

# Cap sur le Périgord vert



**En formule pension complète (4 repas)**

**Du 02/08 au 11/08/2026**

# Situation géographique du centre



Le petit village de Lanouaille est situé au nord-ouest du département de la Dordogne, aux portes du Limousin, en Périgord Vert.

La base de loisirs de Rouffiac est implantée sur la commune. Véritable havre de paix, au cœur d'un parc voisé de 100 ha, en bordure de l'un des plus grands points d'eau du Périgord (44ha).

Propriété du Conseil Départemental, la base est un lieu vraiment singulier qui regroupe une multitude d'activités de loisirs, de détente et sportives. Ici, tout est à portée de main : dépaysement et activités sont tous à foison !

# Le transport



Sur place, le jour du départ, **notre équipe d'animation accueille les participants et parents**. Présente 30 minutes avant chaque départ, elle se met entièrement à disposition de tous. C'est aussi l'occasion de **rencontrer l'assistant(e) sanitaire** - référent(e) du suivi des traitements et chargé(e) de la délivrance des médicaments sur le séjour – en lui remettant les prescriptions médicales et en lui donnant les consignes et conseils afin que le suivi de l'enfant se déroule au mieux.

**Quelques jours avant le départ, nous envoyons à toutes les collectivités et référents les coordonnées du chef de convoi et du directeur du séjour.** Cela vous permet d'être en contact permanent avec le groupe.

Notons que nous mettons également en place **une astreinte téléphonique** (directement avec un salarié permanent au siège ou avec le directeur relais) afin de répondre à toutes vos interrogations, et ce durant la totalité du séjour.

- **Voyage car grand tourisme avec télévision, climatisation, WC...**
- **Voyage de nuit**
- **Au départ de votre ville**
- **Une astreinte téléphonique 24h/24h et 7j/7j**

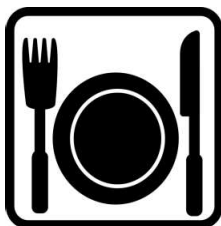
# Le séjour... en un coup d'œil



- Centre refait à neuf en 2022
- Structure en plein cœur d'un écrin de verdure



- Chambres de 2 à 4 lits avec sanitaires complets privatifs (lavabo + toilette + douche)



- Cuisine soignée, variée et diversifiée. Tout est préparé sur place par un chef cuisinier.
- Repas servis à table
- Dégustation d'au moins une spécialité locale.
- Régimes alimentaires respectés.



- Sanitaires complets privatifs dans toutes les chambres
- Toilettes également à proximité immédiate des chambres et espaces de vie commun



- Kayak
- VTT
- Paddle
- Accroranche
- Escalade
- Téléski nautique
- Course d'orientation
- Visite du site de Lascaux
- Baignade dans le lac
- Randonnées pédestres



- 3 salles d'activités équipées (wifi, vidéoprojecteur...)
- Vastes espaces extérieurs sécurisés

# Le centre



Le centre est flambant neuf (rénovation totale en 2022) et situé en plein cœur d'un écrin de verdure et des activités sportives. Entouré de 100 ha de parc boisé, en bordure de l'un des plus grands plans d'eau du Périgord, la structure d'hébergement dispose d'une capacité d'accueil de 122 places (centre en dur seul).

Les lieux sont réputés pour la pratique du télésiège, c'est d'ailleurs l'un des mieux équipés de France, et attirent régulièrement des stages de haut niveau et des compétitions régionales ou nationales. La base de loisirs est reconnue pour son identité sportive, les lieux d'activités étant judicieusement répartis dans la forêt, toujours à proximité de l'eau.

Les chambres sont composées comme suit : 2 à 4 lits avec sanitaires complets privatifs (lavabo, toilettes + douche).

Concernant la restauration, tous les repas sont confectionnés sur place, et seront pris dans une grande salle de restauration avec vue sur le lac.

L'équipe d'animation ne sera pas en reste puisqu'elle aura à sa disposition trois salles d'activités. Toutes sont spacieuses et aménageables en fonction des besoins de l'équipe. En outre, elles disposent du Wifi, vidéoprojecteur, matériel pédagogique...

