



En forme en s'amusant
Manuel de camp

5970 avenue Notre-Dame-de-Grâce, Montreal (Quebec) H4A 1N1
Téléphone: (514) 489-4588 * Télécopieur: (514) 489-5755 * www.petitsanges.ca
fit.for.fun.summercamp@gmail.com

Table of Contents

NOTE DE NOTRE DIRECTEUR	4
NOUS REJOINDRE	4
NOTRE EMPLACEMENT	4
HORAIRE “FIT FOR FUN!”	5
ARRIVÉES ET DÉPARTS	5
ABSENCES ET RETARDS.....	6
DÎNERS ET COLLATIONS SAINS	6
QUESTIONS MÉDICALES.....	7
MALADIES.....	7
ACCIDENTS.....	7
TRANSPORT	8
SORTIES ÉDUCATIVES.....	8
INVITÉS SPÉCIAUX	8
ACTIVITÉS	8
INFORMATIONS HEBDOMADAIRES.....	9
T-SHIRT “FIT FOR FUN!”	10
TENUE VESTIMENTAIRE.....	10
ÉCRAN SOLAIRE	11
EFFETS PERSONNELS	11
COMPORTEMENT ET RÈGLES	11

VANDALISME	13
INSCRIPTION	13
ÉQUIPE D'ANIMATION	14
QUESTIONS, COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS	14
CONTRAT	15

Mot de notre directeur

C'est avec grand plaisir que je vous présente le camp d'été *En forme en s'amusant* ! Quand j'étais enfant, j'étais impliqué activement et passionnément dans différents sports. Consacrant toute ma carrière professionnelle aux sports, j'ai eu la chance de participer à beaucoup d'évènements importants en Amérique du Nord, en Europe et dans le monde entier. C'est en combinant mon expérience dans le monde du sport et mon intérêt pour une alimentation équilibrée que j'ai créé un programme d'été dont le principal but est l'amusement. C'est en travaillant auprès d'athlètes amateurs et professionnels que j'ai réellement compris l'importance du bien-être physique et d'une alimentation convenable. En mettant en place ce camp d'été, je me suis rappelé les bons moments de ma jeunesse et de ma carrière professionnelle, et j'ai été capable d'en extraire les fondements les plus importants pour les enfants du présent qui seront les leaders du futur. J'espère rencontrer chacun d'entre vous cet été !

Brian Smyth
Directeur et président
Petits Anges Multiservices inc.

Nous rejoindre

Vous pouvez joindre le bureau du camp au **514-489-4588, ligne 24**. Lorsque vous laissez un message, spécifiez s'il vous plaît votre nom, votre numéro de téléphone, le nom de votre enfant ainsi que la raison de votre appel.

Vous pouvez également nous contacter par courrier électronique :
fit.for.fun.summercamp@gmail.com

Notre emplacement

Le bureau du camp *En forme en s'amusant* fait partie du centre communautaire Wesley. Il est situé au 5970 avenue Notre Dame de Grâce, au croisement des rues Royal et N.D.G.

Notre centre est une base communautaire, entourée d'un voisinage familial. Il y a des garderies et des écoles à côté, tandis que de beaux parcs et des rues calmes nous entourent.

Horaire "Fit for Fun!"

Le camp de jour commence à 8h00 et termine à 18h00. De 16h30 à 18h00, nous offrons un temps de récupération progressive et de détente.

Des frais supplémentaires s'appliquent si un parent est en retard pour chercher son enfant. Les honoraires pour les retardataires sont de 5\$ pour chaque 5 minutes de retard à partir 18h00.

Arrivées et départs

Arrivées

Tous les enfants doivent arriver à 8h30 afin de ne pas manquer d'activités ou de consignes importantes. Après avoir laissé son enfant, le parent ou le gardien doit remplir la feuille d'entrée. En arrivant, le parent (ou l'enfant s'il est seul) doit annoncer à un éducateur du camp qu'il est présent. Le service commence à 8h45. Pour la sécurité de votre enfant, nous n'acceptons pas qu'un enfant nous rejoigne à l'extérieur de notre camp, par exemple sur une promenade, au parc, à la plage, etc. Tous les enfants doivent être déposés au camp *En forme en s'amusant*.

