



ÉTÉ 2026

CAMP

YMCA Kanawana



**Guide de
préparation**

Table des matières

Bienvenue au camp YMCA Kanawana !	3	Guide complémentaire sur le programme d'expédition en canot-camping	29
Notre mission	4	Équipement de groupe fourni par le camp	33
Nos valeurs	4	Activités de préparation au camp	34
Préparatifs avant le camp	5	Nourriture et hygiène pendant une expédition en canot-camping	36
Conseils pratiques pour faire les bagages	6	La météo pendant une expédition en canot-camping	36
À ne pas apporter au camp	7	Rencontrez nos guides	37
Pendant le séjour de votre enfant	8	Attentes physiques quant aux participant.e.s	38
Comment contacter votre enfant	10	Protocoles de sécurité pour les expéditions en canot-camping au camp YMCA Kanawana	38
La vie au Camp YMCA Kanawana	12	Communications disponibles	40
Groupes de cabine ou de tente	13	Trousse de premiers soins lors des expéditions	41
Activités et programmes du camp de vacances	14		
Nuitée en camping au bord du lac Wilson	15		
Santé et bien-être	16		
Services d'alimentation	17		
Rencontrez notre équipe	18		
Sécurité	19		
Carte du camp	20		
Transport : lieu de l'arrêt d'autobus	21		
Transport : Itinéraire vers le camp	22		
Formulaires, frais et politiques	23		
Campeurs et campeuses provenant de l'extérieur du Québec	26		
Questions	28		

L'objectif de ce guide est de vous fournir des renseignements importants sur le programme du Camp YMCA Kanawana et de préparer votre enfant à son expérience parmi nous. Nous vous invitons à le lire attentivement et à le conserver pour référence ultérieure.



Partageons
l'expérience YMCA!

Bienvenue au **CAMP YMCA KANAWANA !**

Non nobis solum (Pas seulement pour nous-mêmes)

Chers parents,

Nous aimerions prendre un moment pour vous remercier d'avoir choisi le Camp YMCA Kanawana pour votre enfant cet été. Le YMCA est un organisme qui est soucieux de créer des environnements sains et sécuritaires où les enfants et les jeunes peuvent acquérir de nouvelles compétences, développer leur confiance en soi et créer des souvenirs qui dureront toute leur vie.

Kanawana est un endroit où nouer de nouvelles amitiés et ressentir un fort sentiment d'appartenance; un endroit où découvrir la beauté de la nature et du plein air; un endroit où « je ne suis pas capable » devient « j'ai réussi »; un endroit où tout le monde est accepté comme il ou elle est. Pendant que votre jeune découvre la magie du camp, nous souhaitons aussi développer une relation solide avec les familles du camp. C'est pourquoi nous vous invitons à nous contacter pour toute question ou tout commentaire.

Nous avons hâte d'accueillir votre enfant au camp. Merci de nous faire confiance.

Cordialement,

L'équipe du Camp YMCA Kanawana





Notre mission

La mission du Y

La mission des YMCA du Québec est d'inspirer et d'engager chaque jeune à se réaliser, à s'épanouir et à contribuer à sa collectivité.

La mission du Camp YMCA Kanawana

Le Camp YMCA Kanawana s'efforce de créer une collectivité où toutes et tous se sentent en sécurité et valorisé.e.s; où chacun et chacune a la chance de grandir; où nos actions et nos comportements sont guidés par les valeurs communes au YMCA, y compris *non nobis solum* (pas seulement pour nous-mêmes); et où nous prenons soin les un.e.s des autres ainsi que de l'environnement.

Nos valeurs

Bienveillance

L'approche du Camp YMCA Kanawana pour créer un monde meilleur se fonde sur le développement d'une meilleure connexion avec soi-même, avec les autres et avec la nature. Nous encourageons nos campeurs et campeuses à faire preuve de bienveillance, à se déconnecter de la technologie et à se reconnecter les un.e.s avec les autres.

Inclusion

Être Kanawarien ou Kanawarienne, c'est faire partie d'une collectivité qui embrasse la diversité et qui accueille les personnes de toutes origines culturelles et socioéconomiques, de toutes identités ou orientations sexuelles. Notre programme d'inclusion vise également à créer un environnement sécuritaire et accessible pour les enfants et les jeunes ayant des capacités et des besoins particuliers, allant de limites physiques à des défis sur le plan comportemental, sans oublier les problèmes de santé mentale.

