

Du 21 au 23
avril 2020

12 places
JEUNES de
12 à 15 ans

À vélo
de Carhaix à Josselin
Canal de Nantes à Brest

INSCRIPTION

Mairie de SAINT-PABU

49 rue du Bourg

29830 SAINT-PABU

02 98 89 82 76 / 06 48 35 26 73

www.saint-pabu.bzh



Séjour itinérant 12-15 ans de Carhaix à Josselin

DATES DU SÉJOUR

Le séjour se déroule du mardi 21 au jeudi 23 avril 2020, soit 3 jours et 2 nuits et réunit 12 jeunes maximum.

ITINÉRAIRE

Ce séjour itinérant, à vélo, le long du canal de Nantes à Brest, conduira les jeunes de Carhaix à Josselin (136 km en trois étapes). Un itinéraire adapté (La Vélodyssée) afin de rouler en sécurité, de limiter l'effort trop intense et qui sera propice à la découverte du patrimoine historique, culturel, naturel et paysager, au coeur de la Bretagne.

À VÉLO

Voyager à vélo permet de se rendre réellement compte des distances et des changements de paysage à l'inverse des moyens de transport motorisés. Contrairement à la marche, il permet aussi de voir plus de variétés de paysages en moins de temps et de faire facilement de longues distances. Voyager à vélo favorise les échanges entre les jeunes. La faible vitesse du déplacement permet d'interagir plus facilement avec les populations locales. Voyager à vélo permet de sortir de son environnement quotidien avec un budget restreint.

PROJET D'ANIMATION

Un projet d'animation répondant aux rythmes et besoins de chacun des participants sera élaboré dans le but d'aider les jeunes à devenir autonomes, les responsabiliser en les invitant à prendre part aux tâches quotidiennes, les soutenir dans leur apprentissage du respect sous toutes ses formes, développer leur esprit critique, les accompagner vers les notions de liberté, de créativité, les aider à se construire une identité... Pour qu'ils deviennent des citoyens responsables !

ENCADREMENT - ANIMATION

L'équipe d'animation sera composée pour ce séjour de trois animateurs communaux diplômés (BAFD, BPJEPS, BAFA). L'activité kayak proposée par un prestataire (Base de plein air de Guerlédan) le 22, sera également encadrée par du personnel diplômé.



HÉBERGEMENT, RESTAURATION

Le gîte L'orée du bois à Bon Repos sur Blavet et l'Auberge de Jeunesse de Pontivy seront les deux lieux d'hébergement pour les nuits. La restauration se fera en gestion libre pour le gîte L'orée du bois et en pension complète pour l'Auberge de Jeunesse. Le ravitaillement et le transport du petit matériel (affaires personnelles) seront assurés avec un véhicule 9 places (le Sympabus) durant tout le séjour.

TRANSPORT SAINT-PABU - CARHAIX - JOSSELIN

Un transport des participants (départ et arrivée à la mairie de Saint-Pabu) est prévu. Départ à 9h00 le mardi 21 avril et retour prévu vers 18h00 le jeudi 23 avril. Les affaires personnelles des participants seront acheminées à Carhaix et reprises à Josselin avec un fourgon et une remorque des services techniques municipaux. Les vélos seront à déposer le lundi 20 avril pour être mis sur remorque.

JOURNÉE TEST À VÉLO - ATELIER RÉPARATION

Afin de s'assurer de l'aisance à vélo et de l'endurance de chaque participant, une journée test à vélo et un atelier de réparation de base seront programmés.

LES MODALITÉS D'INSCRIPTION

Une pré-inscription (cf fiche de pré-inscription) est obligatoire et se fait en Mairie. L'inscription se déroule sur le Portail Famille après réception d'un identifiant envoyé par mail par les services administratifs de la commune. Le Portail Famille est votre profil en ligne auprès de la Commune. L'inscription sera prise en compte uniquement si votre Portail Famille est complet.

Les parents doivent fournir **les pièces suivantes** :

- un certificat médical de non contre-indication à la pratique d'activités physiques
- la fiche CAF ou MSA de votre quotient familial.

Ce séjour peut recevoir un nombre limité d'enfants. Aussi, en cas de surnombre, des critères prioritaires seront appliqués lors de l'inscription :

- La fiche de pré-inscription remise en Mairie dans l'ordre d'arrivée.
- Les jeunes résidant à Saint-Pabu

Toute absence non justifiée par un certificat médical ou administratif est due.