Enfin, les jeunes profiteront d'un formidable terrain de jeu à ciel ouvert : 100 ha pour faire le plein d'activités dont une plage aménagée pour encadrer en toute sécurité la baignade.

# Le centre



# Situation centre/lieu de baignade



- **Nous disposons en exclusivité de deux gîtes (30 pers chacun)**
- **Les deux hébergements sont attenants et sont situés à proximité d'une zone de baignade aménagée sur la base**
- **Les jeunes regagnent à pied, en quelques pas, l'espace baignade (en rivière)**

# Situation centre/lieux d'activités



- Les activités se déroulent sur la base de Rouffiac, aucun transport n'est nécessaire
- L'un des téléskis les mieux équipés de France !
- Parc boisé de 100 ha : un formidable terrain de jeux à ciel ouvert

# Les chambres



# Les chambres



# Les chambres



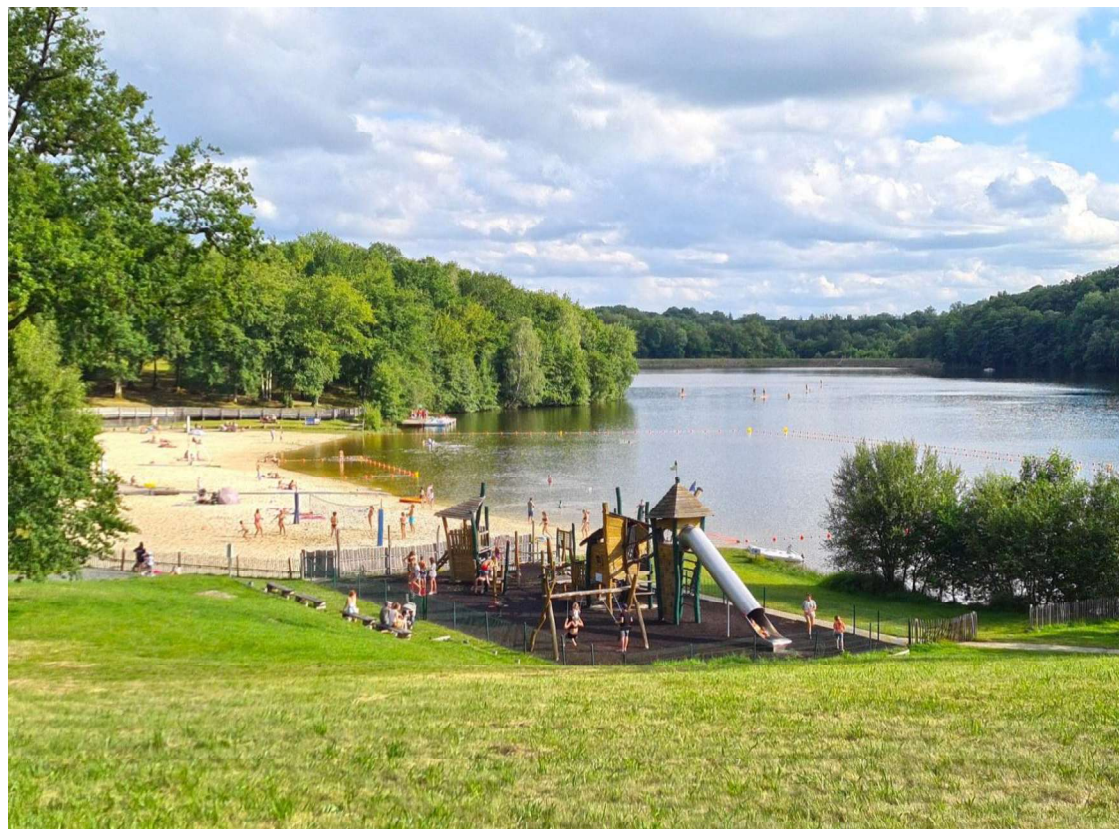
# Protocole de propreté : nettoyage de la chambre

