

Merci à vous pour votre inscription!

Ce guide a été conçu afin d'accompagner les parents dans la préparation du camp de jour. Vous y trouverez l'ensemble des informations générales essentielles : le fonctionnement du camp, l'horaire, les règles de vie, les mesures de sécurité, ainsi que tout ce qu'il faut savoir pour assurer une expérience agréable et sécuritaire à votre enfant. Nous vous invitons à consulter ce document attentivement et à le conserver pour référence tout au long de l'été et/ou de la semaine de relâche.

Rejoignez le groupe Facebook :

[PARENTS - Camp de jour - Gymnastique Saguenay](#)

Pour une communication rapide avec nous :

Téléphone : 418 543-5178

Responsable des camps : coralie@gymnastiquesaguenay.ca

Administration : info@gymnastiquesaguenay.ca

Par Messenger via notre [page Facebook](#)

Adresses à retenir :

Palestre de Chicoutimi

420, rue Cimon

Palestre de Jonquière

3849, rue Colbert

Dans le cas d'infraction, nous nous réservons le droit de refuser un enfant les jours suivants et/ou les semaines suivantes.

Au camp de jour de Gymnastique Saguenay, nous croyons que le plaisir, le respect et la sécurité sont essentiels pour apprendre et s'amuser. Ce code de vie a pour but de créer un environnement où chaque enfant peut bouger, essayer, progresser et s'exprimer en toute confiance. En respectant ces règles, nous contribuons tous à faire du camp un endroit dynamique, sécuritaire et accueillant, où l'esprit d'équipe et le dépassement de soi sont à l'honneur.

Respect de soi

- Avoir des vêtements adaptés, adéquats et pratiques aux activités
- Être à l'écoute de soi (connaître ses limites)
- Être capable de demander de l'aide à un adulte

Respect des autres

- Respecter toutes les personnes du camp de jour
- Avoir des communications respectueuses
- Appliquer les consignes
- Rester avec son groupe

Respect de l'environnement

- Respecter le matériel
- Ramasser ses déchets et ses effets personnels
- Appliquer les consignes sanitaires correctement

Effets personnels

Prévoir un sac à dos est nécessaire pour participer aux activités extérieures. Le sac à dos doit être facile à porter pour votre enfant, car il aura parfois à se rendre à pied à l'activité et il doit être en mesure de le faire seul. De plus, identifier l'ensemble du matériel aide à éviter les objets perdus.

Contenus du sac à dos (OBLIGATOIRE) :

- Chandail de camp (fournit la première journée du camp et OBLIGATOIRE lors de la sortie du MERCREDI et le VENDREDI (période de signature)
- Bouteille d'eau réutilisable non cassable, bien identifiée
- Vêtements de rechange
- Boîte à lunch, qui entre dans le sac. **Nous suggérons fortement les lunchs froids**

Objets interdits

- Appareils électroniques
- Argent/monnaie
- Jouets personnels (sauf exceptions, préalablement accordé avec la direction)
- Vêtements inappropriés, vulgaires ou hypersexualisés

À savoir - Alimentation

Nous vous demandons d'emblée d'éviter tous aliments contenant des arachides, des noix et leurs dérivés. De plus, il sera précisé dans le courriel envoyé la semaine avant le début du camp les allergies des jeunes inscrits, nous vous demandons de bien vouloir y prêter attention afin d'éviter les réactions allergiques.

Également, nous demandons aussi d'éviter toute nourriture à partager.

À savoir - Arrivée et départ

ARRIVÉE

- Jour 1 : Entrer dans le gymnase pour valider les informations d'urgences.
- Jour 1 : Remise du chandail de camp
- Tous les jours, chaque enfant doit être identifié par le personnel à l'accueil avant d'entrer dans le gymnase.
- Assurez-vous d'avoir laissé tous le matériel nécessaire pour la journée avant de quitter. Nous communiquerons avec vous pour les oublies, nous ne fournissons pas de repas/collation.

