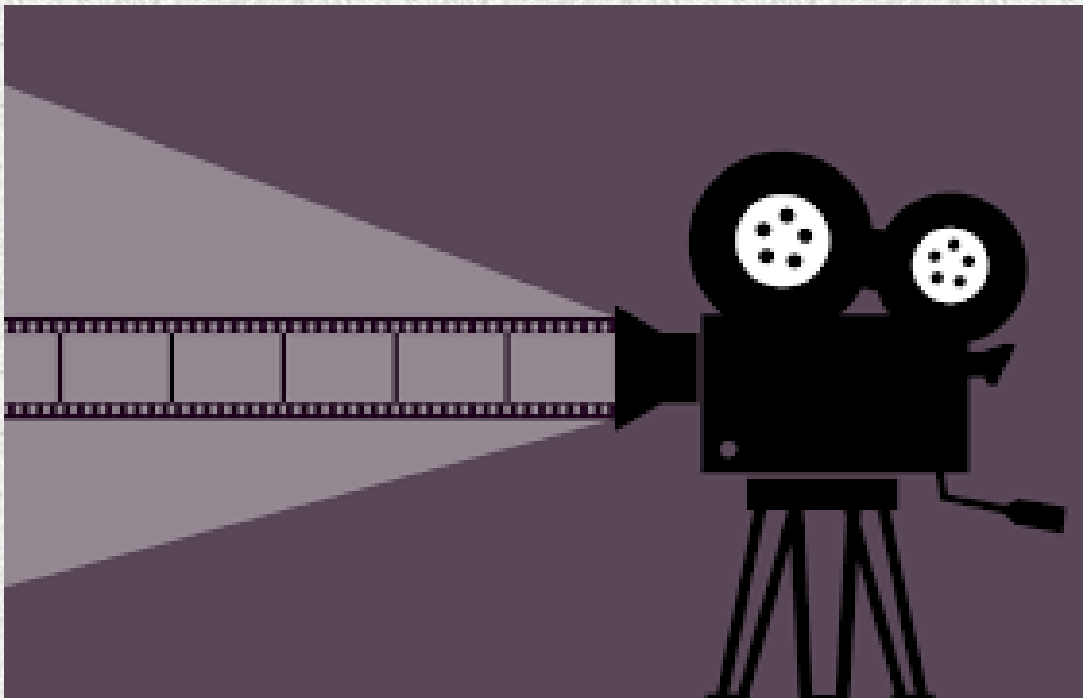


# GUIDE DU PARENT

## CAMP DE JOUR

### DE SUTTON

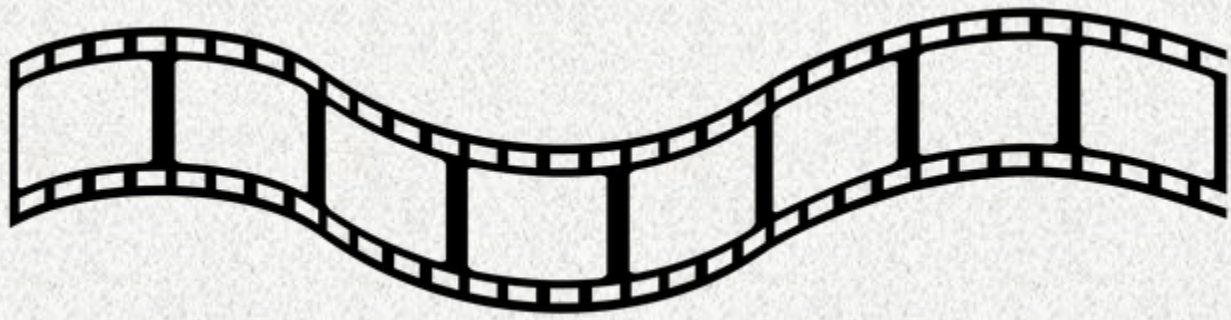


## ÉTÉ 2019



CAMP DE JOUR  
MUNICIPAL  
CONFORME

2019

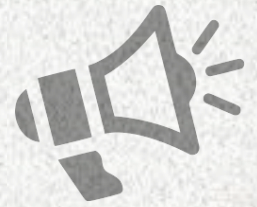


## Table des matières

Table des matières.....	2
Mot de la coordonnatrice .....	3
Lieu de rencontre .....	4
Mission, objectifs et saines habitudes de vie .....	5
Journée type au camp de jour et de sortie .....	6
Présences .....	6
La liste de matériel à apporter à tous les jours .....	7
Renforcement positif.....	7
Tenue vestimentaire.....	8
En cas de journée de pluie.....	8
Service de garde .....	9
Quelques règlements.....	9
Les sorties .....	10
Médicaments.....	10
Bicyclettes et planches à roulettes.....	10
Code de vie.....	11
Procédure des mesures disciplinaires.....	12
Communiqué important au sujet des allergies.....	13
Avertissement de la maladie de Lyme.....	14
Avertissement coup de chaleur et épuisement.....	15
Guide aux parents – Lunch et Collation .....	16
En cas de retard .....	17
Autorisation à arriver et/ou à partir seul.....	17
Formulaire de consentement.....	18
Autorisation de publication et d'utilisation de photos.....	18
Départ hâtif.....	19
Les sorties pour l'été 2019.....	20



