

# L'Eau-Courant

*Journal officiel de la CNF*

*ÉTÉ 2018*



**BIENVENUE À TOUS!**

**Table des matières :**

L'Eau-Courant + Mot de bienvenue + Équipe de moniteurs.....	p. 3
Contacts + Absences.....	p. 4
La CNF : Un camp sur mesure.....	p. 5
Lieux des activités.....	p. 6
Horaire des activités par groupe d'âge :	
• 5-6.....	p. 7
• 7-8.....	p. 8
• 9-10.....	p. 9
• 11-12.....	p. 10
• 13+.....	p. 11
Ajouts/Retraits d'activités.....	p. 12
Calendrier de l'été 2018.....	p. 13
Sorties et activités spéciales.....	p. 15
Service de garde.....	p. 18
Procédure contre l'intimidation.....	p. 20
Coupon d'inscription.....	p. 22

## L'Eau-Courant

*L'Eau-Courant est le journal hebdomadaire officiel de la CNF. Il contient toutes les informations importantes pour la semaine à venir. Il est envoyé par courriel et vous pouvez vous procurer une version papier au Pavillon Desjardins au besoin.*

## Mot de bienvenue

*C'est avec un grand plaisir que toute l'équipe de moniteurs et de directeurs de la CNF vous accueille pour une nouvelle saison estivale d'activités! L'été 2018 s'annonce bien rempli pour chacun de vos jeunes qui aura le plaisir de participer une fois de plus à une multitude d'activités dans les secteurs nautique, terrestre et artistique qui constituent la CNF!*

*Nous vous souhaitons un super été, fait de moments inoubliables!*

## L'équipe de moniteurs 2018



## Contacts

**Monitrice chef :** Simone Noël  
Courriel : [chefmo@lacnf.org](mailto:chefmo@lacnf.org)  
Téléphone : 418 875-0878  
Urgence seulement : 581 309-8624

**Commodore :** Sophie Cloutier  
Courriel : [commodore@lacnf.org](mailto:commodore@lacnf.org)

## Absences

**Vous devez nous avertir à l'avance ou le matin même avant 8 :30 en téléphonant au 418 875-0878 ou en envoyant un courriel à [chefmo@lacnf.org](mailto:chefmo@lacnf.org) concernant les absences.**

### ***Enfants inscrits aux activités + service de garde***

Il est très important de nous aviser si votre enfant :

- arrivera au service de garde après 8 : 30 AM ;
- ne sera pas présent pour la journée.

### ***Enfants inscrits aux activités seulement***

Il est très important de nous aviser si votre enfant :

- ne sera pas présent à une activité à laquelle il est inscrit.

Si nous n'avons pas été avisés de l'absence de votre enfant, nous vous téléphonerons rapidement.

\*Si vous ne souhaitez pas recevoir d'appel lorsque votre enfant est absent, svp nous en aviser lors de notre premier appel.

