

Pose son camp de base pour les vacances de Pâques sur les rives du lac d'Annecy entre eau douce et hautes montagnes.

**du 17 au 23 avril et du 24 au 30
avril 2022**

et propose aux parents de vivre l'aventure avec leurs enfants!

Créateur de souvenirs depuis 1997

Vous avez sûrement remarqué que vos enfants ont le goût de l'aventure!

Et si vous partiez en famille dans l'un des plus beaux coins de France à la rencontre de ces extraordinaires aventuriers qui sommeillent en eux...et en VOUS!

Chaque jour une Grande aventure:

Rencontrer des marmottes sauvages Observer des bouquetins Tournoi de construction de cabanes Découverte du plateau des Glières, haut lieu de la Résistance Grand camouflage en forêt Mon premier sommet Les inspecteurs de la forêt sur la piste des animaux Le monde du minuscule Land art Atelier des indiens: attrape rêve tir à l'arc. Soirée loup garou et chamallows grillés

Séjour Famille d'aventuriers

Depuis 1997, l'École Européenne de l'aventure, implantée dans les Hautes Alpes à Serre chevalier se veut créateur de souvenirs. Dès 5 ans, les enfants sont invités à révéler l'aventurier qui est en eux. Techniques de survie, et grande aventure

dans un cadre en 3D; la montagne et ses habitants à 2, 4, 6 ou 8 pattes!



Logement en pension complète au Pavillon des Fleurs à Menton Saint Bernard sur le lac d'Annecy.
www.pavillondesfleurs.com



Planète en péril

Chaque journée d'aventure sera l'occasion de parler de notre planète terre et des gestes quotidiens à réaliser d'urgence pour sa survie. Défi zéro déchet et ateliers récup trouveront naturellement leur place dans la vie des aventuriers de demain.

2 à 3 techniques de survie /jour

Savoir faire un sac à dos d'aventurier: le BA BA pour partir à l'aventure. **Apprendre à faire du feu;** avec une loupe, des allumettes, un allume-feu tempête. Où faire son feu. Préparer le terrain. Bien choisir le bois. Conditions de sécurité. Allumer, alimenter et maintenir son feu. Comment l'éteindre. **Apprendre à rendre l'eau potable;** Où trouver de l'eau dans la nature, rendre l'eau traitable, techniques particulières pour rendre l'eau potable **Se servir d'un outil tranchant;** règles de sécurité, mode de port, couper en tirant, éviter de couper de la «viande amie». **Gérer ses peurs en se relaxant:** allongé dans l'herbe, techniques de respiration et de sophrologie adapté aux plus jeunes. **la règle des 3 de Ron HOOD** reprise par David Manise, instructeur de survie. 3 secondes sans vigilance, 3 minutes sans oxygène, 3 h sans réguler sa température, 3 jours sans eau potable, 3 semaines sans manger, 3 mois sans hygiène, 3 ans dans un environnement psychologiquement toxique. **Se ressourcer avec les Arbres;** enlacer un arbre et respirer avec lui. **Connaitre la nourriture de survie;** cinq plantes comestibles à reconnaître. **Comment transporter un blessé** avec un brancard de fortune, du bois et des vestes ou des sacs à dos. **Devenir un yogi:** positions de yoga pour faire circuler l'énergie, se concentrer, se poser mentalement, entretenir son corps. **Apprendre à faire des nœuds;** nœud de huit, cabestan, vache. **Donner l'alerte;** mise en situation d'un appel aux numéros d'urgence. **Gérer ses déchets sur le terrain:** comment faire un BBQ et limiter ses déchets. De quoi est composé notre pic nic. C'est quoi recycler. **Lecture de carte IGN;** petit cours de lecture de carte et mise en situation. **Construire un abri pour la nuit;** choix du bivouac, technique pour se réchauffer, utilisation d'une bâche. **Trouver le nord sans boussole;** avec le soleil et une montre. **Décrypter les indices météo,** connaître les nuages, que faire en cas d'orage, consulter les bulletins météo, savoir renoncer en chemin. **Technique de méditation:** au sommet d'une montagne ou en forêt.