# Mot de la coordonnatrice



Bonjour cher parent,

C'est avec grand plaisir que nous accueillons votre enfant au Camp de jour de Sutton pour l'été 2019. Afin que votre enfant vive un été mémorable rempli d'aventures et d'imaginaire, notre équipe d'animation dynamique mettra en place des activités palpitantes et diversifiées selon la thématique de la semaine. Votre enfant aura également la chance de participer à des sorties hebdomadaires tout au courant de l'été.

Toutefois, pour permettre à votre enfant de vivre son été à 100 %, une collaboration de votre part est requise. Pour ce faire, nous vous demandons de porter une attention particulière aux points suivants (**Nouveauté!**) :

- ❖ Consulter **entièrement** le présent *Guide du parent été 2019*.
- ❖ Respecter les heures d'arrivée et de départ du camp de jour
- ❖ Apporter le matériel nécessaire à tous les jours (voir page 8)
- ❖ Fournir un lunch **froid** et minimum deux (2) collations à tous les jours (voir page 17)
- ❖ Habiller votre enfant selon la température annoncée (chaud, frisquet, pluvieux, etc.)
- ❖ Attacher les cheveux de votre enfant en cas de cheveux longs (**cheveux en bas des épaules**) pour prévenir les épidémies de poux
- ❖ Pour les allergies graves, une seringue d'Épinéphrine (EPIPEN) est **obligatoire**, sinon l'enfant sera retourné à la maison.
- ❖ Prendre connaissance des règlements et du code de vie du camp de jour **avec votre enfant**
- ❖ Identifier les vêtements, sac à dos et boîte à lunch à votre enfant
- ❖ Signer la **politique de non-violence** (code de vie) du Camp de jour de Sutton

Pour mieux vous guider dans cette aventure estivale, nous vous invitons à prendre connaissance **des informations de la semaine** (sorties, programmations, principales consignes, etc.) directement à la **coordonnatrice** ou sur le **babillard** dans la grande salle (**Nouveauté!**).



## Lieu de rencontre

Le camp de jour se déroulera :

✓ De **9 h à 16 h** au **Parc Goyette-Hill** (91 rue Western)

**En cas de pluie**, les enfants seront également au **Parc Goyette-Hill** (91 rue Western), **à moins d'avis contraire**.

✓ Il y aura une affiche au parc en cas contraire.

Le service de garde est disponible :

✓ De **7 h 30-9 h** et de **16 h -17 h 30**.

### Nous vous invitons à prendre connaissance des informations suivantes :

Si vous avez des questions/commentaires ou vous devez signaler une **absence ou un retard** lors des journées de camp et de sorties, n'hésitez pas à communiquer **avec la coordonnatrice**,

Anne-Pier Malenfant au :

- ❖ (B) (450)-538-2231 #227 ou
- ❖ (C) (418) 297-8966.



# Mission, objectifs et saines habitudes de vie

La planification de l'été est basée sur la mission ainsi que les objectifs principaux du camp de jour afin de permettre le plein épanouissement de vos enfants tout en ayant beaucoup de plaisir.

## **MISSION**

Favoriser le développement social, moteur et cognitif des jeunes de 5 à 12 ans en leur permettant, dans un cadre sécuritaire, structuré et stimulant, de participer à des activités sportives et socioculturelles variées et dynamiques. Le tout à l'intérieur d'une expérience de groupe visant le respect de soi, des autres et de l'environnement, et ce, dans un contexte de vacances.

## **OBJECTIFS**

- Permettre à l'enfant de développer le respect de soi, son autonomie, l'esprit d'équipe, le respect d'autrui et de l'environnement dans une atmosphère de confiance et de paix.
- Permettre à l'enfant de développer des aspects de la vie de groupe tels que l'esprit sportif et la coopération.
- Permettre à l'enfant d'être stimulé par l'acquisition de connaissance dans diverses activités.
- Permettre à l'enfant de vivre une expérience où la joie, l'amusement et la fête caractérisent l'ambiance des vacances.
- Permettre à l'enfant de découvrir de nouvelles activités.
- Sensibiliser l'enfant à la pratique de loisirs sécuritaires.
- Contribuer au développement de la personnalité de l'enfant.

