

# Guide du campeur 2026

Camp de jour Pulsion Santé Gymnastique



## Fonctionnement du camp de jour

- Le camp de jour aura lieu pour 9 semaines soit, du 29 juin au 28 août 2026. Nous ajoutons 2 jours de garde : les 25 et 26 juin!
- Les activités ont lieu de 9h à 16h. Un service de garde est offert gratuitement de 7h15 à 9h et de 16h à 17h45.
- La place de votre enfant est réservée pour les semaines/journées choisies lors de l'inscription. Si vous choisissez d'ajouter des journées/semaines en cours d'été, vous devrez en premier lieu confirmer avec la coordonnatrice si la place est disponible, et par la suite passer par le [www.pulsionsante.com/cdj-ete](http://www.pulsionsante.com/cdj-ete) afin de procéder à l'inscription. Prenez note que tout ajout doit être fait au minimum la semaine précédente afin de prévoir le matériel et les activités de manière efficace.
- Votre enfant sera regroupé avec les enfants de la même tranche d'âge afin de former un groupe homogène.

## Activités prévues

- **Activités gymnastique / parkour / Jeux extérieurs** : À tous les jours, la programmation de chaque groupe inclus l'avant-midi en gymnase et/ou dans la cour arrière afin de profiter des installations adéquates pour le sport sélectionné. **L'enfant peut décider de son sport le matin même.**
- **Compétition des 3 Maisons** : Tout au long de l'été, les 3 maisons (Coeurdor, Bradacier, Maindefer) s'affronteront afin de savoir qui gagnera la coupe des 3 maisons. Des épreuves (mentales et physiques) d'équipe seront proposées en après-midi afin que les enfants aient la chance d'accumuler des points pour leur maison.
- **Activités spéciales du jeudi** : Comme à chaque année, des activités thématiques seront proposées tous les jeudis. Les enfants sont invités à amener un déguisement en lien avec le thème proposé chaque jeudi. Prenez note qu'un accessoire suffit également ;-). Les thèmes vous seront dévoilés en Juin par courriel ☺

# Comment bien se préparer à une journée de camp

## Arriver avec :

- Tenue de sport
- Souliers de course pour l'extérieur
- Bouteille d'eau
- Crème solaire déjà appliquée
- Chapeau/casquette

## Dans le sac à dos:

- Chandail chaud (nos locaux sont climatisés)
- Vêtements de rechange (un accident est vite arrivé...)
- Nécessaire de plage (costume de bain, serviette, crème solaire, chasse-moustique, sandales)
- Jeux calmes (pour le service de garde ou les moments de repos. AUCUN ÉLECTRONIQUE)

## Dans la boîte à lunch :

- Lunch froid ou thermos (aucun accès au micro-onde). **Sans arachides/noix s.v.p.**
- Beaucoup de collations **SANS NOIX** (on dépense plus d'énergie qu'à l'école, s.v.p. prévoir des collations d'extra)

## Informations spécifiques au camp des petits (4-6 ans)

- Une période de détente est planifiée parfois en après-midi pour s'assurer que le reste de la journée se passe bien. Il faudra donc prévoir dans le sac à dos : doudou, toutou et tout ce qui est nécessaire pour la sieste.

## En cas d'urgence ou de problématique

### Urgence

Si vous avez besoin de communiquer rapidement avec nous,appelez au 450-759-8890. Il est possible que nous soyons occupés avec les enfants, toutefois laissez un message, nous les prenons régulièrement.

### Problématique

Notre objectif est que chaque enfant passe un été fabuleux et haut en couleurs. Si toutefois vous trouvez que ce n'est pas le cas, n'hésitez pas à communiquer avec nous directement afin que les pépins de votre enfant, petits ou gros, soient pris au sérieux. La communication est la clé de la réussite:)

Adresse courriel : [gymnastique@pulsionsante.com](mailto:gymnastique@pulsionsante.com)

Téléphone : 450-759-8890

En vous souhaitant à tous un excellent été, et au plaisir de vous voir!

Virginie Guimond, Coordonnatrice