OPÉRATIONS	FRÉQUENCE			
	TOUS LES JOURS	1 FOIS/SEMAINE	TOUS LES 3 MOIS	TOUS LES 6 MOIS ET APRES LE DÉPART DE L'ENFANT
ÉVACUATION DES DÉCHETS, DU LINGE SALE.	✓			
NETTOYAGE DU MOBILIER : LIT, FAUTEUIL, ADAPTABLE, ...	✓			
NETTOYAGE DES ACCESSOIRES : POIGNEES ET MONTANT DE PORTES, INTERRUPTEURS, COMMANDES ELECTRIQUES, TELEPHONE.	✓			
NETTOYAGE DES SANITAIRES : LAVABO, DOUCHE, WC.	✓			
BALAYAGE HUMIDE DU SOL.	✓			
LAVAGE DU SOL.	✓			
NETTOYAGE DES SUPPORTS POUBELLES.		✓		
NETTOYAGE INTERIEUR DES PLACARDS, MOBILIERS...			✓	
NETTOYAGE DES VITRES.			✓	
LAVAGE MECANISÉ DU SOL.			✓	
LAVAGE DES RIDEAUX.				✓
NETTOYAGE DES MURS ET DES PORTES.				✓

# Les espaces d'activités



# Les espaces d'activités



# Entretien des lieux collectifs

Local	Fréquence	Méthode
Salle à manger	Après chaque repas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balayage/essuyage humide,</li> <li>- Lavage avec un détergent 6 jours par semaine,</li> <li>- Lavage avec un détergent-désinfectant une fois par semaine.</li> </ul>
Salle de soins	Quotidien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Essuyage humide des plans de travail avant chaque utilisation et à fond une fois par jour,</li> <li>- Balayage/essuyage humide,</li> <li>- Lavage avec un détergent un jour par semaine (ou moins, selon les besoins),</li> <li>- Lavage avec un détergents-désinfectant 6 à 7 jours par semaine).</li> </ul>
Salles collectives (animation, couloirs,...)	Quotidien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balayage humide,</li> <li>- Lavage avec un détergent 6 jours par semaine,</li> <li>- Lavage avec un détergent-désinfectant une fois par semaine.</li> </ul>
Salles techniques (vidoir, local du lave-bassin, sanitaire collectif, office, blanchisserie, local linge sale, local poubelles)	Quotidien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lavage avec un détergent un jour par semaine (ou moins, selon les besoins),</li> <li>- Lavage avec un détergent-désinfectant 6 à 7 jours par semaine.</li> </ul>
Local linge propre/ Local stockage matériel propre	Hebdomadaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balayage humide quotidien,</li> <li>- Lavage avec un détergent.</li> </ul>

# La restauration



**Les repas sont**

**pris self dans une véritable salle à manger**

**pris sous forme de**

La restauration est élaborée sur place, par un chef cuisinier, et rentre dans une démarche de développement durable, à savoir :

Au minimum 70% des produits utilisés seront frais, notamment les fruits, légumes et la viande.

Au minimum 25% de l'alimentation sera issue de l'agriculture biologique  
Une place importante sera accordée aux produits locaux et de saison.

Le petit-déjeuner est un buffet composé de : pains divers, beurre, confiture, fruits, yaourts, chocolat, lait, céréales, jus de fruits, café et thé.

**Les repas sont équilibrés et adaptés aux goûts des enfants.**

**Au moins une spécialité locale au menu**

**Un goûter est également proposé aux enfants.**

La restauration répond aux normes HACCP.