Il est recommandé aux responsables légaux des mineurs concernés de souscrire un contrat d'assurance de personnes couvrant les dommages corporels auxquels peuvent être exposés ces mineurs (**assurance extra scolaire**).

LES TARIFS

En référence à la convention signée avec la CAF du Nord-Finistère, la commune de Saint-Pabu s'engage à mettre en œuvre une accessibilité financière pour toutes les familles au moyen de tarifications modulées en fonction des ressources. La participation des familles pour ce séjour se calculera en fonction du montant du quotient familial.

Une fiche CAF ou MSA du quotient familial devra être jointe au Portail Famille ; en l'absence, le tarif tranche QF la plus élevée sera appliqué.

Vous habitez SAINT-PABU, veuillez consulter le tableau ci-dessous :

TABLEAU DES QUOTIENTS		PARTICIPATION DES FAMILLES
QUOTIENT FAMILIAL		SÉJOUR 12-15 ans du 21 au 23 avril 2020
		TARIFS
QF 1	0 à 399	42 €
QF 2	400 à 650	42 €
QF 3	651 à 899	75 €
QF 4	900 à 1199	105 €
QF 5	>1200	135 €

Vous n'habitez pas la Commune de SAINT-PABU, votre participation sera équivalente au tarif tranche QF la plus élevée.

RENSEIGNEMENTS

Frédéric MIGNOT

Mairie de SAINT-PABU

Téléphone : 02 98 89 82 76 / 06 48 35 26 73

Courriel : mairie@saint-pabu.bzh

Site internet : <http://www.saint-pabu.bzh/>



Mairie de Saint-Pabu
49 rue du bourg
29830 SAINT-PABU
☎ 02 98 89 82 76

FICHE DE PRÉ-INSCRIPTION* SÉJOUR À VÉLO 2020

Enfant :

Nom : Prénom :

Né(e) le : / / Age :

Parents :

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Code postal : Ville : ☎

Mail (obligatoire) :

SÉJOUR ITINÉRANT

AVRIL 2020	SÉJOUR À VÉLO (+ Kayak le 22)
du mardi 21 au jeudi 23	CARHAIX - JOSSELIN 2 nuits - 12-15 ans

Cocher la case vide ci-dessus ↑

Fait à,

Le

Signature du représentant légal

* Cette fiche de pré-inscription est à remettre en Mairie.

Séjour itinérant 12-15 ans de Carhaix à Josselin

AFFAIRES PERSONNELLES À PRÉVOIR

Avec vous à vélo :

- 1 vélo
- 1 casque
- 1 gourde
- 1 chambre à air de rechange.
- 1 cuissard de cycliste : court ou long (selon préférence), indispensable pour protéger son derrière.
- 1 vêtement de pluie (type kway, poncho ou matière active comme le gore-tex.
- 1 paire de gants : utile pour protéger les mains des secousses ou des chutes. Il existe des gants spécialisés pour les cyclistes, du type mitaine (doigts apparents) ou gants longs.
- 1 sac à dos
- 1 crème solaire (indice 50)
- 1 paire de lunettes de soleil

Pour le séjour :

- 1 short ou pantacourt pour mettre par-dessus le cuissard quand la température baisse.
- 1 haut de sport (maillot respirant synthétique, en mérinos fin ou haut à manches longues pour les matin frais)
- 1 second haut (pull léger et respirant, une veste type « softshell » ou simplement un second maillot en fine polaire par exemple),
- 1 pantalon léger pour les moments sans vélo.
- 3 T-shirts/débardeurs
- 1 pull
- 3 sous-vêtements
- 1 maillot de bain
- 3 paires de chaussettes
- 1 paire de baskets.
- 1 serviette
- 1 serviette de bain
- 1 trousse de toilette (brosse à dent, dentifrice, gel douche, shampoing, brosse ou peigne, élastiques et pinces pour les filles)
- 1 sac de couchage
- 1 lampe de poche
- 1 paire de chaussures ouvertes (crocs ou tongs)
- 1 casquette ou chapeau
- 1 pyjama
- 1 sweat ou gilet bien chaud pour les soirées
- 1 sac poubelle (linge sale).
- argent de poche : 20 euros maximum