## **SAINES HABITUDES DE VIE**

- Activités WIXX et Tremplin Santé
- Ateliers de dégustation et de cuisine
- Et autres...



# Journée type au camp de jour et de sortie

## Journée régulière

7 h 30 à 9 h	Service de garde (ceux inscrits)
9 h à 9 h 15	Rassemblement + présence + Activité réveil
9 h 15 à 10 h	Activité I en groupe d'âge
10 h à 10 h 15	Collation et eau
10 h 15 à 11 h	Activité II en groupe d'âge
11 h à 11 h 50	Grand jeu
11 h 50 à 13 h	Dîner et eau + application crème solaire + jeux dans les modules
13 h à 13 h 30	Activité III en groupe d'âge
13 h 30 à 14 h 30	Piscine + sport (jeux)
14 h 30 à 14 h 45	Collation et eau
14 h 45 à 15 h 30	Piscine et/ou Activité III
15 h 30 à 16 h	Rassemblement (activité de départ) + départ
16 h à 17 h 30	Service de garde (ceux inscrits)

## Journée de sortie

Dès 7 h 30	Service de garde (ceux inscrits)
8 h 30	Arrivée des jeunes
9 h*	Départ du <u>Parc Goyette-Hill</u>
15 h 30*	Retour au <u>Parc Goyette-Hill</u>
16 h à 17 h 30	Service de garde (ceux inscrits)

**\*L'heure de départ et l'heure du retour peuvent venir à changer selon les sorties. À chaque lundi, les indications pour la journée de sortie seront disponibles pour vous. Il est de votre responsabilité de vous en informer auprès de la coordonnatrice ou sur le babillard dans la grande salle du camp de jour (Nouveauté!).**

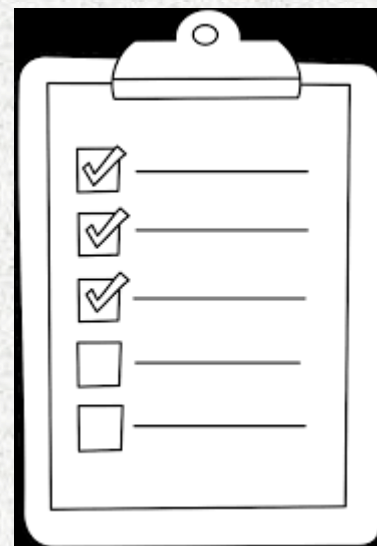
## Présences

En allant porter et chercher votre enfant, nous demandons que vous **signiez la feuille de présences** qui sera avec l'animateur.trice en charge de votre enfant durant le service de garde ou le camp de jour.



# La liste de matériel à apporter à tous les jours

- ↻ **BOUTEILLE D'EAU RÉUTILISABLE**
- ↻ Lunch froid
- ↻ Deux (2) collations
- ↻ Maillot de bain
- ↻ Serviette de plage
- ↻ Chapeau
- ↻ Souliers de sport
- ↻ **Vêtements de rechange (Nouveauté!)**
- ↻ Vêtements de pluie (selon la température annoncée)
- ↻ Crème solaire (minimum protection **FPS30** + protection contre **UVA et UVB**)
- ↻ Chasse-moustiques ([voir page 14 Avertissement Tiques](#))



## RAPPEL

Nous vous rappelons qu'il est fortement recommandé :

- Inclure des **ICE-PACKS** dans la boîte à lunch de votre enfant puisque nous n'avons pas de réfrigérateur
- Nous n'avons **pas de micro-ondes**, donc des **lunchs froids sont requis**
- **Identifiez** ce qui appartient à votre enfant
- Il est interdit d'apporter des jeux, des appareils électroniques ou de l'équipement sportif de la maison

## Renforcement positif

### **NOUVEAUTÉ!**

Les responsables du camp de jour ont instauré un système de renforcement positif pour l'été 2019. Il sera expliqué à votre enfant à chaque début de semaine. Pour avoir plus d'information à ce sujet, n'hésitez pas à communiquer avec la coordonnatrice.

# Tenue vestimentaire

Comme les enfants bougent beaucoup durant la journée, il est important qu'ils aient des vêtements confortables et adaptés selon la température annoncée et les activités quotidiennes.

