

# Trousse camp de jour 2021



## INFORMATIONS GÉNÉRALES POUR PASSER UN ÉTÉ GÉNIAL AU CAMP CAMO

### *Lettre de bienvenue*

Chers Parents,

Ce document présente tous les renseignements importants pour le passage au camp de jour CAMO plongeon. Suivez ce document à la lettre et soyez assuré que votre enfant passera un été mémorable!

Il est suggéré de garder ce document à portée de main à titre consultatif. Vous y trouverez tout ce qu'il faut : les procédures du fonctionnement général du camp, les mesures COVID-19, la liste du matériel, les procédures disciplinaires, ainsi que l'horaire hebdomadaire.

Si vous avez besoin de plus amples renseignements après la lecture de la trousse, vous pouvez toujours me rejoindre par courriel [lmolnar@camoplungeon.com](mailto:lmolnar@camoplungeon.com) ou par téléphone au bureau du club, 514 872-1838.

Merci d'avoir choisi le club de plongeon CAMO dans la planification de vos activités estivales!

Au plaisir,

Leila Molnar  
Coordonnatrice des Camps de Jour  
Plongeon Camo  
514-872-1838  
[lmolnar@camoplungeon.com](mailto:lmolnar@camoplungeon.com)

# Fonctionnement technique

## ARRIVÉES ET DÉPARTS

Les activités du camp de jour commencent à 9h00 et terminent à 16h00. Quant à lui, le service de garde ouvre à 7h30 le matin et termine à 18h le soir. Merci d'amener vos enfants à l'heure, afin d'assurer un déroulement efficace des activités.

Les parents ne peuvent entrer dans le complexe sportif Claude-Robillard (CSCR).

L'arrivée et le départ se fait au lieu du service de garde extérieur du camp au complexe sportif Claude-Robillard. La **terrasse extérieure Sud-Ouest** est notre lieu assigné.

Pour y accéder : La terrasse du 2<sup>e</sup> extérieur sud se trouve du côté des stationnements. En regardant le CSCR, vous prenez l'escalier bétonné à droite et nos moniteurs vous attendront à cet endroit.

**En cas de pluie** : un animateur avec le chandail rouge du camp vous attendra à la porte sud au 1<sup>er</sup> étage (côté stationnement) du CSCR pour accompagner/ramener l'enfant au service de garde intérieur du club.

Pour les arrivées tardives, merci de nous appeler au bureau du club 514-872-1838 pour qu'un employé vienne chercher votre enfant à la porte extérieur sud du CSCR.

Pour les départs hâtifs, il est essentiel de mentionner à l'animateur en charge que vous êtes venu chercher votre enfant.

Pour un départ avec une personne autre que le titulaire de l'enfant, il faut que le parent ait préalablement signé **une décharge**, sans quoi nous devons procéder à de plus amples vérifications avant de laisser partir votre enfant.

**Pour les départs après 18h (retard)** : Il y a des frais de 10\$ par tranches de 10 minutes après 18h. Les parents doivent payer le montant en argent comptant et directement à l'entraîneur présent.

## COVID-19

Le club de plongeon CAMO et la ville de Montréal travaille de concert avec l'association des camps du Québec, afin d'assurer un été plaisant et sécuritaire pour les enfants.

Les quatres directives principales sont les suivantes

- **Distanciation physique** : entre les groupes-bulles et entre les enfants et les animateurs. Les enfants d'un même groupe-bulle n'ont pas de distanciation à respecter.
- **Activités extérieures** : Privilégier les sites extérieurs pour la programmation d'activités et limiter l'utilisation des locaux intérieurs en cas d'intempéries
- **Limitation des contacts physiques** : Réduire au minimum les contacts directs et indirects entre les individus notamment en programmant des activités et des jeux limitant le partage de matériel non désinfecté entre les participants
- **Mesures d'hygiène** : Appliquer et faire respecter rigoureusement les règles sanitaires dont le nettoyage et la désinfection des locaux et du matériel, de l'ameublement et des installations sanitaires et les routines d'hygiène individuelle, dont le lavage des mains des participants et du personnel.

## Port du masque

Jusqu'à nouvel ordre : TOUS LES ENFANTS de 10 ans et + doivent avoir un masque pour entrer sur la piscine.

