surf.

- En ce qui concerne le respect des horaires, tout élève qui sortira du centre sans autorisation (sortie nocturne entre autres) sera exclu définitivement sans possibilité de remboursement. Les frais de rapatriement seront également à la charge des parents.
- Enfin, pour éviter la fatigue et vivre dans une bonne ambiance, le silence sera exigé à compter de 22 h 00.

MEDICAMENTS : La responsabilité des élèves et des parents est engagée en cas d'auto-médication sans ordonnance pendant le stage.

5- MATERIEL PEDAGOGIQUE :

Bloc-notes ou feuilles et stylos sont indispensables.

6- INDICATIONS GENERALES POUR LE TROUSSEAU

Tous les objets, même ceux portés pendant le voyage, doivent être marqués par des initiales, un numéro, ou encore porter le nom du propriétaire. Les objets de valeur sont à proscrire (tablette, portable..), les chambres n'étant pas fermées (l'établissement ne sera donc pas tenu responsable en cas de vol de ces objets). Prévoir un bagage et un sac à dos.

TROUSSEAU :

- Nécessaire de toilette
- Linge de corps pour 6 jours
- 1 vêtement imperméable (de type « Kway »)
- Pyjama
- 2 maillots de bains
- 1 serviette de plage
- LUNETTES DE SOLEIL OBLIGATOIRES
- CREME SOLAIRE INDICE FORT, OBLIGATOIRE
- Vêtements chauds (pull en laine...)
- Vêtements ordinaires (chemises, pantalons...)
- 2 Tenues de sport et 1 paire de running
- Stick lèvres



GUIDE SEJOUR BIENVENUE

**BOMBANNES
VILLAGE NAUTIQUE UCPA**

33121 - CARCANS MAUBUISSON

BOMBANNES.UCPA.COM

Sport, nature, émotion...

Soyez les bienvenus sur le centre UCPA de Bombannes.

Afin de faciliter l'organisation de votre séjour, de vous familiariser avec le site, voici un livret qui vous éclairera sur le fonctionnement et la vie quotidienne du centre.

Merci de le lire attentivement et n'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez des informations supplémentaires.

À très bientôt.

L'équipe UCPA de Bombannes

**UCPA Bombannes
33121 CARCANS
Tel : 05 56 03 95 95
Fax : 05 56 03 95 85
www.ucpa-bombannes.com**

1. PRESENTATION GENERALE

A. L'UCPA

Depuis plus de 40 ans, l'UCPA, l'Union nationale des Centres sportifs de Plein Air, poursuit un projet humaniste, social et citoyen : permettre au plus grand nombre de jeunes d'accéder, dans les meilleures conditions de sécurité, aux pratiques sportives de plein air.

Générosité, convivialité, épanouissement, découverte de soi et des autres constituent ses valeurs fondatrices.

L'UCPA remplit depuis son origine trois missions :

① Les vacances sportives et les séjours éducatifs

Pour un week-end, un court séjour ou une semaine, l'UCPA propose aux jeunes de 7 à 17 ans et de 18 à 40 ans, des séjours sportifs avec hébergement dans ses centres à la montagne, à la mer, et à la campagne.

- 250 000 personnes accueillies chaque année, dont 75 000 mineurs
- 140 centres et 230 circuits itinérants en France et à l'étranger

→ L'UCPA Bombannes est ouvert de Mars à Octobre avec l'accueil de différents publics : scolaires, sportifs, Comités d'entreprise, mineurs et adultes.

② Les loisirs sportifs

Toute l'année pendant le temps des loisirs, l'UCPA accueille dans ses centres urbains et péri-urbains, tous les publics, individuels et groupes constitués, sans limite d'âge, avec des formules sans hébergement.

- 40 ans de partenariat avec les collectivités territoriales
- 925 000 heures de séances encadrées dans plus de 20 disciplines sportives
- 18 centres de proximité en Délégation de Service Public

→ L'UCPA propose plus de 20 activités sportives sur et autour du domaine de Bombannes avec 1000 personnes par jour l'été.

③ La formation professionnelle au travers de l'I.F.M.S.