Habillement fortement suggéré :

- ↪ Short ou pantalon sport
- ↪ T-shirt de **couleur pâle**
- ↪ Souliers de sport ou sandales de sport qui s'attachent
- ↪ Casquette ou chapeau (pour se protéger du soleil)



**\*Prévoir un kit de vêtements de rechange à chaque jour, principalement lors des journées pluvieuses (Nouveauté!).\***

Certains morceaux de vêtements sont interdits afin de prévenir les blessures et de favoriser la pratique sécuritaire d'activités sportives. Les morceaux de vêtements interdits sont :

- ∅ Sandales de type « Gougounes »
- ∅ Crocs
- ∅ Toutes les boucles d'oreilles pendantes
- ∅ Vêtements affichant des messages négatifs ou violents
- ∅ Gilets courts (type bedaine)
- ∅ Minishort ou mini-jupe (plus courte que la mi-cuisse)



## En cas de journée de pluie

Il se peut que votre enfant passe du temps à l'extérieur (**en cas de pluie fine**), c'est pourquoi il est nécessaire de prévoir son habillement en conséquence :

- ↪ Un imperméable
- ↪ Des bottes de pluie
- ↪ Un parapluie (facultatif)
- ↪ Une paire de bas de rechange

Prendre note : le sac à dos de votre enfant sera protégé de la pluie pendant les activités, mais ne le sera pas pendant les déplacements.

**En cas de pluie constante et sur une durée prolongée**, il est possible que le camp de jour ait lieu à un autre endroit qui vous sera communiqué en temps et lieu.



# Service de garde

Vous devez obligatoirement :

- ❖ Aller rencontrer, le matin et le soir, un des deux animateurs.trices responsables du service de garde afin de l'avertir de l'arrivée et du départ de votre enfant et ainsi **signer la feuille de présences**.

Lors d'une **journée régulière** :

- Si votre enfant **n'est pas inscrit** au service de garde et arrive avant 8 h 50 ou quitte après 16 h 10, sa surveillance n'est pas assurée par notre camp de jour.
- Si votre enfant **fréquente** le service de garde et qu'il arrive avant 7h30 ou quitte après 17 h 30, sa surveillance n'est pas assurée par notre camp de jour.
- Tous paiements à propos du camp de jour et du service de garde se font auprès de la coordonnatrice du camp de jour.

## **NOUVEAUTÉ!**

Certaines modifications ont été apportées concernant le service de garde :

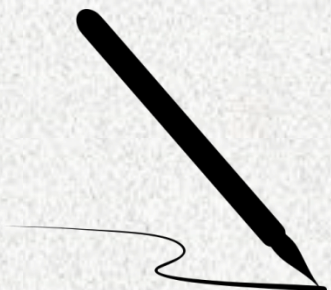
- ❖ Il y aura toujours deux (2) animateurs.trices lors des périodes de service de garde.
- ❖ Deux (2) animateurs.trices seront attitrés.ées au service de garde du matin et deux (2) au service de garde du soir. Il n'y aura donc pas de rotation, à moins d'exception.

## Quelques règlements

**Une autorisation écrite est nécessaire si :**

- ✓ Votre enfant doit quitter le camp de jour avant 16 h (exemple : rendez-vous)
- ✓ Une personne autre que celles autorisées à l'inscription doit venir chercher votre enfant en fin de journée

Nous avons des formulaires de « départs hâtifs » qui **doivent être remplis et signés** par le parent avant que nous puissions laisser partir l'enfant. Des copies du formulaire se trouvent à la page 18 de ce document.



# Les sorties

Le **départ** pour les sorties se fera à **8 h 30 ou à 9 h** **au parc Goyette-Hill**. Les enfants doivent être **présents 15 minutes à l'avance** pour s'assurer d'un départ à l'heure prévue. Ils seront de **retour au parc Goyette-Hill** pour 16 h, **sauf exception**. Les informations concernant les dates et la nature des sorties se trouvent à la fin de ce document et vous seront aussi **transmises** au début de chaque semaine **à votre demande**.

**En cas de pluie**, lors d'une journée de sortie **menant à l'annulation de l'activité**, nous enverrons un courriel à tous les parents à travers la plateforme Amilia. Pendant cette journée, le lieu, où les activités se dérouleront, vous sera communiqué également par courriel.

## Médicaments

### **NOUVEAUTÉ!**

Désormais, le camp de jour de la Ville de Sutton ne se tient plus responsable de distribuer des médicaments prescrits ou non. Cela signifie qu'**AUCUN** médicament ne doit être présent durant la période de camp de jour et de service de garde. **Seules les pompes d'asthme ainsi que les seringues d'Épinéphrine (EPIPEN) sont autorisées** sur le site du camp de jour et devront **être sur votre enfant en tout temps**.