## LA CNF : UN CAMP SUR MESURE

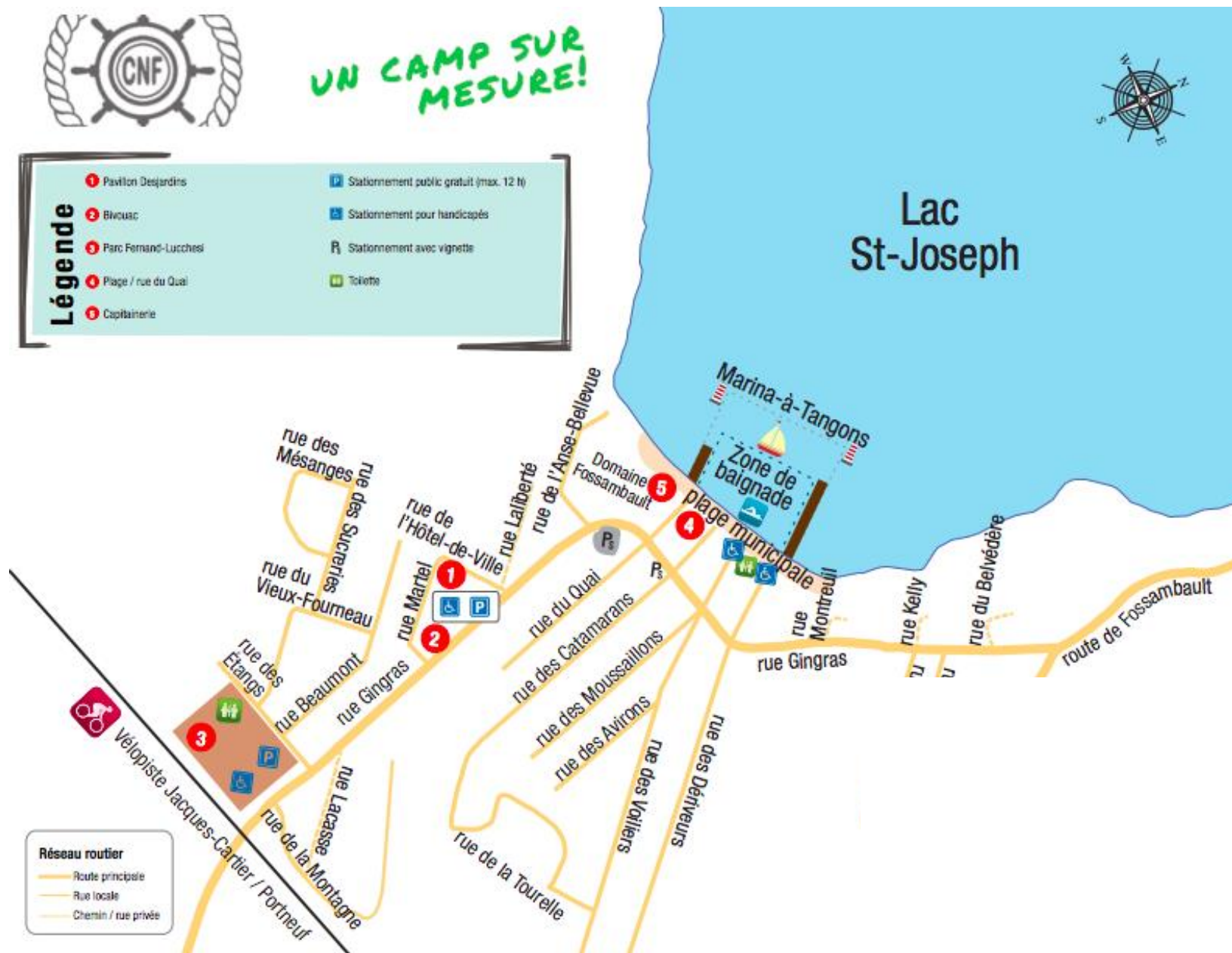
- Enfants inscrits aux activités seulement :

*Les enfants sont inscrits aux activités seulement, c'est-à-dire qu'ils retournent à la maison entre chacune de leurs activités inscrites sur leur horaire. **La CNF n'est pas responsable des enfants à l'extérieur des heures d'activités.** On demande aux jeunes de ne pas flâner au service de garde ni sur les lieux d'activités lorsque celles-ci sont terminées.*

- Enfants inscrits aux activités ET au service de garde :

*Les enfants sont inscrits aux activités et au service de garde, c'est-à-dire qu'ils sont **pris en charge par la CNF pour la journée.** Les moniteurs vont porter et chercher les enfants à leurs activités (dépendamment de s'ils sont inscrits en formule autonome ou accompagnée). Entre leurs activités, les moniteurs proposeront aux enfants des animations et autres jeux. Les parents doivent venir porter et chercher leur enfant au lieu de rassemblement approprié (Bivouac ou Pavillon Desjardins). **S'IL-VOUS-PLAÎT, LIRE ATTENTIVEMENT LA SECTION SUR LE SERVICE DE GARDE À LA PAGE 18.***

Lieux des activités



Groupe 5-6					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h30-9h30	Soccer (PFL)	Danse (B)	Soccer (PFL)	Danse (B)	
9h45-10h45	Basket (PFL)	Bricolage (B)	Basket (PFL)	Bricolage (B)	Hockey (PFL)
11h00-12h00		Natation (*11h00-11h45) (Q)		Natation (*11h00-11h45) (Q)	Tennis/Badminton-Garçons (PFL) Badminton/Tennis-Filles (PFL)
<b>Dîner</b>					
13h00-14h00	Tennis/Badminton-Garçons (PFL) Badminton/Tennis-Filles (PFL)				
14h15-15h15	Activités spéciales (PFL)				Activités spéciales (PFL)