Notez s'il vous plaît qu'il n'y aura aucun service de garde dans notre centre si le reste du groupe est en une sortie éducative.

Départs

Avant le départ avec un enfant, les parents doivent remplir la feuille de sortie et le rapport de l'éducateur du camp informant qu'ils quittent le centre.

Dans un souci de sécurité, nous pouvons demander l'identité de la personne venant chercher l'enfant. Seules les personnes autorisées peuvent ramener un enfant.

Les enfants les plus vieux peuvent partir seuls à partir de 16h30, à condition que nous ayons une permission ÉCRITE et SIGNÉE du parent ou du gardien de l'enfant.

Absences et retards

Si votre enfant va être absent ou en retard au camp, veuillez nous avertir en appelant au 514-489-4588, ligne 24 et laisser un message. Vous pouvez téléphoner avant nos heures d'ouverture. Merci d'indiquer le nom de votre enfant, les détails et les raisons concernant son retard ou son absence.

Dîners et collations sains

Repas et collations

Petits Anges Multiservices fournit deux collations fraîches et délicieuses, et un dîner à base de protéines adapté au concept du camp d'été *En forme en s'amusant*. Notre menu est particulièrement conçu pour subvenir aux besoins alimentaires, convenir au goût du jeune athlète et lui assurer une bonne santé physique et un bien-être mental.

Les collations de la maison

Nous croyons qu'une alimentation équilibrée contribue à une bonne santé et au bonheur des enfants. Un enfant peut apporter une collation de la maison, tant qu'elle est nutritive. Par exemple : fruit, yaourt, fruits secs, noix, mets végétariens. Les confiseries, les chips, les barres chocolatées et les biscuits sont interdits.

Hydratation

Une bonne hydratation vitale pour un style de vie sain, sans oublier une bonne humeur ! Chaque enfant doit avoir, à tout moment, une BOUTEILLE D'EAU ÉTIQUETÉE DE SON NOM dans son sac à dos. Cette bouteille sera remplie durant la journée, selon le besoin. Les verres sont interdits.

Questions médicales

Allergies

Si votre enfant a des allergies, il faut obligatoirement en informer les éducateurs. Précisez-leur par écrit, s'il vous plaît. Nous afficherons la photo de votre enfant et la liste des allergènes afin que les éducateurs puissent voir et agir en conséquence.

Médicaments

Si votre enfant a besoin d'un traitement médical, merci de nous fournir tous les médicaments et la prescription, avec l'autorisation parentale d'administrer le traitement. Conformément à la loi, nous ne sommes pas autorisés à administrer de médicaments à un enfant sans prescription d'un docteur ni l'autorisation écrite d'un parent ou tuteur légal. (Cela s'applique aussi pour les pompes contre l'asthme).

Maladies

En raison du niveau physique de nos activités quotidiennes et de nos programmes, nous demandons à ce qu'un enfant malade reste à la maison afin de ne pas aggraver son état de santé. Cependant, si un enfant a une maladie contagieuse ou une fièvre, il doit **OBLIGATOIREMENT** rester à la maison afin d'empêcher les épidémies. Les frais de camp d'été sont maintenus peu importe la raison d'absence de l'enfant. Veuillez vous reporter au chapitre des ABSENCES, page 1.

Accidents

En cas d'accident, nous communiquerons immédiatement avec les personnes indiquées sur le formulaire d'inscription. Tout le personnel est formé et qualifié pour exécuter les premiers secours. En cas de circonstances extrêmes seulement, nous ferons transporter votre enfant par ambulance. Le consentement des parents ou du tuteur légal est nécessaire pour le transport d'un enfant par ambulance, car le coût du transport lui sera facturé directement.

Nous avons toujours sur nous un téléphone, une trousse de premier secours, et un membre du personnel CPR dans notre équipe. Un rapport est écrit pour chaque accident.

Vous serez toujours informés de toute intervention réalisée pour secourir votre enfant.