Solidarité

Conformément à notre devise, *non nobis solum* (pas seulement pour nous-mêmes), les campeurs et campeuses apprennent à coopérer, à prendre soin les un.e.s des autres et à former une équipe unie avec leur camarade de lit superposé et les autres Kanawariens et Kanawariennes. Nous mettons l'accent sur la vie démocratique et le travail d'équipe dans tout ce que nous faisons.

Audace

Au Camp YMCA Kanawana, nous faisons le choix de ne pas nous reposer sur nos lauriers. À vrai dire, nous osons changer les choses avec intention et nous mettre à la recherche de nouveauté. Nos campeurs et campeuses apprennent à entreprendre de nouvelles activités et à apprécier de nouvelles personnes et nous espérons qu'ils et elles fassent preuve de la confiance acquise au camp dans leurs propres collectivités pour devenir les leaders faisant preuve d'audace de demain.

Performance

Nous tirons parti de nos 130 ans d'expérience dans le domaine des camps de vacances pour offrir la meilleure expérience possible, avec un haut niveau de professionnalisme. Nous encourageons également nos campeurs et campeuses à se mettre au défi et à dépasser les objectifs déjà atteints en leur fournissant des occasions de développer leurs compétences dans le cadre des activités offertes au camp.

Respect

Les campeurs et campeuses apprennent à faire preuve de respect et de considération envers leurs camarades, leurs moniteurs et monitrices et les autres membres du personnel, envers eux-mêmes et elles-mêmes et envers les infrastructures et l'équipement du camp, la forêt et le lac que nous explorons, et envers la nature selon une perspective mondiale.



Préparatifs avant le camp

Conseils pratiques en vue du séjour au camp

En général, et tout particulièrement lorsqu'il s'agit de leur première expérience au camp, les enfants de tous âges ressentent de la fébrilité, de l'anxiété, de la crainte et de la nervosité avant d'aller au camp. Toutes ces émotions sont normales ! Pour bien préparer votre enfant à son séjour loin de la maison, voici quelques conseils pratiques de Chris Thurber (psychologue et expert en camps de vacances), de l'American Camping Association, ainsi que quelques trucs tirés de notre expérience.

- Discutez avec votre enfant de ce qui l'attend au camp. Planifiez son séjour et préparez ses bagages ensemble, et prévoyez quelques « entraînements » où votre enfant dormira ailleurs qu'à la maison pendant quelques nuits ou plus longtemps. En révisant le déroulement d'une journée typique au camp, essayez de déceler ce que votre enfant craint le plus et discutez de façons de surmonter ces craintes.
- Dites à votre enfant, de façon positive, qu'il ou elle va vous manquer. Par exemple, vous pouvez dire : « Je vais m'ennuyer de toi, mais je sais que tu vas t'amuser et vivre une belle expérience au camp. » Quand vous lui enverrez des lettres ou des courriels au camp, essayez de mettre l'accent sur des questions concernant son séjour au camp plutôt que d'indiquer tout ce qu'il ou elle manque à la maison.
- Ne tentez pas de l'« acheter ». Promettre une récompense matérielle pour un séjour fructueux au camp va à l'encontre du but. La confiance et l'autonomie que votre enfant acquerra, voilà une belle récompense !
- Évitez de lui faire des promesses comme : « Je viendrai te chercher avant la fin du camp si tu t'ennuies ou si tu n'aimes pas ton expérience. » Cela diminue notre capacité de l'aider à s'ajuster à la vie au camp et augmente les probabilités d'échec. Ayez la certitude que nous communiquerons avec vous s'il y a un problème et travaillerons avec vous pour trouver la meilleure solution possible pour votre enfant.
- Placez dans ses bagages un article personnel, comme un animal en peluche ou des photos de vous, de ses ami.e.s ou de son animal domestique. Faites participer votre enfant au moment de faire les bagages, afin qu'il ou elle sache où trouver ses choses dans ses bagages pendant son séjour au camp, et puisse accéder facilement à ses articles personnels au moment d'installer son espace dans sa cabine ou sa tente.
- Venez assister à notre **journée portes ouvertes le dimanche 14 juin** (de 10 h à 16 h) afin que votre enfant rencontre les moniteurs et monitrices et les autres jeunes et se familiarise avec l'environnement de son séjour. Si la météo le permet, nous ouvrirons certaines aires d'activité et un repas sera offert à un prix raisonnable.
- **Nous avons constaté au fil des ans que c'est plus dur pour les parents que pour les enfants lors du départ des autobus !** Essayez de vous rappeler qu'il ne s'agit que d'une brève séparation et que votre enfant est entre de bonnes mains au camp. En faisant preuve d'optimisme et de confiance et en rassurant votre enfant quand vous le ou la déposez à l'autobus ou au camp, vous donnez le ton à un séjour couronné de succès.