<b>Légende</b>	<b>Parc Fernand-Lucchesi (PFL)</b>	<b>Bivouac (B)</b>	<b>Capitainerie (C)</b>	<b>Quai (Q)</b>	<b>Pavillon Desjardins (P)</b>
----------------	------------------------------------	--------------------	-------------------------	-----------------	--------------------------------

Groupe 7-8						
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI		VENDREDI
8h30-9h30	Danse – Filles (B)	Paddle board – Filles (C)	Basket (PFL)	Paddle board – Garçons (C)	Tennis – Filles (PFL)	Tennis – Garçons (PFL)
9h45-10h45	Bricolage (B)	Kayak – Garçons (C)	Bricolage (B)	Kayak – Filles (C)		Soccer (PFL)
11h00-12h00	Natation (*11h00-11h45) (Q)	Hiphop – Garçons (7-10 ans) (B)	Natation (*11h00-11h45) (Q)	Hiphop – Garçons (7-10 ans) (B)		Basket (PFL)
<b>Dîner</b>						
13h00-14h00		Tennis – Filles (PFL)	Soccer (PFL)	Tennis – Garçons (PFL)		
14h15-15h15		Danse – Filles (B)	Activités spéciales (PFL)			
15h30-16h30	Volleyball (P)		Badminton (P)			Hockey cossom (PFL)

<b>Légende</b>	<b>Parc Fernand-Lucchesi (PFL)</b>	<b>Bivouac (B)</b>	<b>Capitainerie (C)</b>	<b>Quai (Q)</b>	<b>Pavillon Desjardins (P)</b>
----------------	------------------------------------	--------------------	-------------------------	-----------------	--------------------------------



Groupe 9-10								
	LUNDI		MARDI		MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
8h30-9h30	Kayak – Garçons (C)	Tennis – Filles (PFL)	Soccer (PFL)		Kayak – Garçons (C)	Ultimate frisbee (PFL)	Danse – Filles (B)	
9h45-10h45	Natation (*9h55-10h40) (Q)		Paddle board – Garçons (C)	Tennis – Filles (C)	Natation (*9h55-10h40) (Q)	Paddle board – Filles (C)	Tennis – Garçons (PFL)	Basket (PFL)
11h00-12h00	Kayak – Filles (C)		Hiphop – Garçons (7-10 ans) (B)		Kayak – Filles (C)	Hiphop – Garçons (7-10 ans) (B)		Volleyball (PFL)
<b>Dîner</b>								
13h00-14h00			Danse – Filles (B)				Tennis – Garçons (PFL)	
14h15-15h15			Activités spéciales (PFL)				Badminton (P)	
15h30-16h30								
16h45-17h45	Théâtre (9-12ans) (B)		Girls' club (9-12 ans)/Boys' club (9-12 ans) (B)		Théâtre (9-12ans) (B)			
<b>Souper</b>								
19h00-20h00	Basket (PFL)		Hockey cossom (PFL)		Soccer (PFL)	Hockey cossom (PFL)		

<b>Légende</b>	<b>Parc Fernand-Lucchesi (PFL)</b>	<b>Bivouac (B)</b>	<b>Capitainerie (C)</b>	<b>Quai (Q)</b>	<b>Pavillon Desjardins (P)</b>
----------------	------------------------------------	--------------------	-------------------------	-----------------	--------------------------------