Et pour les jeunes qui veulent faire un métier de leur passion, l'UCPA, avec son Institut de formation aux métiers du sport et de l'animation (IFMS), propose des formations professionnelles adaptées aux besoins des employeurs du sport, des loisirs et du tourisme.

- 1 200 jeunes diplômés dans les métiers du sport et de l'animation
- 355 000 heures de formation

→ UCPA Bombannes est centre de Formation nautique pour la voile, le surf et le Wakeboard.

B. LE DOMAINE DE BOMBANNES !

Situé au cœur des pins, sur les bords du plus grand lac d'eau douce de France, et à 3 KM de l'océan, ce domaine de 140 hectares est idéal pour la pratique des sports nautiques et terrestres.



C. LE VILLAGE NAUTIQUE

Avec une capacité de 290 places, au milieu des pins et en bordure d'une plage de sable fin, nous vous accueillons dans trois résidences. "Les Saintes" est composée de chambres de 2 à 4 lits avec salle de bain (douche, lavabo et sanitaires). "La Guadeloupe" et la « Martinique » sont composées de chambres de 3 à 4 lits avec douche et lavabo.

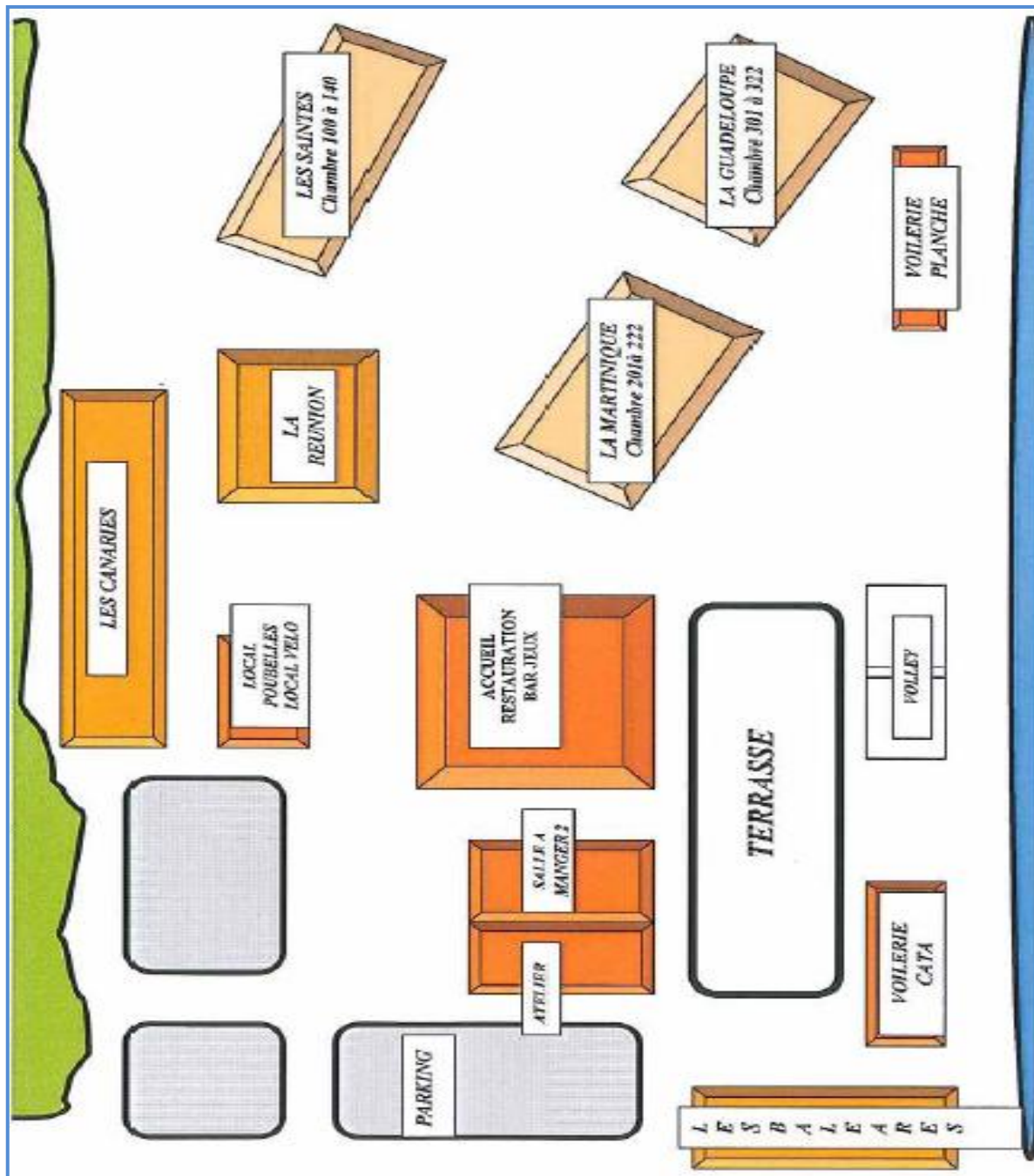
Toutes les chambres sont munies de serrures à code et d'armoires individuelles.