**Cuisine soignée avec spécialités locales préparées par le chef cuisinier**

**L'ADAV s'engage à respecter les régimes alimentaires particuliers.**

# Menu type (à titre indicatif et non contractuel)



	MIDI	SOIR
<b>Lundi</b>	Salade composée avec maïs, thon, concombres et olives Saucisse de Toulouse – purée bio Fromage blanc	Feuilleté au fromage Dahl de lentilles corail – lait de coco – poulet – riz Compote
<b>Mardi</b>	Salade verte Lasagnes à la bolognaise Brownies	Coleslow Cordon bleu – Haricots verts Mousse au chocolat
<b>Mercredi</b>	Céleri rémoulade Cuisse de poulet rôti – patatoes glace	Pizza fromage Dos de colin – sauce curry-ebly Morceaux de comté
<b>Jeudi</b>	Tzatziki Chili con carne Tarte à la noix de coco	Carottes râpées Ravioli aux épinard bio Crème à la vanille
<b>Vendredi</b>	Taboulé bio Steak haché – ratatouille Flan	Salade composée Croque-monsieur Salade de fruits

# Le programme d'activités

- 1 séance de paddle
- 1 séance d'accrobranche
- 1 séance de télési nautique
- Visite du célèbre centre international de l'Art Pariétal Lascaux 4
  - 1 séance de VTT
  - Course d'orientation
- Baignade surveillée au lac
- Randonnées pédestres

## MAIS ENCORE :

- Grands jeux
- soirées à thèmes
- veillées tous les soirs
- boum de fin de centre
- découverte des environs
- visites/balades/achats souvenirs... et de **l'ANIMATION A FOISON**

# Une séance de paddle



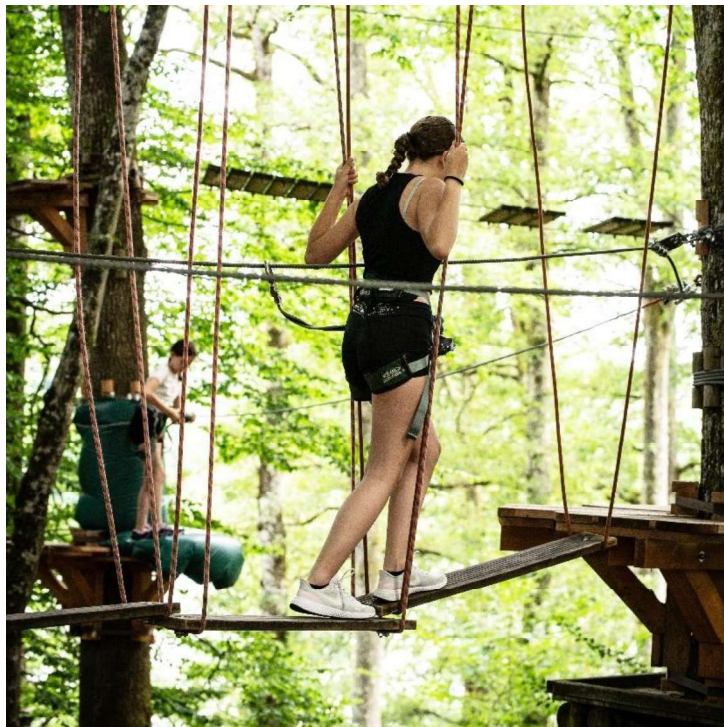
*Le Paddle est un sport de glisse nautique où le pratiquant est debout sur une planche. Le paddle est plus long et plus large qu'une planche de surf classique. Il se propulse sur l'eau à l'aide d'une pagaie simple permettant des belles balades sur la rivière. Au cours de leur aller-retour d'un kilomètre au fil de l'Aveyron, les jeunes profiteront en toute sérénité des magnifiques points de vue sur le village médiéval de Najac, des paysages paisibles et ressourçants des Gorges de l'Aveyron.*

- **Activité sur site encadrée par un moniteur diplômé d'Etat**
- **Test d'aisance aquatique / savoir nager indispensable**

### **Objectifs et intérêts pédagogiques :**

- Se déplacer de façon adaptée dans des milieux variés
- Découvrir les manœuvres de base, apprendre à diriger son embarquement
- Découvrir les spécificités du milieu (lac)
- Apprendre à coordonner leur équilibre et leur agilité
- Respecter les règles essentielles de sécurité
- Lire le milieu et adapter ses déplacements à ses contraintes
- S'engager sans appréhension pour se déplacer dans différents environnements
- Favoriser l'autonomie des jeunes en étant initiateur de son projet
- Favoriser la responsabilité individuelle