## Bicyclettes et planches à roulettes

Si votre enfant vient au camp de jour en bicyclette ou avec une planche à roulettes, certaines consignes doivent être suivies pendant les heures du camp de jour. Ces consignes incluent :

- Toujours marcher à côté de sa bicyclette ou avoir sa planche à roulettes dans les mains lors des déplacements à l'intérieur du parc lorsque le camp de jour est présent.
- Porter **en tout temps** un casque, des protèges coudes et des protèges genoux pendant les activités qui nécessitent une planche à roulettes et/ou une bicyclette.
- Il est strictement interdit d'aller au *skate park* sans l'autorisation et la surveillance d'un animateur ou d'une animatrice.





# Code de vie

## **\*À communiquer à votre enfant!**

Maintenant que je suis inscrit.e au camp de jour et que je veux demeurer dans un environnement sain et sécuritaire, il est nécessaire que :

- ❖ Je porte des vêtements décents et adaptés aux activités pratiquées au camp (voir page 8)
- ❖ Je porte l'équipement de protection approprié
- ❖ J'apporte des collations et des repas (lunchs) sains et bons pour la santé (voir page 17)
- ❖ Je fasse preuve de respect envers toutes les personnes qui fréquentent le camp (amis, animateurs et coordonnatrice)
- ❖ Je fais attention au bien d'autrui
- ❖ Je sois poli.e et respectueux.euse avec les amis, les animateurs et la coordonnatrice
- ❖ Je favorise un climat d'intégration, d'appui mutuel et de solidarité
- ❖ J'écoute et respecte les consignes et les règlements de mon animateur et du camp de jour
- ❖ Je respecte et prenne soin du matériel du camp et de l'environnement
- ❖ Je ramasse mes déchets et les mette à la poubelle ou au recyclage
- ❖ Je ramasse mes effets personnels
- ❖ Je tiens les lieux propres, salubres et en bon état
- ❖ Je laisse mes jouets, mes appareils électroniques ou mon équipement sportif à la maison
- ❖ Je reste loin de la salle de rangement du matériel du camp de jour
- ❖ Je me mette de la crème solaire au début et au courant de la journée
- ❖ Je garde ma nourriture pour moi
- ❖ J'évite tous aliments pouvant contenir des noix ou des arachides (pains, beurre d'arachide, barres tendres, etc.)

## **Ce qui veut dire que les comportements suivants ne me sont pas tolérés :**

- ∅ Frapper les autres ou me battre
- ∅ Intimider
- ∅ Voler
- ∅ Dire des commentaires sexistes et racistes
- ∅ Avoir des comportements violents ou agressifs
- ∅ Briser volontairement du matériel et vandaliser le site ou les bâtiments
- ∅ Être arrogant envers les amis, les animateurs et la coordonnatrice
- ∅ Avoir toute attitude ou tout contact qui pourrait avoir une connotation sexuelle

# Procédure des mesures disciplinaires

## **\*En cas de mauvaise conduite et/ou de non-respect des règlements et du code de vie**

1. Avertissement verbal à l'enfant et avis aux parents du comportement inadéquat
2. Avertissement écrit envoyé aux parents et connu par l'enfant
3. Suspension de l'enfant pendant une journée et une rencontre (parents, enfant et responsables du camp de jour)
4. Suspension de l'enfant pendant plus d'une journée (nombre de journées déterminé par les responsables du camp de jour)
5. Renvoi de l'enfant du camp de jour sans remboursement

**\*Les responsables se réservent le droit de donner une conséquence à l'enfant, lors d'infraction jugée grave, sans suivre l'ordre de cette procédure en tenant compte de la gravité du geste posé par l'enfant.**

Je, \_\_\_\_\_, ai pris connaissance du code de vie du camp de jour de Sutton avec mon enfant. Je m'engage à ce que mon enfant respecte le code de vie mis en place en tout temps afin d'offrir un environnement sécuritaire et respectueux pour tous les utilisateurs du service. J'accepte que les responsables du camp de jour appliquent les mesures disciplinaires advenant le cas d'une mauvaise conduite.

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_

Nom du parent : \_\_\_\_\_

Signature du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_ Date : \_\_\_\_\_



# Communiqué important au sujet des allergies

Cher parent,

Nous tenons à vous aviser de notre volonté de se conformer aux recommandations médicales concernant les allergies aux arachides, aux noix et autres aliments.