Groupe 11-12									
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI				
8h30-9h30	Basket (PFL)	Kayak - Garçons (C)	Tennis - Filles (PFL)	Kayak - Filles (C)					
9h45-10h45	Paddle board - Filles (C)	Natation (*9h55-10h40) (Q)	Paddle board - Garçons (C)	Natation (*9h55-10h40) (Q)	Ultimate frisbee (PFL)				
11h00-12h00	Paddle board - Garçons (C)	Danse - Filles (B)	Kayak - Filles (C)	Tennis - Garçons (PFL)	Paddle board - Filles (C)	Hiphop - Garçons (11+) (B)	Kayak - Garçons (C)	Tennis - Filles (PFL)	Badminton (P)
Dîner									
13h00-14h00	Activités spéciales (PFL)		Tennis - Garçons (PFL)		Hiphop - Garçons (11+) (B)				
14h15-15h15									
15h30-16h30				Volleyball (P)					
16h45-17h45	Théâtre (9-12 ans) (B)	Girls' club (9-12 ans)/Boys' club (9-12 ans) (B)	Théâtre (9-12 ans) (B)	Glee club (11+) (B)					
Souper									
19h00-20h00	Soccer (PFL)	Glee club (11+) (B)	Basket (PFL)	Soccer (PFL)					
20h15-21h15		Hockey cossom (11+) (PFL)	Danse - Filles (B)	Hockey cossom (11+) (PFL)					
<b>Légende</b>	<b>Parc Fernand-Lucchesi (PFL)</b>	<b>Bivouac (B)</b>	<b>Capitainerie (C)</b>	<b>Quai (Q)</b>	<b>Pavillon Desjardins (P)</b>				

Groupe 13+					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h30-9h30		Tennis (PFL)			
9h45-10h45	Kayak (C)	Natation (*9h55-10h40) (Q)	Kayak (C)	Natation (*9h55-10h40) (Q)	Tennis (PFL)
11h00-12h00	Soccer (PFL)	Paddle board (C)	Hiphop - Garçons (11+) (B)	Paddle board (C)	Ultimate (PFL)
<b>Dîner</b>					
13h00-14h00				Théâtre (B)	Hiphop - Garçons (11+) (B)
14h15-15h15					
15h30-16h30					Sorties 13+ (P)
16h45-17h45	Volleyball (P)	Badminton (P)		Glee club (11+) (B)	
<b>Souper</b>					
19h00-20h00	Théâtre (B)	Glee club (11+) (B)	Girls' club/Boys' club (P)	Basket (PFL)	
20h15-21h15	Basket (PFL)	Hockey cossom (11+) (PFL)	Danse - Filles (B)	Soccer (PFL)	Hockey cossom (11+) (PFL) Danse - Filles (B)
21h15-22h15				Soirées spéciales 13+ (P)	
<b>Légende</b>	<b>Parc Fernand-Lucchesi (PFL)</b>	<b>Bivouac (B)</b>	<b>Capitainerie (C)</b>	<b>Quai (Q)</b>	<b>Pavillon Desjardins (P)</b>

## Ajouts ou retraits d'activités

Important : Si vous désirez ajouter ou enlever certaines activités à l'horaire de votre enfant, il est important de nous avvertir rapidement pour que nous puissions ajuster les listes de présences.

Les places pour les cours de voile sont limitées, donc il est important de nous avvertir si votre enfant sera absent ou s'il ne veut plus en faire.

*Vous désirez avoir plus d'un cours de voile?*

Vous pouvez vous présenter directement à la Capitainerie, votre horaire en main, pendant les heures de voile, du lundi au vendredi de 13 :00 à 16 :00, et parlez à Roxanne Cloutier, la responsable nautique. Si possible, nous vous rajouterons un cours. Sinon, vous pouvez téléphoner à Simone au 418 875-0878 ou envoyer un courriel à [chefmo@lacf.org](mailto:chefmo@lacf.org).

# Calendrier été 2018

JUIN 2018						
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
24 17 :00 5 à 7 d'ouverture CNF	25 Début des activités	26	27 Mercredi Halloween	28	29	30

JUILLET 2018						
DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
1	2	3	4 -Mercredi pyjama -19 :00 Bingo	5	6 -9 :45 Atelier sur le volleyball de plage (9+)	7
8	9	10	11 -Mercredi Cheveux en folie -Dîner spécial au service de garde *	12	13 Sortie Récréofun (5- 8)*	14
15	16	17 19 :00 Dodo des 5-8 ans *	18 -Mercredi à l'envers -Départ camping des vieux (11+) *	19 Retour camping des vieux	20 -7 :30 Traversée du lac (11+ et adultes) * -12 :45 Atelier sur le mapping vidéo (7-12 ans) *	21 Fête familiale

22	23	24 19 :00 Dodo des 9-10 ans*	25 -Mercredi chandail coloré	26	27 Sortie au village Vacances Valcartier (9+)*	28 18 :00 Party de la commodore
29	30 20 :00 Le mystère du Lac (11+)*	31				