Pour les activités de camp de jour hors piscine, c'est l'infographie suivante qui prime.

VERT	JAUNE	ORANGE	ROUGE
<b>CAMP DE JOUR</b> <b>Participants</b> Aucun couvre-visage pour les participants  <b>Employés</b> Le port du masque de procédure est obligatoire lorsque la distanciation physique ne peut pas être respecté (intérieur et extérieur)	<b>CAMP DE JOUR</b> <b>Participants</b> Couvre-visage obligatoire à l'intérieur pour les participants ayant complété leur 5 <sup>e</sup> année du primaire et plus.  <b>Employés</b> Le port du masque de procédure est obligatoire lorsque la distanciation physique ne peut pas être respecté (à l'intérieur et l'extérieur)	<b>CAMP DE JOUR</b> <b>Participants</b> Couvre-visage obligatoire à l'intérieur en tout temps pour tous les participants ayant complété leur 1 <sup>re</sup> année du primaire et plus (les élèves de la maternelle sont exemptés). Couvre-visage obligatoire pour tous les participants d'âge scolaire dans le transport.  <b>Employés</b> Le port du masque de procédure est obligatoire à l'intérieur en tout temps. À l'extérieur, il est obligatoire seulement lorsque la distanciation physique ne peut pas être respecté.	

## ***État de santé***

Suivre le protocole du club de plongeon CAMO joint au même courriel que la trousse des parents. Les enfants qui manifestent des symptômes de la COVID-19 ne seront pas acceptés au début de la journée, et si un cas est soupçonné au courant de la journée, l'enfant sera en isolement jusqu'à votre arrivée.

## Exclusions

### Les Participants suivants sont exclus des activités de CAMO plongeon :

- Les athlètes, entraîneurs ou membre de leur ménage qui ont testé positif à la COVID-19 et sont encore en quarantaine.
- Les athlètes, entraîneurs ou membres de leur ménage ayant manifesté **UN** des symptômes du groupe A ou à **DEUX** ou plus des critères du groupe B 14 jours précédents l'entraînement.
- Les athlètes, entraîneurs ou membres de leur ménage qui ont été en contact avec une personne positive à la COVID-19 ou présentant **UN** des symptômes du groupe A ou à **DEUX** ou plus des critères du groupe B 14 jours avant l'entraînement.
- Les athlètes, entraîneurs ou membres de leur ménage qui ont voyagé ou ont fait escale à l'extérieur du Canada, dans les 14 jours précédents l'entraînement.
- Les athlètes ou entraîneurs qui sont requis par la santé publique d'effectuer une quarantaine ou qui sont en attente d'un résultat de test COVID-19.
- Les athlètes qui n'auront pas signé le formulaire « reconnaissance des risques et acceptation du protocole » de Plongeon Québec
- Les athlètes et entraîneurs qui ne se conforment pas au protocole.

## ALLERGIES, MALADIES, MALADIES CONTAGIEUSES ET MÉDICAMENTS

Les animateurs sont informés des conditions inscrites sur leur fiche médicale que vous avez remplie en ligne sur la plateforme AMILIA. Si vous ne l'avez pas fait, veuillez s'il vous plaît en aviser les animateurs dès leur arrivée à la première journée au camp.

En raison des allergies alimentaires, veuillez s'il vous plaît bannir tout produit d'**arachide** des boîtes à lunch.

Pour les enfants qui ont besoin d'un ÉPIPEN, veuillez toujours s'assurer qu'elle soit en leur possession.

Si votre enfant doit **prendre un médicament**, qu'il nécessite ou non l'aide de l'animateur, veuillez s'il vous plaît l'en aviser dès son arrivée à sa première journée et **remplir la fiche « médicament »**.

Les enfants ayant une condition qui peut être contagieuse (fièvre, varicelle, nausées, maux de ventre importants, poux) doivent rester à la maison jusqu'au contrôle de cette condition.