Au rez-de-chaussée du pavillon principal, vous trouverez l'espace restauration avec terrasse, le bar ludothèque, le forum avec son coin cheminée avec vidéoprojecteur (programme satellite).



À l'étage, l'accueil, le solarium, la salle de jeux avec billard, baby-foot, jeux vidéo et ping-pong, 5 salles de cours, une salle TV et un atelier vidéo-mobile.

PLAN DU VILLAGE NAUTIQUE



2. INFOS PRATIQUES

A. ACCUEIL

Les horaires d'ouverture de l'accueil sont indiqués sur la porte d'entrée. Vous pouvez y trouver tous les renseignements concernant votre séjour (dossier de stage, voyage retour, horaires avion, train, bus...), les activités sur le domaine de Bombannes, les environs et sur l'UCPA en général (catalogue hiver, été). Nous tenons également à votre disposition une pharmacie de premiers soins, des timbres, accès Wifi libre...

B. HEBERGEMENT

Vous disposez d'un kit ménage dans vos chambres pour l'entretien quotidien qui est assuré par vos soins.

Vous trouverez du papier hygiénique dans chaque Résidence au local ménage. Pour la sécurité de vos effets personnels, nous vous recommandons fortement de prévoir un cadenas afin de fermer votre armoire.

Toutes les chambres sont non fumeurs.

C. RESTAURATION

Les menus sont affichés à l'entrée des salles à manger. Les heures de repas vous seront communiquées à votre arrivée en adéquation avec vos activités.

Les repas sont organisés sous forme de self-service. Nous vous demandons de mettre votre couvert, de débarrasser et de nettoyer votre table. Merci d'avance! N'hésitez pas à rencontrer notre chef de cuisine pour toutes demandes particulières.



D. TELEPHONE ET COURRIER

Des cabines téléphoniques à carte sont à votre disposition entre les 2 salles à manger et dans la Résidence Les Saintes.

Les numéros d'urgence y sont affichés.

Il n'est pas possible de recevoir de communications à l'accueil.

Par contre, les messages sont affichés sur le panneau "messages" au Bar.

En cas d'urgence, ils vous seront remis directement.

Les boîtes courrier départ et arrivée se trouvent au niveau du bar.

Votre adresse :

UCPA Bombannes

33121 CARCANS

Tel : 05 56 03 95 95

Fax : 05 56 03 95 85

Le courrier arrive généralement à l'heure du déjeuner.

Attention, merci de bien faire mentionner le nom de votre groupe dans l'adresse.

E. A PROXIMITE

Le domaine étant au cœur de la forêt, le premier distributeur pour retirer de l'argent, ainsi que les commerces les plus proches, se trouvent à Maubuisson, à 4 km, d'accès facile par les pistes cyclables.

F. REPOS

Après 22h, évitez de faire du bruit dans les résidences. Respectez le sommeil de vos voisins.

G. SECURITE

Nous vous conseillons de fermer vos placards avec un cadenas.

Les feux extérieurs sur les plages et autres endroits sont absolument interdits.

Baignade interdite en dehors des zones de baignade surveillées.