## AOÛT 2018

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
			1 -Mercredi culturel -18 :00 Dévoilement des pays	2 19 :30 Spectacle de théâtre CNF	3 19 :30 Spectacle de danse CNF	4
5 19 :00 Cérémonie d'ouverture	6	7	<b>Semaine des olympiades</b>			11 16 :30 Cérémonie de fermeture
12 11 :00 Assemblée générale CNF	13	14	<b>Semaine supplémentaire</b>			18

\*Inscription obligatoire auprès de la monitrice chef

### Les mercredis fous

(Pour toute la CNF : inscrits ET non-inscrits au service de garde)

Mercredi 27 juin : Journée halloween

Mercredi 4 juillet: Journée pyjama

Mercredi 11 juillet: Journée cheveux en folie

Mercredi 18 juillet: Journée à l'envers

Mercredi 25 juillet: Journée chandail colorée

Mercredi 1 août: Journée culturelle

### Sorties et activités spéciales

**\*Plus d'information sur chaque sortie et activité sera donnée dans les Eau-Courant à venir\***

#### Atelier sur le volleyball de plage:

Date: Vendredi 6 juillet (9 :30 à 10 :30 pour les 9-10 ans et 10 :30 à 11 :30 pour les 11+)

Prix : Gratuit

\*Inscription la journée même sur place

#### Dîner spécial au service de garde:

Date: Mercredi 11 juillet 2018

Âge: pour les jeunes du service de garde seulement  
(pas recommandé aux enfants ayant des allergies)

Prix : 5\$

\*Inscription requise

#### Récréofun:

Date: Vendredi 13 juillet 2018

Âge: 5-8

Prix: 20\$

\*Inscription requise

#### Dodo des 5-8 ans:

Date: Mardi 17 juillet 2018 (nuit de mardi à mercredi)

Âge: 5-8

Prix: 5\$

\*Inscription requise

**Camping des vieux:**

Date: Mercredi le 18 juillet 2018 (mercredi midi à jeudi matin)  
Âge: 11+  
Prix: 25\$  
\*Inscription requise

**Traversée du lac :**

Date: Vendredi 20 juillet 2018 à 7 :30  
Âge: 11+ et adultes  
Prix: Gratuit  
\*Inscription sur place le matin même

**Atelier sur le vidéo mapping :**

Date: Vendredi 20 juillet 2018 de 12h45 à 15h45  
Âge: 7 à 12 ans  
Prix: Gratuit  
\*Inscription sur place la journée même

**Dodo des 9-10 ans:**

Date: Mardi 24 juillet 2018 (nuit de mardi à mercredi)  
Âge: 9-10 ans  
Prix: 5\$  
\*Inscription requise

**Village Vacances Valcartier**

Date: Vendredi 27 juillet 2018  
Âge: 9+  
Prix: 30\$  
\*Inscription requise

**Le mystère du lac:**

Date: Lundi 30 juillet 2018  
Âge: 11+  
Prix: Gratuit  
\*Inscription sur place la journée même

\*Les dates pour les dodos des 5 à 10 ans ont été modifiées. Si vous aviez déjà payé lors de l'inscription et que votre enfant ne peut plus être présent, nous vous rembourserons.

**Utilisez le formulaire disponible en dernière page pour réserver et payer vos places dès maintenant !**



## SERVICE DE GARDE

**Heures d'ouverture : 7H30 À 17H30**

### **Lieux de rassemblement**

5-6 ans : Pavillon Desjardins

7+ : Bivouac

**Responsable du service de garde : Ariane Asselin [campdejour@lacnf.org](mailto:campdejour@lacnf.org)**

### **Allergies**

Tous les aliments contenant des arachides sont **strictement interdits**.

### **Autonome VS accompagné**

**Autonome** : L'enfant est capable de se déplacer en vélo ou à pieds d'un endroit l'autre sans la présence d'un moniteur. L'équipe de moniteurs avise l'enfant à quel moment il doit se rendre à quel endroit.

**Accompagné** : Les moniteurs se chargent d'aller porter et chercher l'enfant à son activité (à pied seulement).

\*Si, durant l'été, vous constatez que votre enfant est capable de se déplacer seul ou bien qu'il aimerait être accompagné, vous pouvez contacter Simone pour effectuer le changement.