Transport

Nos principaux moyens de transport (autre que la marche à pied et le jogging) sont l'AUTOBUS ET LE MÉTRO. C'est pourquoi, chaque enfant doit avoir son propre TICKET D'AUTOBUS. (s'il vous plait vous référer à la liste des outils *En forme en s'amusant*).

Sorties éducatives

Le départ pour les sorties éducatives est à 9h PRECISES.

Un enfant qui arrive après 9h00 ne pourra malheureusement pas nous rejoindre. Nous n'attendrons pas les retardataires afin de ne pas pénaliser le reste du groupe. **Les enfants doivent avoir leur sac à dos et une bouteille d'eau chaque jour, particulièrement lors des sorties éducatives.**

L'emploi du temps peut changer en raison des conditions météo, et de certaines difficultés ou inconvénients. Dans ce cas, un éducateur vous avisera personnellement.

Merci de noter que des coûts supplémentaires peuvent être demandés pour les sorties éducatives.

Invités spéciaux

Pour compléter notre programme dynamique d'activités, le camp fait appel à des invités spéciaux. Ces ateliers et/ou activités divertiront et épanouiront les enfants de tout âge. Vous serez informés de la venue d'invités spéciaux dans le bulletin hebdomadaire.

Activités

Les activités que nous offrons visent à entraîner le corps, ouvrir l'esprit et améliorer le bien-être. Le résultat est une santé optimale. À la fin de notre

programme, votre enfant sera stimulé, remis à neuf, disposé et prêt pour commencer l'année suivante ! Ce sont les avantages que procure l'entraînement physique. Notre éventail d'activités couvre les quatre principes de base pour la santé. Nous avons inventé un programme qui encourage les enfants à participer et exceller. Ce programme est prévu afin de leur procurer le plaisir de s'amuser. Il s'adapte aux différents niveaux d'aptitudes physiques des enfants.

Les quatre principes de base pour la santé :

- **FLEXIBILITÉ** - Permet au corps de se déplacer librement, en réduisant le risque de blessures.
- **APTITUDES MUSCULAIRES** - Pour le contrôle du poids, une meilleure maîtrise de la force, une augmentation du niveau d'énergie.
- **CAPACITE AEROBIQUE** - Améliore le fonctionnement du cœur, la détente, procure une meilleure performance.
- **COMPOSITION DU CORPS** - Meilleure répartition des masses musculaires et graisseuses.

Le programme d'été consiste en :

- Pilates (programme conçu pour des enfants, par un instructeur Pilates certifié)
- *En forme en s'amusant* c'est aussi des sorties éducatives (c'est-à-dire : expédition en rollers, escalade, voyage à la plage, etc.)
- "Dansez-vous ?" : Des ateliers de danse
- "Chantez-vous ?" : Karaoké et enregistrement de chansons
- "Pas de casse en s'étirant !" : Étirements et relaxation
- Sport : Volley, tennis, dodge ball, basket-ball et plus encore.
- Rédaction d'un journal
- Réflexions quotidiennes

Informations hebdomadaires

Des lettres hebdomadaires seront disponibles chaque lundi. Cela vous informera sur :

- le programme d'activités
- les heures de départ et de retour des sorties éducatives
- les messages importants
- le matériel spécifique si besoin
- les événements spéciaux

ATTENTION : la lettre de la semaine indiquera l'heure de départ du groupe pour les sorties éducatives. Nous vous rappelons qu'en raison de la planification et pour le respect du groupe, ces horaires doivent être respectés.

T-shirt “Fit for Fun!”

Au camp *En forme en s’amusant*, nous sommes tous très enthousiastes. Le port du T-shirt est une des raisons qui ravive notre excitation. Cependant, le but principal de ce T-shirt est d'aider les éducateurs à identifier rapidement les enfants du camp et permettre aux enfants d’avoir toutes les coordonnées imprimées en cas d'urgence. Les t-shirts sont disponibles à 15\$ l’unité.

Tenue vestimentaire

Les vêtements de sport sont OBLIGATOIRES ! Les enfants doivent porter des vêtements confortables et flexibles pour participer aux activités que nous avons planifiées.

Quelques exemples : survêtement, short et un t-shirt, caleçon long, pantalon de jogging et chapeau.