Ne laissez pas d'objets de valeur dans vos véhicules. L'UCPA ne peut être tenu responsable de dégradations et vols éventuels.

H. SANTE

Si vous avez un problème de santé, nous vous conseillons utilement (docteur pharmacie), mais nous ne sommes pas autorisés à vous soigner.

Une trousse de secours est disponible à l'accueil et quelques produits de parapharmacie sont en vente dans les distributeurs.

I. ACCIDENT

Avant d'aller chez le médecin ou à la clinique pensez à vous munir de votre carte vitale.

Pensez à prévenir un responsable du centre. Vous trouverez les numéros d'urgence en dernière page.

J. ANIMATION

Un panneau d'animation se situe au niveau du bar, ainsi qu'à l'entrée du bâtiment central.

Nous vous proposons des animations, à votre retour d'activité, en soirée ; nous comptons sur votre participation active et votre collaboration.

Un programme sera mis en place à votre arrivée, selon vos attentes et les autres groupes.

K. BAR

Les horaires d'ouverture sont affichés directement au Bar.

Le paiement s'effectue à l'aide de tickets (en vente au bar) ou en espèces.

Des jeux sont à votre disposition (ballon de volley, de basket, jeux de société, queue de billard...)

L. VEHICULES

Un parking est à votre disposition à l'entrée du centre. Laissez tous les accès vers la cuisine ou l'intérieur du centre libres (sécurité, livraison...)



2. PREPAREZ VOTRE DEPART

A. OBJETS INDISPENSABLES

Nous vous rappelons que l'UCPA ne fournit pas de serviettes dans ses hébergements.

Pour les activités, pensez à :

- votre maillot de bain
- crème solaire
- serviette de plage
- une paire de vieilles chaussures confortables

Vous pouvez également vous munir d'un cadenas pour optimiser la sécurité de vos affaires dans les chambres.

B. Venir à Bombannes

En arrivant de Paris, avant le pont d'Aquitaine, prendre la rocade en direction de l'aéroport de Mérignac, puis prendre la sortie n°8 direction Lacanau.

En arrivant de Toulouse, prendre la direction de l'aéroport de Mérignac, sortie n°8, en direction de Lacanau.

Une fois sur la route de Lacanau, après Ste Hélène, prendre direction Carcans puis Maubuisson.

A la sortie du village de Maubuisson, au rond-point, prendre à droite la direction "Domaine de Bombannes".

Après 2 kms, vous arrivez à l'entrée du Domaine (petite guérite). Au premier rond-point après la guérite, vous prenez la deuxième à droite et vous suivez le fléchage UCPA centre nautique.

Vous allez passer devant deux campings (sur votre droite → Coben et le camping de la dune bleue), puis la résidence de vacances " Les Dunes - Vacances pour tous " (sur votre gauche), un gymnase (sur votre droite) et vous suivez la route principale jusqu'à un embranchement où vous restez sur la gauche.

Au bout de la route (maison blanche sur votre droite) et vous allez trouver le parking de l'UCPA Bombannes.

Coordonnées GPS : Latitude : 45.1020 ° N & Longitude : 1.1363 ° W

6. La fin de votre séjour

Voici les tâches que nous vous demandons d'effectuer lors de votre départ

1. Mettre les sacs et valises sur l'estrade du bar/discothèque
2. Ramener les draps sales (drap housse, housse de couette et la taie de traversin) à la lingerie (Résidence les Saintes) et prenez un jeu de draps propres, pour le remettre sur votre lit.

Attention : ne pas enlever l'alèse (tissus protégeant le matelas) du lit !!