Séjour itinérant 12-15 ans de Carhaix à Josselin

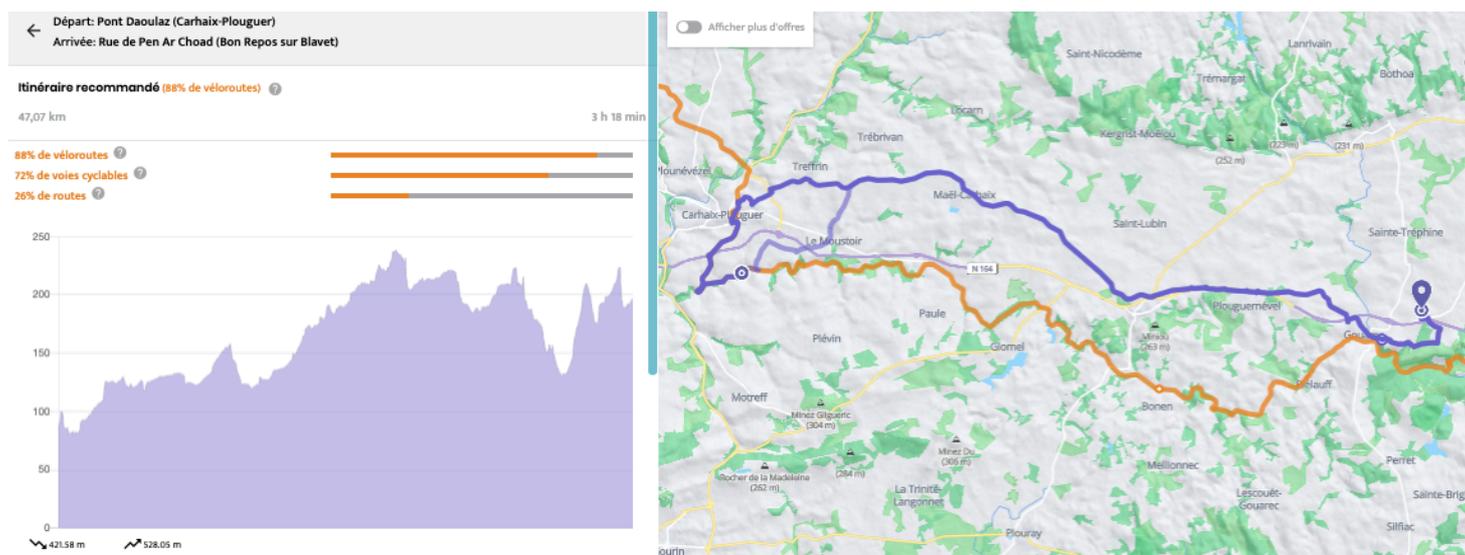
JOUR
1

MARDI 21 AVRIL 2020

ITINÉRAIRE

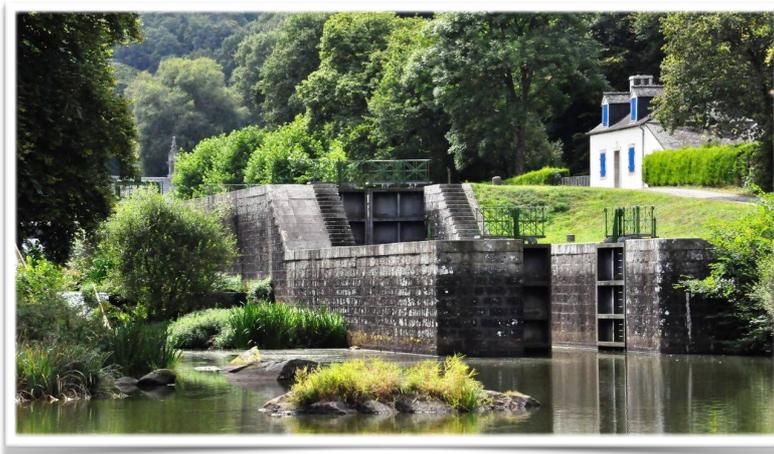
Étape 1 : CARHAIX (Pont Daoulas) - BON REPOS (gîte L'orée du bois)

47 km (temps de parcours estimé à 3h18)



Arrivés à Carhaix vers 11h00, nous nous élancerons pour la première étape en longeant le canal où les écluses rythment le parcours (jusqu'à 15 écluses en 4 km entre La Pie et Saint-Péran !) Pique-nique le midi et arrivée prévue en fin d'après-midi à Bon Repos.

La Vélodyssée nous invite à serpenter entre les bois de Rostrenen à Gouarec et découvrir de nombreux sites remarquables. Hébergés au gîte de L'orée du bois, en gestion libre, les jeunes seront associés à la préparation des repas.