Nous n'accepterons pas d'enfant portant des jeans, une jupe ou une robe.

Un enfant qui n’est vêtu correctement sera renvoyé à la maison. Certaines activités de notre programme exigeront des vêtements spécifiques. Référez-vous s'il vous plaît au guide suivant :

Sorties éducatives

Les enfants doivent porter le T-shirt « Fit for Fun » et des vêtements spécifiques à la nature des activités de la sortie éducative. (Vous serez informés de cela dans le bulletin hebdomadaire)

Piscine ou plage

Mettez s'il vous plaît, dans le sac de votre enfant, un maillot de bain, une serviette et quelques vêtements de rechange. Notez qu’à la piscine du YMCA un bonnet de bain est obligatoire.

Pluie

En cas de pluie, amenez s'il vous plaît des vêtements appropriés (imperméable, bottines).

S’IL VOUS PLAÎT, MARQUEZ LES NOMS DE VOS ENFANTS SUR TOUS LEURS VETEMENTS

Écran solaire

Nous demandons que les enfants mettent de la crème solaire avant leur arrivée au camp le matin. Cela nous aider à commencer la journée à l'heure ! Les enfants devraient aussi avoir une bouteille de crème solaire dans leur sac à dos. Nous suggérons fortement des produits résistants à l'eau.

Effets personnels

Objets perdus

Petits Anges Multiservices n'est pas responsable des objets perdus. Nous recommandons fortement d'étiqueter TOUT ce qui appartient à votre enfant et de laisser à la maison les objets de valeur.

Jouets

Nous n'autorisons pas les jouets apportés de la maison. Sachez qu'un éducateur ou un directeur peut confisquer les jouets pour éviter tout conflit inutile ou nuisible aux enfants. Les jouets confisqués seront rendus à la fin de la journée.

Equipment

Chaque enfant doit avoir son équipement *En forme en s'amusant* en tout temps. Veuillez trouver la liste ci-dessous :

TENUE *En forme en s'amusant*

- Un chapeau
- Des chaussures de sport
- Des pantalons/shorts confortables
- Un sac à dos (assez léger pour que l'enfant puisse le porter)
- Une bouteille d'eau
- Des vêtements de rechange
- Une carte ou des tickets d'autobus
- De la crème solaire
- Une carte d'identité

Comportement et règles

Nous avons tout planifié pour passer un été formidable, et il est notamment essentiel que les enfants comprennent nos règlements. Le respect est au cœur de nos règles, il est important pour chacun et les comportements irrespectueux ne seront pas tolérés. Aucun abus verbal ou physique envers d'autres enfants ou envers le personnel du camp n'est toléré. Nous promouvons le respect, la coopération et l'acceptation des différences de chacun. Notre système fonctionne par des avertissements verbaux, qui sont suivis d'avertissements

écrits, puis d'interventions si la mauvaise conduite continue. Voici quelques exemples de comportements qui ne seront pas tolérés :

- Violence
- Impolitesse
- Grossièretés verbales
- Lancement d'objets
- Morsures, coups de poing, coups de pied
- Enfants nuisibles pour les autres
- Bris du matériel
- Refus d'écouter les instructions
- Refus de participer

Système de nos mesures disciplinaires

Étape A

Un enfant qui se comporte mal obtiendra 3 avertissements verbaux. On donne ces avertissements pour le non-respect de n'importe quelle règle. Tous les avertissements seront écrits sur papier.

Étape B

Après 3 avertissements verbaux, les parents sont informés du comportement de leur enfant. Ensemble, parents et éducateur essayeront de trouver une solution pour remédier au comportement inacceptable de l'enfant.

Étape C

Si le comportement irrespectueux persiste, le directeur du camp avertira les parents et présentera un tableau de comportement de l'enfant (par exemple : un soleil pour bon comportement, un nuage pour mauvais comportement). Cela assure une bonne communication avec les parents sur les progrès de l'enfant et son comportement du jour.

