

HORAIRE POUR L'ÉTÉ (9-12 ANS)

Polyvalente des Grandes-Marées

SEMAINE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
1	<u>24 juin</u> fermé	<u>25 juin</u> Animation 	<u>26 juin</u> Piscine 	<u>27 juin</u> Fou du roi 	<u>28 juin</u> Royaume imaginaire
	2	<u>1 juillet</u> fermé	<u>2 juillet</u> Animation 	<u>3 juillet</u> Piscine 	<u>4 juillet</u> Parc rivière-du-Moulin
3		<u>8 juillet</u> Animation 	<u>9 juillet</u> Vieux-Port de Chicoutimi 	<u>10 juillet</u> Yoga et piscine 	<u>11 juillet</u> Site de la Nouvelle-France
	4	<u>15 juillet</u> Animation et Salsa Nueva 	<u>16 juillet</u> Piscine 	<u>17 juillet</u> Pompier et parc des Tulipes 	<u>18 juillet</u> Pyramide des Ha-Ha et piscine
5		<u>22 juillet</u> Animation 	<u>23 juillet</u> Piscine 	<u>24 juillet</u> Les olympcamps de ville Saguenay 	<u>25 juillet</u> Plage
	6	<u>29 juillet</u> Animation 	<u>30 juillet</u> Parc Mars et piscine 	<u>31 juillet</u> Escaparium 	<u>1 août</u> Piscine
7		<u>5 août</u> Animation 	<u>6 août</u> Piscine 	<u>7 août</u> Plage 	<u>8 août</u> Animation

Horaire sujet à changement sans préavis

AIDE MÉMOIRE



Dans mon sac à dos j'ai : un lunch froid, deux collations, une bouteille d'eau, mon maillot de bain, un casque de bain, une serviette, de la crème solaire, une V.F.I. (veste de flottaison) **obligatoire pour les 5-6 ans** et ma pompe pour l'asthme ou mon épipen (si nécessaire).

AVIS – ATTENTION – AVIS – ATTENTION

Une baignade quotidienne est prévue, sauf si la température ne le permet pas. Donc, tous les enfants devront avoir leur costume de bain, **casque de bain (obligatoire dans toutes les piscines)** et serviette en tout temps. **Le port du V.F.I. (veste de flottaison) est obligatoire pour les 5 et 6 ans** ainsi que pour les enfants qui ne savent pas nager.

Afin d'assurer la sécurité de tous, le port d'espadrilles est demandé. De plus, évitez le port de bijoux (bagues, chaînes) qui pourraient être facilement égarés et de boucles d'oreilles (style anneaux) qui pourraient être accrochantes ou déchirer le lobe.

TRUCS POUR LA BOÎTE À LUNCH (lunch froid)

- Il existe une variété de **sacs et contenants de type « thermos »** pour les lunches qui conservent les aliments au frais. Ils sont préférables à des sacs de papier ou autre.
- Un **jus de fruits** dans un contenant de carton placé **au congélateur** pendant deux à trois heures est bien frais au dîner et sert à garder les aliments frais jusqu'à cette heure.
- Les aliments qui contiennent de la **mayonnaise doivent être gardés au frais.**
- Un **dîner**, à base de légume crus, un bon sandwich (différentes sortes de pain), du fromage, du jus et un dessert fournira à l'enfant l'énergie dont il a besoin.
- **Beaucoup de breuvage** élimine les risques de déshydratation.
- **Évitez les aliments à base d'arachides;** les allergies sont fréquentes.
- N'oublions pas que **le déjeuner est le repas le plus important** car notre estomac est vide au lever.
- **L'utilisation de contenants en plastique est recommandée**, car ceux en verre peuvent se briser plus facilement.
- **Les enfants doivent fournir leur lotion solaire** et les animateurs verront à ce que les enfants l'utilisent.



Horaire des camps de jour et service de garde

Le **service de garde** sera offert de **7 h à 9 h** et de **16 h à 17 h 30**.
Le **camp de jour** se déroulera de **9 h à 16 h**.

S9.1_Canevas Horaire été-Vierge