Les réactions allergiques aux arachides, aux noix, aux œufs ou au lait sont très graves. Une personne allergique à ces aliments réagit **en les consommant**, mais elle peut **également réagir au toucher et à l'odeur** de ces aliments. Les réactions allergiques suite à l'ingestion d'un tel aliment surviennent rapidement, en quelques minutes, et se manifestent par de l'œdème au visage et par des difficultés respiratoires et, si la réaction est très importante, se traduit par un choc anaphylactique. L'enfant peut avoir la gorge contractée, être en état de choc et tomber inconscient. **Les conséquences de telles réactions peuvent être fatales pour l'enfant.**

Vous comprendrez que pour assurer la sécurité de ces enfants, il faut prévenir les manifestations allergiques liées à la nourriture. C'est dans ce sens que nous sollicitons votre collaboration dans la préparation des collations et des dîners de vos enfants. **Il faut éviter d'inclure des aliments contenant des arachides, du beurre d'arachide, de l'huile d'arachide et diverses sortes de noix.**

Par cette mesure, nous voulons avant tout procurer un **environnement sécuritaire** à ces enfants. **SVP n'incluez AUCUN aliment à risque d'allergie** dans la boîte à lunch de votre enfant. De plus, veuillez noter qu'**aucun échange de nourriture entre les enfants ne sera toléré. Avec votre collaboration** nous y parviendrons.

**Pour les enfants qui sont allergiques, une seringue d'Épinéphrine (EPIPEN) est obligatoire, sinon l'enfant sera retourné à la maison.**

**Nous vous remercions de votre collaboration.**

*Anne-Pier Malenfant et son équipe  
Coordonnatrice du camp de jour de Sutton*



# Avertissement de la maladie de Lyme

La présence de tiques pouvant transmettre la maladie de Lyme a été documentée dans plusieurs régions du Québec, dont la nôtre, et le nombre de cas augmente année après année. Les personnes faisant des activités à l'extérieur (randonnée, jardinage, camping, etc.), et pouvant être en contact avec la végétation (forêts, boisés et hautes herbes), risquent davantage d'être exposées aux tiques.

Les employés du camp de jour de Sutton s'assureront que le chasse-moustique est appliqué lorsqu'il est fourni et mis dans le sac à dos de l'enfant par le parent. Les employés du camp de jour de Sutton signaleront au parent les signes et symptômes d'un enfant qui pourrait avoir été piqué par une tique. Les employés du camp de jour ne retireront aucune tique sur un enfant. Dans le cas où une tique est trouvée sur un enfant, le parent-contact sera appelé immédiatement.

## Comment bien se protéger?

- Demeurer dans les sentiers et éviter de frôler la végétation lors de vos activités à l'extérieur.
- Appliquer un chasse-moustiques à base de DEET ou d'icaridine (ex. : Watkins enfants, Off!, Muskol, etc.)
- Porter un chapeau, des souliers fermés, des vêtements de couleur pâle qui couvrent la peau et mettre vos chaussettes par-dessus les pantalons ainsi que votre chandail dans votre pantalon.
- Prendre une douche après l'activité, examiner votre corps et vos vêtements et retirer les tiques.
- Mettre les vêtements dans la sècheuse à température élevée pour 10 minutes ou laver-les à l'eau chaude.

## Description de la tique

La tique qui transmet la maladie de Lyme est connue sous les noms de « tique du chevreuil » et de « tique à pattes noires ». Elle vit plus particulièrement dans les forêts, les boisés et les herbes hautes.

La tique se nourrit du sang des animaux ou des humains. Avant qu'elle se nourrisse, sa taille peut varier entre 1 et 3 millimètres. La tique peut tripler de volume lorsqu'elle est remplie de sang, ce qui permet de la repérer plus facilement en cas de piqûre. Les piqûres des tiques sont généralement sans douleur et passent souvent inaperçues.

## Que faire en cas de piqûre?

En cas de piqûre, appeler Info-Santé au 8-1-1 et retirer la tique. Plus elle est enlevée rapidement, plus les risques de transmission de la maladie sont réduits. Utiliser une pince fine, comme une pince à sourcils. Éviter d'utiliser vos doigts ou vos ongles, car vous pourriez écraser la tique et favoriser la transmission de la bactérie responsable de la maladie.

Dans certains cas, on suggère un traitement préventif aux antibiotiques. Renseignez-vous auprès d'Info-Santé à savoir si vous êtes admissible : on vous redirigera vers votre pharmacien, votre infirmière en GMF ou votre médecin de famille au besoin.

Pour plus d'informations : [www.santeestrie.qc.ca/lyme](http://www.santeestrie.qc.ca/lyme)





# Avertissement coup de chaleur et épuisement

## **ÉPUISEMENT DÛ À LA CHALEUR (selon [www.brunet.ca](http://www.brunet.ca))**

### Comment le reconnaître ?

Habituellement bénin, l'épuisement dû à la chaleur se traduit par des symptômes tels que :

- un sentiment de fatigue;
- des nausées;
- des étourdissements;
- des maux de tête;
- des bouffées de chaleur;
- de la transpiration;
- un sentiment de faiblesse.