# Matériel

## QUOI APPORTER?

- Tenue sportive et appropriée pour la température
- Le port du t-shirt du camp est obligatoire à tous les jours (celui-ci vous sera remis gratuitement la première journée de la première semaine où votre enfant est inscrit au camp). Vous pouvez vous procurer des T-shirts supplémentaires au coût de 20\$.
- Souliers de course obligatoires (pas de sandales!)
- Chapeau/Casquette nécessaire à tous les jours
- Crème solaire
- Bouteille d'eau
- Maillot 1 pièce
- Minimum 2 serviettes par jour
- Un Lunch froid avec minimum 2 collations (pas d'accès micro-ondes)
- MASQUE : 1 masque de rechange dans un sac ziploc et un sac ziploc supplémentaire pour ranger le masque souillé (pour les enfants de 10 ans et +) est nécessaire pour l'entrée sur la piscine.

## MATÉRIEL PROHIBÉ

- Cadenas
- Téléphones cellulaires
- Ipad/Ipod/Jeux vidéos
- Jeux, jouets et objets à collectionner qui viennent de la maison
- Tous les objets de valeur

## OBJETS VOLÉS / PERDUS

Nous ne sommes pas responsables des objets perdus ou volés. Cependant, nous tiendrons une boîte d'objets perdus en tout temps à l'entrée des salles du camp.

# Intervention et discipline

## LES 10 COMMANDEMENTS DU CAMP

- 1er. J'écoute et reste silencieux quand les animateurs parlent
- 2e. Je jette mes déchets dans la poubelle après avoir mangé
- 3e. J'apporte tout mon équipement du parfait campeur CAMO plongeur
- 4e. J'accepte tous les amis qui veulent jouer avec moi
- 5e. J'utilise le matériel adéquatement et le partage avec tous les amis
  - a. 2020-2021 : pas de partage de matériel entre les participants
- 6e. Je range mon matériel à la bonne place quand j'ai fini de l'utiliser
- 7e. Je ne pars pas sans dire bye à mon animateur
- 8e. Je vais aux toilettes 2 par 2 après avoir demandé la permission
- 9e. Je n'ai pas recours à la violence physique ou verbale
- 10e. Je m'amuse et fais de mon mieux dans toutes les activités !

## MESURES DISCIPLINAIRES

Si un enfant a des problèmes de comportements qui empêchent le bon fonctionnement du camp et qui ne respectent ni les règlements ni les valeurs du club de plongeur CAMO, les parents en seront avertis.

Aucune violence verbale, physique ou acte qui compromet la sécurité des participants ne sera toléré. Ces actes peuvent mener à des sanctions telles que la suspension à une activité, une suspension journalière ou à un renvoi du camp.

Si les problèmes de comportement sont récurrents, l'enfant sera suivi par la coordonnatrice des camps à l'aide d'une feuille de route.

# Horaire Type

		Lundi	Mercredi	Vendredi		Mardi	Jeudi
Lieux		Service de Garde : 7h30-9h00				Service de Garde : 7h30-9h00	
plage	<b>Bloc 1</b> 9h00-10h00	Accueil, jeux de connaissance, règles du groupe, chanson du camp,	Ateliers sur le thème technique de la semaine	Ateliers sur le thème technique de la semaine	Collation, transition, déplacement 9h00-9h30		
	Échauffement				<b>Bloc 2 :</b> 9h30 - Plongeon	Entraînement de plongeon en fonction du niveau et groupe d'âge	
	Collation, transition, déplacement 10h00-10h30			Dîner, temps calme et jeux en cercle 11h00-12h30			
Terrain synthétique	<b>Bloc 2 :</b> 10h30-11h30	Ateliers sur le thème technique de la semaine	Expression corporelle	Grand jeu thématique	<b>Bloc 3 :</b> 12h30- Jeux sportifs	Acrobaties	Olympiades et athlétisme
	Habiletés de plongeon : Circuit, Jeux, Concours						
	Dîner et temps calme 11h30-12h30			Collation, transition, déplacement 13h30-14h00			
Terrain baseball	<b>Bloc 3 :</b> 12h30-13h30	Sport collectif	Jeux d'équipe sans matériel	Grand jeu thématique (suite)	<b>Bloc 4</b> 14h00-15h30 Plongeon	Entraînement de plongeon en fonction du niveau et groupe d'âge	
	Jeux sportifs						
	Collation, transition, déplacement 13h30-14h00			Service de Garde : 16h00-18h00			
Piscine	<b>Bloc 4</b> 14h00- Plongeon	Entraînement de plongeon en fonction du niveau et groupe d'âge		Jeux de plongeon liés au grand jeu et Entraînement			
	Service de Garde : 16h00-18h00						