

# JUILLET 2023

## Tu as entre 11 et 15 ans ?

Tu ne sais pas quoi faire de tes vacances d'été ?

Si tu as entre 11 et 15 ans, viens profiter du beau temps et des activités sportives, de découverte et des animations ludiques proposées par le secteur Jeunesse de Centre social et culturel du Parmélan.

Pour participer à ces activités, l'adhésion est obligatoire et valable pour l'année scolaire.

Plus d'infos  
auprès  
d'Emmanuelle  
[animation@cscparmélan.fr](mailto:animation@cscparmélan.fr)  
06 15 64 77 18  
ou 04 50 66 03 47



# JUILLET 2023

LE GOUTER EST OFFERT  
A CHAQUE ACTIVITE

Mardi 18 juillet

7€



## CRIQ PARC, puis BAIGNADE et JEUX à Saint-Jorioz

Nous prendrons le bus pour aller au parc de loisirs Criq Parc de Saint-Jorioz. Sur place, dans une jolie forêt au frais, tu pourras évoluer dans les arbres et au sol en toute autonomie sur des trampolines, labyrinthes, tyroliennes, jeux en bois etc. Puis, nous irons à la plage de Saint-Jorioz où nous pique-niquerons. L'après-midi, nous pourrons nous baigner, sauter du plongoir et profiter de cette magnifique plage avec vue sur la Tournette et les Dents de Lanfon.

RDV à 8h30 au CSC - Retour prévu à 17h30

Prends un pique-nique, de l'eau, une tenue confortable avec baskets aux pieds, ton maillot de bain et une serviette !



Mercredi 19 juillet

15 €



## TELECABINE ET TELESIEGE au Lachat de Chatillon, puis épreuves du GRAND BOH LANTA !

Tu passeras une journée en montagne où nous prendrons une télécabine et un télésiège pour monter à plus de 2000 m d'altitude. Là, tu pique-niqueras avec tes amis et tu pourras admirer le Mont Blanc et peut-être assister au décollage des parapentes.

Puis, on fera un après-midi de jeux de Grand Boh Lanta, avec un guide de haute montagne, avec des jeux de découverte de la nature et épreuves physiques et mentales en forêt !

RDV à 8h30 – Retour prévu à 19h

Prends ton pique-nique et de l'eau dans un petit sac à dos, de la crème solaire, une casquette ou chapeau, lunettes de soleil, une tenue confortable avec chaussures de rando, pantalon long (obligatoire) et un sweat ou gilet (nous sommes en altitude !)



Jeudi 20 juillet

1€



## BAIGNADE, SPORTS EN PLEIN AIR et JEUX à la plage de l'Impérial

Direction la plage de l'Impérial toute proche pour te baigner et faire des jeux et des sports en plein air. Ton animatrice prendra le frisbee, le ballon de beach volley, des raquettes, des jeux, et le goûter. Bref, de quoi passer un super après-midi !

RDV à 14h au CSC – Fin à 17h30

Pense à prendre ton maillot de bain, une serviette, de l'eau, chapeau ou casquette et de la crème solaire !



**Lundi 24 juillet**

**1 €**

**LE GOUTER EST OFFERT  
A CHAQUE ACTIVITE**



### **BAIGNADE, JEUX et PLONGEON à Talloires**

Viens te baigner, plonger et bronzer avec nous à la plage de Talloires. Nous irons avec le bus de la SIBRA et sur place, tu pourras aussi faire des jeux et du sport sur la plage : ping-pong, beach-volley..., il y a toutes les installations sur place pour se défouler entre potes !



RDV à **13h30** au CSC - Retour prévu à **17h45**

Pense à prendre ton maillot de bain, une serviette, de l'eau, un chapeau ou casquette et de la crème solaire !

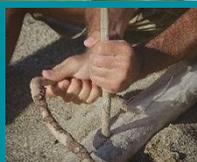
**Mardi 25 juillet**

**6 €**



### **GROTTES de CERDON : visite de la grotte et animations diverses**

Nous passerons une journée complète aux grottes du Cerdon dans l'Ain. Plusieurs activités t'y seront proposées : allumage de feu, peintures préhistoriques et également chasse au propulseur ! Nous visiterons également les grottes qui servirent d'abri à des hommes de la Préhistoire.



RDV à **8h15** au CSC - Retour prévu à **17h15** (sortie avec l'Accueil de Loisirs)

Prendre son pique-nique avec de l'eau, un pantalon long, de bonnes chaussures de type randonnée ou baskets rigides, une veste ou un gilet chaud !

**Jeudi 27 juillet**

**7 €**



### **DECOUVERTE DES LAMAS, puis BAIGNADE au lac du Bourget**

Viens visiter la « Ferme des lamas et safran de Salagine » à Bloye. Tu y feras la connaissance des lamas, tu les nourriras et les brosseras, avant de faire un parcours d'obstacles avec eux et de les promener à travers le village ; une expérience inoubliable pour tous ! Ensuite, nous ferons un pique-nique au lac du Bourget à la base de loisirs de Châtillon, où tu pourras te baigner et profiter de la plage.

RDV à **8h15** au CSC - Retour prévu à **18h**

Prendre son pique-nique avec de l'eau, de bonnes chaussures de type randonnée ou baskets, tes affaires de baignade et une casquette !

**Vendredi 28 juillet**

**7 €**



### **LUGE D'ETE, TIR A LA CARABINE LASER et DESCENTES A TROTTINETTE au Semnoz (trottinette réservée aux plus de 12 ans)**

Nous prendrons le bus pour aller au Semnoz, où nous pourrons faire de la luge d'été et pratiquer le tir à la carabine laser. Pour les jeunes de plus de 12 ans, il y aura également la possibilité de faire une descente à trottinette tout terrain !

RDV à **8h** au CSC – Retour à **17h45**

Pense à prendre un petit sac à dos avec de l'eau, pique-nique, casquette, lunettes de soleil, crème solaire et à t'habiller avec pantalon long et bonnes chaussures (rando ou baskets de sport)

**⚠ Autorisation à rapporter au plus vite  
(nombre de places limité !)**

Jeunesse

Je soussigné(e).....

autorise le personnel du Centre Social et Culturel du Parmelan à effectuer l'accompagnement et l'encadrement  
de mon (mes) enfant(s).....

**pour participer aux activités suivantes (cocher les cases correspondantes) :**

- 18/07 : Criq Parc et plage de Saint-Jorioz (7€)
- 19/07 : Télécabine et télésiège, puis Grand Boh Lanta au Grand Bornand (15€)
- 20/07 : Baignade, sport en plein air et jeux à la plage de l'Impérial (1€)
- 24/07 : Baignade, jeux et plongeon à Talloires (1€)
- 25/07 : Grottes de Cerdon : visite des grotte et animations (6€)
- 27/07 : Découverte des lamas et plage au lac du Bourget (7€)
- 28/07 : Luge d'été, tir à la carabine laser et descente à trottinette au Semnoz (7€)

**Signature :**

**DOCUMENTS INDISPENSABLES A FOURNIR A L'INSCRIPTION :**

- Fiche sanitaire du (des) enfant(s)
- Photocopie du carnet de vaccination
- Numéro de Sécurité Sociale
- Adhésion famille au CSCP : 11€ en chèque ou en espèces (valable une année scolaire complète )