Pour plus de détails, visitez le site (*en anglais seulement*) :

www.acacamps.org/press-room/how-to-choose-camp/homesickness



Aidez-nous à répondre aux besoins de votre enfant

Il est très important que vous nous fassiez part des besoins particuliers que pourrait avoir votre enfant (trouble du spectre de l'autisme, trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité, problème de santé mentale, capacités physiques réduites, grande peur [p. ex. : des orages ou du noir], troubles d'incontinence, de comportement ou de socialisation, etc.). Assurez-vous de remplir consciencieusement la section médicale du formulaire d'inscription et, au besoin, nous vous recommandons d'envoyer un courriel ou de parler au directeur du camp d'été ou à la direction de section de votre enfant avant le début du camp, afin que nous puissions nous préparer à répondre aux besoins de votre enfant de la meilleure façon possible. Toutes les informations que vous nous fournirez demeureront **strictement confidentielles** et ne seront divulguées qu'aux membres du personnel à qui il est jugé pertinent d'en faire part.

Conseils pratiques pour faire les bagages

N'OUBLIEZ PAS LES MÉDICAMENTS

- Choisissez des bagages appropriés. Mettez les effets personnels de votre enfant dans une valise ou un sac de sport, car l'espace de rangement est limité.
- À des fins de confort, les campeurs et campeuses doivent apporter leur sac de couchage et leur oreiller. Nous recommandons un sac de couchage « trois saisons », car les nuits peuvent être très fraîches, particulièrement en août. (Remarque : s'il y a des risques que votre enfant mouille son lit, veillez à ce que son sac de couchage soit lavable à la machine.)
- Évitez de devoir fouiller dans la montagne d'articles perdus ou oubliés au camp. ÉTIQUETEZ TOUT ! Un marqueur Sharpie ou des autocollants fonctionnent sur presque tout !
- Réduisez les risques de dégâts : mettez les articles de toilette et les autres produits pouvant couler (insectifuge, crème solaire) dans des sacs Ziploc.
- **Tout doit revenir : donnez à votre enfant une liste des articles apportés afin de ne rien oublier au moment de refaire ses bagages.** Vous pouvez télécharger nos listes d'articles à apporter sur notre site Internet, dans la rubrique « Documents importants ».
- Les shampoings, revitalisants et savons **doivent être biodégradables** (à base de glycérine et sans phosphate) et nous recommandons qu'ils soient non parfumés (les produits parfumés attirent les mouches noires, les moustiques, etc.).
- Les enfants qui portent des verres de contact auront besoin de leurs lunettes pour les expéditions en canot. De plus, ils et elles doivent **AVOIR EN LEUR POSSESSION UNE COURROIE APPROPRIÉE POUR TENIR LEURS LUNETTES SUR L'EAU.**



