

## Programme estival édition 2021

### **INSCRIPTIONS 2021**

***Les inscriptions débutent dès maintenant***

## **Cette année, nous sommes de retour au Programme Estival de la Maison de l'Espoir du Saguenay - Lac-Saint-Jean.**

Le programme estival offre la possibilité de vivre de nouvelles expériences enrichissantes et donne l'occasion aux jeunes de passer 6 jours en hébergement, encadrés par une équipe d'intervenants diplômés désirant leur faire vivre de belles aventures. À chaque thématique, les jeunes auront l'occasion de se dépasser à travers de nouvelles expériences telles que le sport, la cuisine, le plein air, etc. Ce programme s'adresse aux garçons de 12 à 17 ans voulant vivre de nouvelles expériences.

Le programme est offert au coût de 125 \$ pour une semaine ; 250 \$ pour 2 semaines ; 325 \$ pour 3 semaines ; 425 \$ pour 4 semaines et 525 \$ pour 5 semaines incluant l'hébergement, la nourriture et toutes les activités.

Des frais de 35 \$, non remboursables, sont applicables afin de confirmer votre inscription.

**Pour visionner la vidéo promotionnelle de l'été 2021 :** <https://www.youtube.com/watch?v=effejAL-dTQ>

- Développer de saines habitudes de vie.
- Vivre des expériences positives et des réussites.
- Apprendre à mieux se connaître.
- Développer des stratégies pour faire face à des difficultés.
- Initier le jeune au sport et à l'activité physique au quotidien.
- Acquérir des habiletés sociales.

## **Ateliers de cheminement**

Chaque jour, les jeunes participent à des ateliers leur permettant de développer de nouvelles compétences et de s'outiller par rapport au thème de la semaine.

## **Ateliers de parents**

Chaque semaine, une intervenante de l'association de parents d'ados du fjord propose un atelier en lien avec le thème de la semaine. Les jeunes y assistent accompagnés de leurs parents.

## **Activités plein air**

Nous proposons pour chaque thème, une activité plein air (ex. kayak, équitation, arbre en arbre, etc.). Les jeunes devront ainsi mettre en application ce qu'ils ont appris durant la semaine tout en s'amusant.

## **Nécessaire à apporter pour un séjour au Programme Estival**

### **Vêtements:**

- Pantalon, shorts, t-shirts, chandail à manches longues etc.
- Sous-vêtements
- Vêtements de sport
- Veste d'extérieur pour le temps frais
- Costume de bain (obligatoire)
- Espadrilles (obligatoire)

### **Produits d'hygiène:**

- Débarbouillettes/serviettes de bain
- Savon et shampoing
- Brosse à dent et dentifrice
- Antisudorifique en bâton (obligatoire)
- Huile à mouche (recommandé)
- Crème solaire
- Rasoir (facultatif)
- Crème à main (recommandé)

**Pharmacie:**

- Médication (TDAH, allergies, asthme, etc.)
- Tylenol, advil, etc.
- Carte d'assurance maladie (**obligatoire**)

**Matériel obligatoire:**

- Sac à dos
- Bouteille d'eau réutilisable

**Objets facultatifs:**

- Réveil matin (uniquement pour voir l'heure)
- MP3 avec écouteurs (**PAS DE IPOD TOUCH**)
- Lunettes de soleil
- Casquettes
- Pantouffles

**Pour les fumeurs:**

- Cigarette (à fournir si le parent signe le consentement)

\*Veillez vous rendre sur l'onglet « Programme estival - inscription » à partir d'un ordinateur afin de compléter le formulaire d'inscription.