Ces symptômes sont habituellement de courte durée si les mesures de soulagement nécessaires sont appliquées.

### Comment réagir ?

En cas d'épuisement dû à la chaleur, la personne atteinte devrait se reposer dans un endroit frais pendant plusieurs heures. Elle devrait également se rafraîchir à l'aide de compresses humides, d'une douche fraîche ou d'un vaporisateur d'eau. Le plus important est de boire beaucoup (idéalement de l'eau), même si la sensation de soif n'est pas présente.

## **COUP DE CHALEUR (selon [www.brunet.ca](http://www.brunet.ca))**

### Comment le reconnaître ?

Lors d'un coup de chaleur, le corps perd sa capacité à contrôler sa température. On peut donc expérimenter les symptômes suivants :

- fièvre supérieure à 40 °C;
- absence de transpiration;
- confusion, agressivité, délire;
- pouls rapide et faible;
- respiration rapide;
- peau rouge, chaude et sèche;
- perte de conscience;
- convulsions.

Contrairement à l'épuisement dû à la chaleur, le coup de chaleur, qu'on appelle parfois « insolation » ou « fièvre thermique », est un cas d'urgence médicale.

### Comment réagir ?

Non traité, le coup de chaleur peut entraîner des dommages graves au cerveau et même mener à la mort. Il est donc primordial de se rendre aux urgences. En attendant l'arrivée des secours, amenez la personne atteinte dans un endroit frais, à l'intérieur, ou à l'ombre si vous êtes à l'extérieur, puis retirez-lui ses vêtements. Si elle est consciente, vous pouvez lui faire boire des liquides froids. Rafraîchissez-la à l'aide de compresses humides et gardez l'endroit aéré à l'aide d'un ventilateur, si possible. En cas de vomissements, tournez-la sur le côté.

# Guide aux parents – Lunch et Collation

Par les nutritionnistes santé publique du CIUSSS Estrie-CHUS, mars 2018

## Une boîte à lunch appétissante et nutritive

Le camp de jour offre aux jeunes un environnement qui leur permet d'adopter de bonnes habitudes alimentaires. Les jeunes sont encouragés à apporter une boîte à lunch nutritive et variée. Pour composer un lunch équilibré, il suffit d'y ajouter des aliments appartenant à chacun des quatre groupes du Guide alimentaire canadien.

### **Voici quelques idées savoureuses :**

- Wrap au poulet + carottes et céleri en bâtonnets + cubes de fromage + melon d'eau
- Pointes de pita + hummus + œuf cuit dur + poivrons en lanières + yogourt + raisins
- Salade de pâtes aux légumes et au thon + concombres en tranches + yogourt à boire + compote de pomme

## Une belle ambiance

Au camp de jour, les repas sont consommés dans une atmosphère agréable et sur une période de temps adéquate. Les animateurs encouragent les enfants à manger, sans les forcer, en jouant un rôle de modèle.

## Quelques consignes à respecter

- Le lunch froid devrait être priorisé, car aucun four à micro-ondes n'est disponible. Le thermos est cependant accepté.
- Comme aucune réfrigération n'est offerte, il est nécessaire d'insérer un *ICE PACK* dans la boîte à lunch ou de congeler une petite boîte de jus à l'avance.
- Aucun contenant de verre n'est permis.

## Des collations nutritives

Les enfants ont de grands besoins en énergie. Il est donc suggéré de mettre deux collations dans la boîte à lunch (avant-midi et après-midi).

Exemples; fruit, compote, fromage, yogourt, muffin ou biscuit maison, biscotte, crudités, yogourt à boire.

## Bien s'hydrater cet été

Pour profiter des activités de la journée, les enfants ont besoin de bien s'hydrater. Les boissons sont donc des incontournables à placer dans la boîte à lunch. On priorise l'eau, mais on peut aussi ajouter des petits contenants de jus de fruits 100 % pur, de jus de légumes, de lait ou de boisson de soya.

## Prudence avec les allergies alimentaires

Plusieurs jeunes sont allergiques à des aliments, principalement aux arachides et noix. Afin de réduire les risques d'exposition accidentelle, nous demandons aux familles d'éviter d'apporter aux camps de jour tout produit mentionnant les arachides ou les noix dans la liste d'ingrédients.