3. Plier la couette en quatre
4. Nettoyer le lavabo et la douche
5. Vider la ou les poubelles dans les poubelles extérieures et laver le fond
6. Faire la poussière des tablettes et des étagères de l'armoire et les escaliers (les Saintes)
7. Balayer le sol ainsi que votre balcon ou terrasse
8. Vérifier le verrouillage des portes-fenêtre, qu'il ne reste rien dans les placards, n'oubliez pas les mezzanines des Saintes
9. Eteindre les lumières en partant

**LES MONITEURS PASSERONT DANS LES CHAMBRES POUR
VERIFIER**

MERCI DE VOTRE COOPERATION

BON RETOUR ET A BIENTOT

L'équipe UCPA de Bombannes

B. Les consignes en cas d'incendie

On est d'accord, ça n'arrive pas tous les jours mais il suffit d'une fois ! Alors, par précaution, merci de lire attentivement ce qui va suivre :

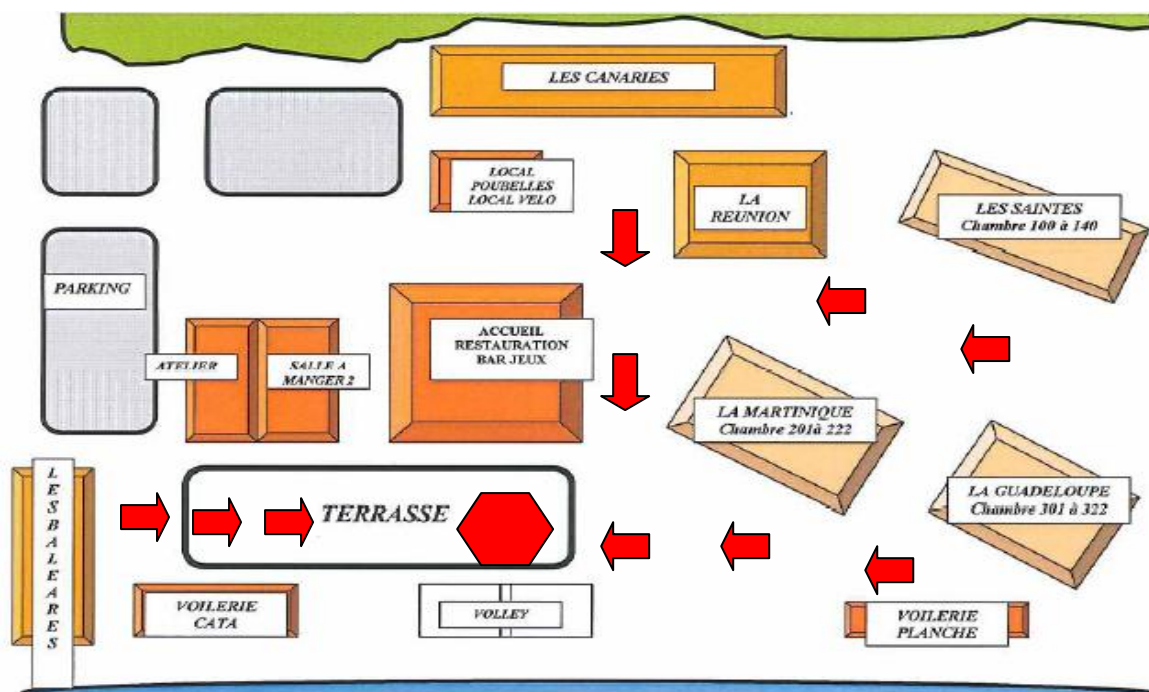
1^{er} cas : vous êtes témoin d'un incendie :

1. Sortez **calmement** de votre chambre
2. Fermez la porte
3. Actionnez l'alarme à l'aide du déclencheur manuel situé dans le couloir
4. Regroupez-vous sur la terrasse du centre

2^{ème} cas : Vous entendez l'alarme

1. Si vous vous trouvez à l'intérieur d'un bâtiment, évacuez **dans le calme** les locaux
2. Fermez les portes
3. Regroupez-vous sur la terrasse du centre
4. Des consignes supplémentaires vous seront données

C. Le Plan d'évacuation





L'UCPA s'engage pour l'environnement



Transports propres

✓ Afin de limiter vos déplacements en automobile et favoriser l'utilisation de moyens de transports plus écologiques, l'UCPA met à votre disposition des vélos pour rejoindre les cours de surf à l'océan, le plan des pistes cyclables et des sentiers pédestres ainsi que les horaires des bus à l'accueil. Des vélos sont également proposés à la location.

✓ La circulation sur le site est réservée aux piétons.