**À APPORTER DANS SON SAC À DOS :**

- Boîte à lunch (collations, lunch chaud ou froid, breuvage)
- Bouteille d'eau
- Espadrilles fermées et sandales
- Maillot de bain
- Serviette
- Vêtements de rechange

**SVP BIEN IDENTIFIER TOUS LES EFFETS PERSONNELS DE VOS ENFANTS****\*NOUVEAUTÉS\***

Cette année, la crème solaire et les VFI sont fournis aux enfants qui fréquentent le service de garde. **Il est important d'appliquer de la crème solaire tous les matins à votre enfant AVANT d'arriver au service de garde.** Nous réappliquerons de la crème solaire pendant la journée.

Pour les VFI, ils sont fournis pour les cours de voile et pour les enfants qui en ont besoin lors de la baignade.

**\*IMPORTANT :** Si vous n'avez pas mentionné dans l'inscription que votre enfant a besoin d'une VFI ou d'un ballon pour se baigner et que c'est le cas, svp nous le mentionner rapidement.

**À noter :**

- LES MONITEURS DU SERVICE DE GARDE PORTERONT DES DOSSARDS ORANGES. Lors de l'arrivée ET du départ de votre enfant, s'il-vous-plaît avertir un moniteur portant un dossard orange, pour que nous puissions prendre en note sa présence et de son départ.
- SVP ne pas apporter de jouets de la maison (cartes, figurines, etc.), afin d'éviter les pertes ou les chicanes.

## INTIMIDATION

Ce message est pour vous mentionnez que la CNF a une tolérance zéro pour tout ce qui à trait à la violence ainsi qu'à l'intimidation physique, psychologique et par écrit. Pour procurer à votre enfant un milieu sain, sécuritaire et bienveillant, nous avons besoin de la collaboration de tous pour dénoncer toute situation inacceptable. Si votre enfant est victime ou témoin d'une telle situation, nous vous invitons à communiquer rapidement avec la monitrice chef ([Simone Noël](#)) afin que nous puissions agir promptement.

### Étapes d'intervention concernant le harcèlement

#### Étape 1

- Rencontre de l'intimidateur par la monitrice chef.
- Sensibilisation auprès de l'intimidateur.
- Note au dossier.

#### Étape 2 (Toujours avec le même intimidateur mais pas nécessairement envers la même victime)

- Rencontre (deuxième) avec la monitrice chef et le parent.
- Lettre d'excuse et texte de réflexion à faire.
- Lecture de la lettre d'excuse à la victime.
- Appel aux parents.
- Note au dossier.

Étape 3 (Même intimidateur)

- Rencontre (troisième) avec le commodore et le parent.
- Suspension d'au moins une journée, sans remboursement (selon les actes commis ou les paroles dites).
- Lettre d'excuse et texte de réflexion à faire.
- Lecture de la lettre d'excuse à la victime.
- Note au dossier.
- Retour à la CNF avec les parents et divulgation des sanctions possibles s'il y avait récurrence.
- Renvoi à la prochaine récurrence.

Étape 4 Renvoi définitif de la CNF

-----

C.N.F.  
Coupon d'inscription aux sorties

Nom(s) de(s) l'enfant(s) : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Date	Activité	Coût	Paiement
11 juillet	Dîner spécial au service de garde	5\$	
13 juillet	Récréofun (5-8 ans)	20\$	
17 juillet	Dodo des 5-8 ans	5\$	
18 juillet	Camping des vieux (11+)	25\$	
24 juillet	Dodo des 9-10 ans	5\$	
27 juillet	Village Vacances Valcartier (9+)	30\$	

-----

C.N.F.  
Coupon d'inscription aux sorties

Nom(s) de(s) l'enfant(s) : \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Date	Activité	Coût	Paiement
11 juillet	Dîner spécial au service de garde	5\$	
13 juillet	Récréofun (5-8 ans)	20\$	
17 juillet	Dodo des 5-8 ans	5\$	
18 juillet	Camping des vieux (11+)	25\$	
24 juillet	Dodo des 9-10 ans	5\$	
27 juillet	Village Vacances Valcartier (9+)	30\$	