# 1 séance d'accrobranche



*Le parc aventure, aussi appelé accrobranche, est une activité de loisirs abordable à tout âge et pour tout niveau.*

*L'activité sportive consiste à évoluer d'arbre en arbre, de manière autonome sur des parcours de difficultés différentes et avec du matériel de sécurité.*

*Après un briefing d'initiation, les jeunes pourront évoluer sur des circuits adaptés à leur âge, taille et niveau physique.*

- **Activité sur site**
- **Corde de Tarzan, toile d'araignée, étriers, points de singe, escalade et + de 320m de tyrolienne**

## Objectifs et intérêts pédagogiques :

- Appliquer des ordres et consignes de sécurité
  - Sensibiliser les jeunes aux spécificités de la montagne : la faune, la flore, les conditions d'enneigement, la sécurité...
  - Favoriser l'autonomie des jeunes : déplacements, sécurité, développement de l'entraide, découverte et dépassement de ses limites
  - Favoriser la responsabilité individuelle
  - Sensibiliser à la protection de l'environnement
  - Adapter ses déplacements à différents types d'environnements
  - Adapter son comportement aux contraintes du milieu
  - Progresser dans ses actions de déplacement
- Prise de conscience de son potentiel : maîtrise de ses émotions, découverte de son environnement

# 1 séance de téléski nautique



*Le téléski nautique est une activité de glisse adaptée à tous (les vitesses sont adaptées en fonction de l'âge/niveau du participant). Tracté par un câble long de 180m, le pratiquant glisse sur le lac pour y effectuer des aller-retours. Fun assuré !*

- **Activité encadrée par un moniteur diplômé d'Etat**
- **Test d'aisance aquatique / savoir nager indispensable**

## **Objectifs et intérêts pédagogiques :**

- Profiter d'une connexion unique avec la nature
- Découvrir de nouvelles sensations avec la glisse de l'eau
- Renforcer sa force physique, son endurance
- Travailler son équilibre et sa coordination
- Favoriser la responsabilité individuelle
- Apprendre par l'action, l'observation, l'analyse de son activité et de celle des autres
- Progresser dans ses actions de déplacement
- Appliquer des consignes de sécurité
- Adapter l'intensité de son engagement physique à ses possibilités pour ne pas se mettre en danger

# Visite du célèbre centre international de l'art pariétal Lascaux 4



Visiter le célèbre centre international de l'art pariétal Lascaux 4 est une expérience hors du temps. C'est au cœur du chef-d'œuvre de l'art pariétal que les jeunes découvriront les peintures et gravures datant de plus de 20000 ans. De quoi émerveiller petits et grands... mais pas seulement. Grâce aux moyens et aux technologies déployés, chacun peut vivre une expérience unique et immersive, échanger avec les médiateurs, admirer cette architecture hors du commun, s'amuser à découvrir les liens entre art pariétal et art contemporain... La grotte de Lascaux est l'une des plus importantes grottes ornées du Paléolithique par le nombre et la qualité esthétique de ses œuvres.

### Objectifs et intérêts pédagogiques :

- Immersion au cœur de la préhistoire
- Découverte de la vie quotidienne au temps de Cro-Magnon
- Comprendre le mode de vie à la préhistoire : les activités, la chasse, les animaux...
- Rencontrer et analyser une œuvre d'art
- Découvrir les racines de l'humanité, l'évolution de l'homme et des techniques

# VTT



Les jeunes apprécieront cette activité accessible de tous. Les sentiers aux abords du centre sont propices à cette pratique sportive de découverte.

- **Activité sur site**
- **Matériel récent et adapté à la morphologie des jeunes**
- **Equipement et matériel de sécurité fournis par les professionnels**

## Objectifs et intérêts pédagogiques :

Favoriser l'autonomie des jeunes

Favoriser la responsabilité individuelle

Découvrir l'environnement naturel

Acquérir autonomie, maîtrise de soi et coordination

Sensibiliser à la protection de l'environnement

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Adapter son comportement aux contraintes du milieu

Progresser dans ses actions de déplacement sur leur vélo

Être initiateur de son projet : décider de sa vitesse, direction...

