



UNIGYM  
GATINEAU



## GUIDE CAMP DE LA RELÂCHE 2023

Nous avons bien hâte d'accueillir les enfants à notre **camp de la relâche 2023** ! Le camp s'annonce comme une semaine remplie d'aventures qui laisseront les jeunes comblés et en pleine forme. Les enfants auront l'occasion de pratiquer le sport de la **gymnastique** au moins **3 heures par jour** !

Notre camp de la relâche s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux gymnastes déjà inscrits dans cette discipline. Le but du camp est d'offrir aux enfants le plaisir de pratiquer la gymnastique dans un cadre social et éducatif et de les familiariser avec les mouvements gymniques de base.

### Consignes spécifiques

- ✓ L'accueil et le départ : Un seul parent permis par enfant pour l'aire d'accueil. L'arrivée et le départ doivent se faire à l'entrée du centre.
- ✓ À chaque jour, l'enfant devra ranger ses effets personnels à la place qui lui est assignée.
- ✓ Il sera interdit de circuler sans la permission de son moniteur.
- ✓ La carte Accès Gatineau est obligatoire pour entrer au Centre Sportif de Gatineau (secteur Gatineau seulement).



### Information générale

- ✓ Service de garde inclus
- ✓ Entraîneurs qualifiés
- ✓ Environnement bilingue
- ✓ Relevé 24 pour fins d'impôts (NAS requis)
- ✓ Les arachides et noix sont interdites



### Heures d'ouverture

- ✓ Service de garde (inclus dans le prix) : 7 h à 9 h et 16 h à 17 h 30
- ✓ Activités du camp de jour : 9 h à 16 h

### Comment s'habiller

- ✓ Tenue confortable
- ✓ Maillot de gymnastique (non obligatoire), idéalement déjà sous les vêtements à l'arrivée
- ✓ Habit de neige
- ✓ Bottes d'hiver
- ✓ Tuque
- ✓ Mitaines
- ✓ Espadrilles
- ✓ Bas

### Dans le sac à dos

- ✓ Vêtements chauds
- ✓ Vêtements de rechange
- ✓ Un coffre à crayon avec crayons de bois ou feutres au choix
- ✓ Un matelas de sol ou tapis de yoga bien identifié
- ✓ Un livre de lecture
- ✓ Il est permis d'apporter des jeux calmes individuels : jeu d'énigmes, mots cachés, jeu de carte, etc...



### Dans la boîte à lunch

- ✓ Un dîner froid (aucun repas à réchauffer) ou un repas en thermos
- ✓ 2 collations
- ✓ Arachides et noix interdites
- ✓ Une bouteille d'eau



## Documents à compléter si nécessaire



- ✓ Formulaire d'identification des enfants ayant des allergies avec un EpiPen® ou TwinJect® (si applicable)
- ✓ Formulaire d'autorisation pour l'administration d'un médicament (si applicable)

Vous trouverez ces documents en pièces jointes ou sur notre site Web. Prière de compléter les formulaires applicables et de nous les renvoyer par courriel avant votre arrivée.

## Journée type (les heures peuvent varier)

7h-9h	Service de garde, arrivée des enfants, activités individuelles calmes
9h-10h20	Jeux extérieurs / bricolage / gymnastique et trampoline
10h20-10h40	Collation
10h40-12h	Jeux extérieurs / bricolage / gymnastique et trampoline
12h-13h	Dîner
13h-14h30	Jeux extérieurs / activités organisées / gymnastique et trampoline
14h30-14h50	Collation
14h50-16h	Jeux / activités organisées / gymnastique et trampoline
16h-17h30	Service de garde, activités individuelles, départ des enfants

Au plaisir de vous accueillir durant la relâche !



Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter :

Aylmer : 819-685-0133 ☎ [aylmer@unigyngatineau.com](mailto:aylmer@unigyngatineau.com)

Gatineau : 819-243-2575 ☎ [gatineau@unigyngatineau.com](mailto:gatineau@unigyngatineau.com)

Hull : 819-778-3879 ☎ [hull@unigyngatineau.com](mailto:hull@unigyngatineau.com)

Masson-Angers : 819-617-1789 ☎ [masson-angers@unigyngatineau.com](mailto:masson-angers@unigyngatineau.com)