Étape D

- Si la mauvaise conduite persiste, le directeur du camp enverra un premier avertissement écrit aux parents. L'enfant en question sera suspendu du camp pour un jour ou une sortie éducative.
- Si un second avertissement écrit est nécessaire, il sera envoyé par le directeur. L'enfant sera alors suspendu du camp pour une période pouvant aller de 3 jours à une semaine, selon la gravité de ses actions.
- Si un troisième et dernier avertissement est émis, l'enfant sera malheureusement expulsé du camp pour le reste de la saison.

Chaque avertissement écrit détaille toutes les interventions des éducateurs, du chef du camp ou du directeur.

Vandalisme

Les parents ou tuteurs légaux seront facturés pour tout vandalisme causé par l'enfant.

- Aires de jeu
- Bus/métro
- Piscines
- Matériel du camp
- Affaires des autres enfants

Petits Anges Multiservices n'est pas responsable des actes de vandalisme commis par les enfants du camp.

Inscription

Notre programme est divisé en 4 sessions et une semaine finale. Une session est composée de 2 semaines; la semaine finale est la dernière semaine du camp d'été. Si vous désirez profiter pleinement des bienfaits que peut vous apporter le conditionnement physique au niveau de l'esprit, du corps et de l'âme, il vous est suggéré de vous engager pour les 4 sessions. A la fin de l'été, votre enfant aura amélioré ses capacités cardio-vasculaires, développé sa masse musculaire, portera un intérêt accru aux exercices physiques et il ramènera un album souvenir de son camp.

Tarif : \$150 par Semaine

** Le tarif quotidien du camp est de 25 \$. Contactez-nous pour une inscription à la demi-journée.*

Ces tarifs incluent des collations et repas sains et frais, ainsi que les visites de nos spécialistes, les activités et ateliers adaptés à l'âge et aux aptitudes des enfants.

Des frais supplémentaires seront demandés pour les sorties éducatives.

Équipe d'animation

Voici les membres de notre équipe dynamique qui encadreront votre enfant durant tout l'été.

Le chef du camp : Melika Clarke Elle supervisera toutes les activités. C'est la première personne à consulter si vous avez besoin de plus d'informations, ou en cas de problème.

Le conseiller : Il y a un conseiller pour chaque groupe de 10 enfants. C'est lui qui divertira votre enfant toute la journée.

Le directeur : Notre directeur, Brian Smyth, supervise et coordonne toutes les activités du camp.

Questions, commentaires et suggestions

S'il vous plaît, appelez-nous au 514-489-4588, ligne 24 pour tout commentaire, toute question, ou suggestion concernant le camp d'été *En forme en s'amusant* de Petits Anges Multiservices inc. Ou a fit.for.fun.summercamp@gmail.com

MERCI DE VOTRE COLLABORATION PASSEZ UN EXCELLENT ÉTÉ !



CONTRAT

En temps que signataire, j'atteste avoir lu, entièrement compris et accepte tous les termes, conditions et règlements du camp d'été *En forme en s'amusant* de Petits Anges Multiservices inc. évoqués dans le présent manuel.

NOM (majuscules) : _____ PRÉNOM (majuscules) : _____

Signature : _____ Date : _____

Prénom de l'enfant : _____

Dates de la/des session(s) à laquelle(auxquelles) l'enfant va participer:

Sorties et transport

J'autorise _____ (nom et prénom du parent) mon enfant, _____ (nom et prénom de l'enfant) à prendre l'autobus et le métro comme moyen de transport les jours de sorties sous la supervision du personnel du camp *En forme en s'amusant*.

Signature _____



**CAMP D'ÉTÉ EN FORME EN S'AMUSANT
2009
Cessation de droits de l'image**

Je donne la permission à Petit Anges Multiservices d'utiliser toutes photographies prises de mon enfant pour utilisation sur son site web ou sur tous matériels imprimés. Je cède par la présente mes droits et intérêts sur ces images.

I hereby give permission to Petits Anges Multiservices to use any and all photographs taken of my son/daughter for posting to the website or on printed materials. I hereby waive any rights or interests that I might have in any or all images.

Nom de l'enfant / *Name of Child:*

Numéro de téléphone / *Phone Number:*

Nom du parent / *Name of parent:*

Signature: _____

Date d'autorisation / *Date of authorization:*