*Pour des idées de recettes saines et autres trucs pour la boîte à lunch :*  
[www.tremplinsante.ca/recettes](http://www.tremplinsante.ca/recettes)



# En cas de retard

**ATTENTION !** Vous êtes arrivés en retard de \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_  
lorsque vous êtes venus chercher votre enfant \_\_\_\_\_.



Nous demandons votre collaboration à être ponctuel lorsque vous venez chercher votre enfant. De plus, nous vous avertissons qu'à partir de l'été 2020 des coûts seront appliqués en cas de retard.

## Autorisation à arriver et/ou à partir seul

Arriver seul au camp de jour

Camp de jour Sutton Été 2019

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

J'autorise mon enfant à arriver seul au camp de jour (cochez) :

- Oui  
 Non

Partir seul du camp de jour

Camp de jour Sutton Été 2019

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

J'autorise mon enfant à partir seul du camp de jour (cochez) :

- Oui  
 Non

Nom du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Signature du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_





## Formulaire de consentement

### Autorisation de publication et d'utilisation de photos

Par la présente, j'autorise la Ville de Sutton à utiliser le portrait, l'image visuellement photographiée ou le film de \_\_\_\_\_ (nom de l'enfant)

prises dans le cadre des activités du camp de jour pour la constitution d'une banque d'images. Celle-ci est constituée pour des fins spécifiques d'utilisation et de publication dans des documents imprimés ou électroniques, livres, dépliants, documents corporatifs, outils de promotion, revues, bulletins, site Web et autres documents de même nature produits par la Ville, et ce, d'année en année, dans un cadre professionnel.

Le/la soussigné.e reconnaît le droit pour la Ville de Sutton de procéder, sans indemnité, à l'utilisation et à la publication d'images dans les documents décrits au paragraphe précédent. Le/la soussigné.e exonère la Ville de Sutton de toute réclamation pouvant résulter de l'utilisation ou de la publication par quiconque, y compris des tiers, de l'image visuelle.

J'ai lu et compris le présent formulaire de consentement ainsi que les modalités qui y sont prévues avant de le signer et je déclare être le parent ou le tuteur légal du mineur nommé ci-dessus et être autorisé à signer ce formulaire. J'ai lu et compris toutes les implications et consens à l'utilisation des photographies basée sur le contenu de ce formulaire.

Nom du parent/tuteur légal : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

**Signature du parent/tuteur légal :** \_\_\_\_\_



# Départ hâtif

Départ hâtif

Camp de jour Sutton Été 2019

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

Date du départ hâtif : \_\_\_\_\_ Heure du départ hâtif : \_\_\_\_\_

Mon enfant quittera (cochez) :

- Seul
- Accompagné.e d'un parent ou autre personne autorisée

Préciser : \_\_\_\_\_

Signature du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_



Départ hâtif

Camp de jour Sutton Été 2019

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

Date du départ hâtif : \_\_\_\_\_ Heure du départ hâtif : \_\_\_\_\_

Mon enfant quittera (cochez) :

- Seul
- Accompagné.e d'un parent ou autre personne autorisée

Préciser : \_\_\_\_\_

Signature du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_



Départ hâtif

Camp de jour Sutton Été 2019

Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_ Groupe : \_\_\_\_\_

Date du départ hâtif : \_\_\_\_\_ Heure du départ hâtif : \_\_\_\_\_

Mon enfant quittera (cochez) :

- Seul
- Accompagné.e d'un parent ou autre personne autorisée

Préciser : \_\_\_\_\_

Signature du parent ou tuteur : \_\_\_\_\_





# Les sorties pour l'été 2019

À l'affiche au cinéma :

Date de la sortie	Thème	Activité
Semaine 1 — mercredi 26 juin	Un voyage au pays imaginaire	Centre de la nature de Cowansville
Semaine 2 — jeudi 4 juillet	Jumanji : Bienvenue au PENS	Activité au PENS (Parc d'Environnement Naturel de Sutton)
Semaine 3 — mercredi 10 juillet	Kuzco, l'empereur de Sutton	Alpagas Sutton (AM)
Semaine 4 — mercredi 17 juillet	Le mystère du PNY	Plage du Parc National de la Yamaska
Semaine 5 — mercredi 24 juillet	Les XII travaux de Goyette-Hill	Expo agricole de St- Hyacinthe
Semaine 6 — mercredi 31 juillet	Les Rois de la glisse	Glissade d'eau Bromont
Semaine 7 — mercredi 7 août	Madagascar : La découverte de l'Ouest	Zoo de Granby
Semaine 8 — vendredi 16 août	C'est la fête!	FÊTE DE FIN D'ÉTÉ au parc Goyette-Hill