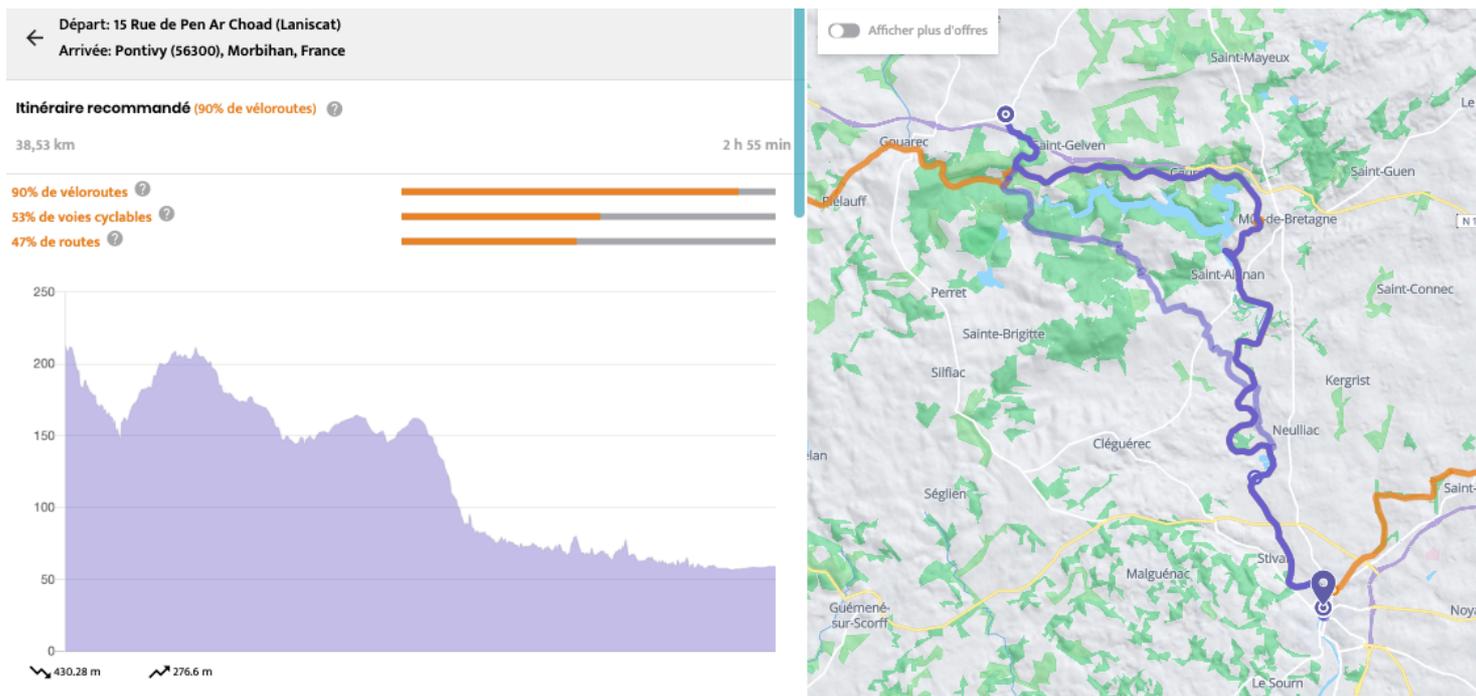
Séjour itinérant 12-15 ans de Carhaix à Josselin

JOUR
2

MERCREDI 22 AVRIL 2020

ITINÉRAIRE

Étape 2 : BON REPOS (gîte L'orée du bois) - PONTIVY (Auberge de Jeunesse)
38 km (temps de parcours estimé à 2h56)



Après un bon petit déjeuner, départ du gîte vers 9h00 pour rejoindre la base de plein air de Guerlédan (à 10 km) où les jeunes pourront pratiquer le kayak de 10h30 à 12h30. Pique-nique vers 13h00 et à vélo jusqu'à l'auberge de jeunesse de Pontivy !