- (re) découvrir l'utilisation d'un vélo (réglages, passage de vitesses, sécurité...)
- S'initier aux rudiments du pilotage (freinage, transferts de poids, anticipation...)

# Course d'orientation

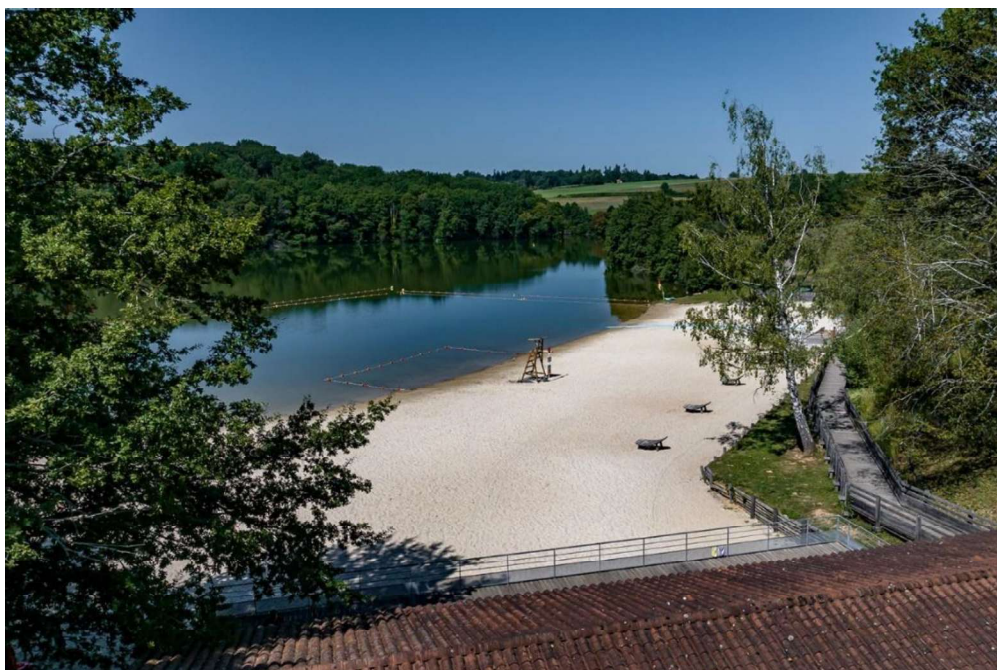


- **Activité au départ du site encadrée par un moniteur**
- **Activité en plein cœur d'un formidable écrin de verdure**
- **Activité accessible par tous**

## **Objectifs et intérêts pédagogiques :**

- Encourager le travail d'équipe et la communication pour améliorer les compétences sociales, de coopération et de leadership
- Adapter son comportement aux contraintes du milieu
- Progresser dans ses actions de déplacement
- Rendre les jeunes acteurs de leurs loisirs
- Enrichir l'esprit d'équipe en décidant d'une stratégie d'avancement
- Observer son environnement, se situer dans l'espace, situer les objets entre eux
- Valoriser l'entraide, l'écoute, le partage, la solidarité et la responsabilité de l'autre
- Construire et suivre un itinéraire à l'aide d'une carte ; maîtriser la notion d'échelle et apprécier les distances
- Respecter l'environnement et les autres usagers
- Développer l'autonomie en milieu naturel : réaliser des déplacements sécurisés et adaptés à ses capacités physiques ; prendre des décisions et les assumer

# Baignade au lac



- Les jeunes regagnent à pied, en quelques pas, l'espace dédié à la baignade (plage aménagée).
- Baignade surveillée et sécurisée



# Mais encore...

**Des veillées quotidiennes**

**La fameuse soirée de fin de centre**

**Participation aux festivités locales**

**Des balades**

**Des découvertes**

**Les grands jeux sportifs et/ou collectifs**

...

**Pour faire le plein d'activités  
durant tout le séjour !**