DÉPART

- (Nouveauté) Vous devez vous **identifier, à l'aide d'une carte d'identité valide** au personnel à l'accueil, celui-ci avisera l'animateur de votre enfant. Vous devez aviser la superviseur ou coordonnatrice par téléphone ou courriel pour tout changement.
- Assurez-vous d'avoir tous les objets personnels de votre enfant en main, nous ne sommes pas responsables des objets perdus et/ou volés.

Stationnement obligatoire entre les lignes, il est **INTERDIT** de se stationner devant la porte.

Aucun parent autorisé l'autre côté des barrières de sécurités

Pour le camp de relâche :

Prévoir un habit de neige COMPLET et adapté à la température extérieur. Nous sortons quotidiennement, lorsque la température le permet. Il est préférable de fournir des mitaines et une tuques de rechange. Vous devez prévoir des vêtements chauds.

Pour le camp d'été :

Nous fréquentons les parcs et les jeux d'eau quotidiennement. Il faut donc prévoir quelques surplus au sac à dos :

- Maillots de bain (bikinis interdits)
- Serviette
- Espadrilles pour marcher
- Sandales pour jeux d'eau (à votre discrétion)
- Crème solaire (idéalement en pulvérisateur et **1 par enfant**)
- Couvre-chef obligatoire

Il faut toujours adapter les vêtements avec la température de la journée.

Politique de remboursement

Vous devez communiquer au moins une semaine avant le début du camp pour un remboursement complet. Vous devez faire la demande via le formulaire de remboursement. Aucun remboursement autorisé après le lundi précédent le début du camp.

Toutes nos activités sont basées sur des apprentissages variés. À chaque semaine, il y a des activités sur les saines habitudes de vie, sur l'acceptation corporelle et l'importance de bouger. Ces thèmes sont abordés avec des défis, des expériences, des bricolages, des découvertes et même des recettes. Ces activités sont additionnelles aux périodes de gymnastique quotidiennes.

Lundi : Activité artistique

Mardi : Activité scientifique ou culinaire

Mercredi : Sortie

Nous vous demandons d'arriver le plus tôt possible pour ne pas manquer le départ en autobus à l'activité. Nous sommes de retour avant 16h à la palestre, mais l'horaire peut varier selon l'activité. Tous les détails des sorties sont précisés quelques jours avant.

Jeudi : Olympiade intérieur et extérieur

Vendredi : Déguisé ou en pyjama, selon la thématique de la semaine.

L'enfant doit être en mesure de bouger aisément. Il est aussi possible qu'un spectacle soit présenté en fin de journée, les détails seront préciser sur notre groupe Facebook et/ou par courriel.

*Les groupes sont formés selon la date de naissance des enfants, aucun changement ne sera possible durant la semaine en cours, à moins d'une entente avec la direction.

EXEMPLE D'HORAIRE

Plage horaire	Activités	Lieux
7h à 8h	Service de garde (activité proposée)	Chicoutimi : Estrades à gauche Jonquière : Mezzanine à droite
8h à 8h30	Échauffement, présentation de la journée	Intérieur
8h30 à 9h45	Gymnastique ou activité en groupe	Gymnastique : intérieur Activité : intérieur ou extérieur
9h45 à 10h00	Collation	Intérieur ou extérieur
10h15 à 11h30	Gymnastique ou activité en groupe	Gymnastique : intérieur Activité : intérieur ou extérieur
11h30 à 12h00	Jeux de groupe, préparation spectacle ou signature de chandails (vendredi)	Intérieur
12h00 à 12h30	Diner	Intérieur ou extérieur
12h30 à 13h00	Échauffement	Intérieur ou extérieur
13h00 à 14h15	Gymnastique ou activité en groupe	Gymnastique : intérieur Activité : intérieur ou extérieur
14h15 à 14h30	Collation	Intérieur ou extérieur
14h30 à 15h45	Gymnastique ou activité en groupe	Gymnastique : intérieur Activité : intérieur ou extérieur
15h45 à 16h00	Retour en groupe	Intérieur
16H00 À 17h00	Service de garde* (activité proposée)	Chicoutimi : Estrades à gauche Jonquière : Mezzanine à droite

***Des frais s'appliquent si l'enfant quitte le service de garde après la fermeture.**