Base de plein air de Guerlédan

106 Rue du Lac, 22530 Mûr-de-Bretagne

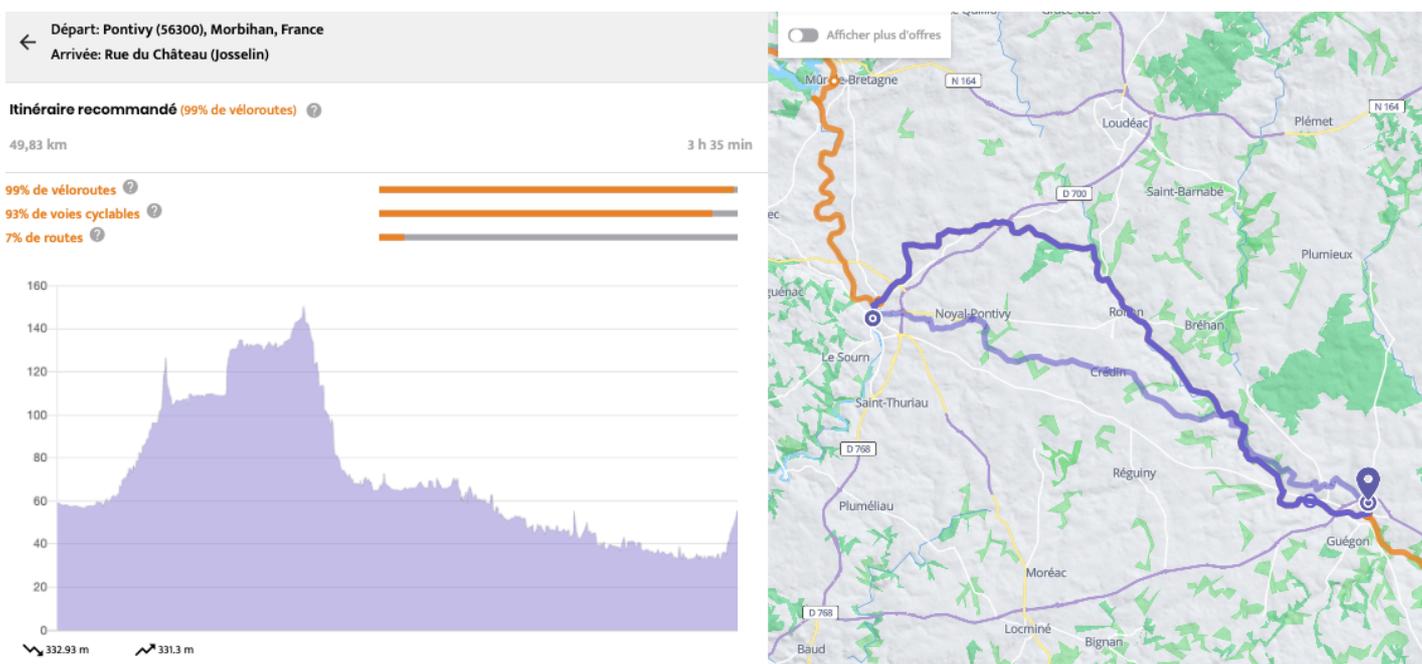


JOUR
3

JEUDI 23 AVRIL 2020

ITINÉRAIRE

Étape 3 : PONTIVY (Auberge de Jeunesse) - JOSSELIN (Château)
50 km (temps de parcours estimé à 3h40)



Dernière étape du séjour, départ de l'auberge de jeunesse de Pontivy vers 9h30 en direction de Josselin pour une arrivée au pied du château vers 15h00.

Les vélos et affaires personnelles seront chargés dans les véhicules et remorque puis retour de tous les participants, sans doute un peu fatigués, à Saint-Pabu vers 18h00.



Le gîte L'orée du bois

15 rue de Pen ar C'hoat

22570 Bon Repos sur Blavet

Téléphone : 06 99 20 22 57 / 02 96 36 96 00



<https://www.cotesdarmor.com/Planifier/Hebergements/Gites-d-etape-de-groupe/gite-etape-oree-du-bois/23714>

Le gîte d'étape est accessible aux randonneurs pédestres, cyclistes et équestres. Avec sa belle et grande véranda, son salon chaleureux et ses équipements adaptés aux randonneurs, c'est une base idéale pour sillonner en profondeur le cœur de la Bretagne.

5 chambres de 2, 3, 4 et 6 places, une grande salle de vie, une grande salle à manger pour 25 personnes. Lave linge collectif, télévision, cuisine à disposition, four, sèche linge collectif, cheminée/poêle, WIFI.



L'auberge de jeunesse - Pontivy

Pont des Récollets, 56300 Pontivy

Téléphone : 02 97 25 58 27

<https://www.hifrance.org/auberge-de-jeunesse/pontivy.html>

L'Auberge de Jeunesse HI Pontivy est installée dans une ancienne minoterie. Ce lieu atypique et pittoresque posé sur un petit îlot de verdure, est situé au cœur du centre-ville de Pontivy.