Produits chimiques et détergents

✓ Les hébergements touristiques écolabellisés limitent l'utilisation des produits chimiques.

✓ Dans cet esprit, et quand cela est possible, nous cherchons systématiquement à élargir notre gamme de produits écolabellisés (15 références à ce jour).



Tri des déchets

✓ En triant nos déchets, nous participons activement à la protection de l'environnement, et à la préservation des ressources naturelles. La plupart des choses que nous jetons peuvent être recyclées, du papier au verre en passant par les huiles de moteur.

✓ Nous souhaitons vous mettre à contribution pendant votre séjour, en vous demandant de trier le papier et carton, le verre, les bouteilles en plastique et canettes.

Des points de collecte ont été ajoutés près des bâtiments d'hébergement et sur les zones de passage

✓ Merci de ramener vos piles usagées dans le bac de collecte à l'accueil

✓ Merci de ne rien jeter dans les toilettes. Cela entraîne un mauvais fonctionnement des stations d'épuration et les déchets, mal éliminés, se retrouveront dans la nature.



Economies d'eau

✓ Nous avons mis en place, par souci d'économie, sur les robinets et les pommes de douches, des aérateurs limiteurs de débit. De plus, les chasses d'eau ont été églées pour économiser l'eau ou équipées de cuve 3/6l quand elles sont remplacées.

✓ Merci de veiller à la fermeture des robinets au sortir de votre chambre, et de signaler à la réception toute éventuelle fuite d'eau.

✓ Je me savonne, je me brosse les dents, je me rase? Je coupe l'eau.

✓ En limitant les lavages inutiles nous pourrions diminuer les quantités de lessive et d'eau utilisées, en conséquence, durant votre séjour, nous ne changerons les draps qu'une fois par semaine sauf nécessité.



Economies d'énergie



✓ 80% des ampoules standard on été remplacées par des ampoules basse consommation. Un système de minuterie est également privilégié dans les couloirs et sanitaires.

✓ 100 % de notre électricité provient de sources d'énergie renouvelable.

✓ Nous vous serions reconnaissants, en quittant votre chambre de ne pas laisser allumer inutilement les lampes et de fermer les fenêtres pendant les périodes de chauffage.

✓ Lors de votre départ pensez à éteindre lumières et chauffages.



L'UCPA en route pour l'écolabel européen

Le label écologique de l'union européenne

✓ Accordé aux produits ou services qui satisfont aux exigences environnementales du système de label écologique de l'union européenne

N° d'enregistrement :
(en cours de certification)

Comment obtenir l'écolabel ?

✓ Pour recevoir l'Ecolabel européen, chaque établissement passe un audit de conformité rigoureux. Les résultats sont certifiés en France par l'AFAQ-AFNOR, l'un des premiers organismes de certification au monde.

Pour plus d'informations sur le label écologique

✓ consulter le site Internet

<http://www.ecolabel.fr>

Sur ce site un catalogue interactif présente tous les produits ayant la certification Ecolabel européen

Organisme certificateur
Afnor certification
11, rue F. de Pressensé
93 571 La Plaine St Denis
Cedex



Le centre nautique de l'UCPA

Le centre nautique UCPA de Bombannes a fait le choix d'un tourisme responsable de qualité en s'engageant dans une démarche d'écolabellisation. Le défi est d'autant plus difficile à relever que nos hébergements touristiques ont été construits entre 1970 et 1990.

Néanmoins, l'objectif de notre démarche est de réduire l'impact de nos activités en responsabilisant l'ensemble des usagers que nous accueillons sur ce site naturel d'exception.

Les actions que nous mettons en place dans le cadre de cette certification nous poussent à l'amélioration progressive du bâti existant (en terme de performance énergétique et de consommation de flux) comme à une gestion quotidienne du centre nautique plus respectueuse de notre environnement.

✓ Nous tenons à votre disposition à l'accueil, un livre d'or Ecolabel et nous serions heureux de recueillir vos suggestions et impressions sur notre démarche environnementale.

✓ Pour toute question concernant cette démarche, notre équipe est à votre écoute.

✓ Vous trouverez également à l'accueil des informations sur le patrimoine naturel et paysager local.