À ne pas apporter au camp

- **ARTICLES FRAGILES** : veuillez garder en tête qu'une expédition en canot et un séjour au camp sont des activités de plein air qui peuvent endommager tout équipement apporté.
- Vêtements neufs : les enfants passeront leurs journées à jouer à l'extérieur; ils et elles vont donc se salir !
- Maillots de bain et autres vêtements n'étant pas appropriés pour l'intensité des activités au camp : nous recommandons des maillots de bain à couverture complète et de type « sport ». Les modèles trop larges ou faciles à détacher ne sont pas appropriés pour l'intensité de nos activités. Les enfants dont le maillot de bain ou les vêtements seront jugés inappropriés pour l'intensité des activités au camp devront porter un chandail ou se changer.
- Jeux vidéo portables, lecteurs de musique, **téléphones cellulaires**, ordinateurs portables ou tout appareil électronique : ces articles seront confisqués, étiquetés et déposés dans un coffret de sûreté jusqu'au dernier jour du séjour de l'enfant.
- Séchoirs et lisseurs à cheveux, rasoirs électriques ou brosses à dents nécessitant une prise de courant : les endroits où logeront les enfants n'ont pas d'électricité, et nous limitons notre utilisation de l'électricité dans nos salles de bain afin d'éviter les pertes de courant.
- Bijoux, boucles d'oreilles pendantes et montres de valeur : ces articles peuvent causer des blessures et être perdus ou endommagés facilement.
- Argent : les enfants auront un compte à la boutique TUCK (compris dans le tarif) et ne pourront acheter des articles qu'avec l'argent de ce compte. Vous pouvez rajouter de l'argent dans le compte au besoin lors de l'inscription ou en téléphonant à notre bureau administratif. Nous n'accepterons pas d'argent comptant provenant d'un.e enfant.
- **Aliments ou collations : quand ils sentent de la nourriture, les rats laveurs, mouffettes, fourmis, écureuils et autres bestioles ont tendance à entrer dans les tentes et les cabines sans invitation. De plus, plusieurs enfants ont des allergies alimentaires pouvant se révéler fatales, et beaucoup d'autres ont des régimes alimentaires spéciaux pour des raisons médicales ou religieuses. C'est pourquoi nous vous demandons de vous abstenir de donner ou d'envoyer de la nourriture à votre enfant.**
- Il n'est pas permis d'amener des couteaux au camp. Tout couteau sera confisqué et mis en sûreté dans le coffre-fort du camp jusqu'au départ de l'enfant. Le camp peut fournir des couteaux lorsque nécessaire pour les activités.
- CIGARETTES, STYLOS DE VAPOTAGE ET TABAC ne sont pas tolérés : un.e jeune en possession de cigarettes ou d'autres produits contenant du tabac se les verra confisqués, et sa famille recevra un appel. Toute récidive entraînera le renvoi du ou de la jeune à la maison.
- ALCOOL ET DROGUES : nous avons une politique de **TOLÉRANCE ZÉRO** vis-à-vis de la consommation ou de la possession d'alcool ou de drogue chez les campeurs et campeuses. Les jeunes ayant l'une de ces substances en leur possession feront l'objet d'un renvoi sur-le-champ.
- **REMARQUE : le Camp YMCA Kanawana ne peut être tenu responsable de tout objet perdu, volé ou endommagé.**



Pendant le séjour de votre enfant

Lessive

Les campeurs et campeuses ne participant qu'à une seule session de 6 ou 12 jours n'auront **pas droit au service de lessive**. Assurez-vous de mettre dans les bagages de votre enfant suffisamment de vêtements pour toute la durée de son séjour au camp, incluant des articles et vêtements appropriés à sa participation à un programme d'expédition en canot, le cas échéant. Nous ferons une lessive en cas d'urgence.

Objets trouvés

Plus de 2 000 jeunes et membres du personnel viennent au Camp YMCA Kanawana entre les mois de mai et d'octobre. Des vêtements, des chaussures, des bottes, des chapeaux et d'autres articles sont malheureusement souvent oubliés. À la fin de chaque session pendant l'été, les objets laissés par nos campeurs et campeuses remplissent plus de cinq grands sacs à ordures. Suivez les trois recommandations suivantes pour mettre toutes les chances de votre côté pour que votre enfant ramène à la maison tout ce qui a été apporté :

- À l'aide d'une étiquette ou d'un marqueur Sharpie, indiquez son prénom et son nom de famille bien en évidence sur chaque article apporté.
- Préparez les bagages de votre enfant en sa présence pour lui permettre de savoir ce que vous y mettez.
- Donnez à votre enfant une liste de tout ce que contient son sac pour lui permettre de s'assurer de tout avoir au moment de refaire ses bagages à la fin du séjour.

Les membres du personnel du camp s'efforcent de recueillir les objets perdus dans les installations pendant le séjour. Ce qui est étiqueté est généralement rendu à son ou sa propriétaire plus rapidement que ce qui ne l'est pas. Lors de la dernière journée d'une session, tous les articles retrouvés sont étalés dans la salle à manger et les jeunes qui logeaient dans une tente ou une cabine ont l'occasion d'en faire le tour pour reprendre leurs biens. Les objets non réclamés sont ensuite triés par nos équipes administratives et bénévoles. Nous ferons tout notre possible pour vous contacter si nous trouvons un article portant le nom de votre enfant afin de coordonner sa récupération.

À compter de ce jour, le Camp YMCA Kanawana conservera les objets retrouvés pendant une semaine après le dernier jour du séjour. Si votre enfant a égaré quelque chose,

vous pourrez, durant cette période, nous en transmettre la description par courriel à camp.kanawana@ymcaquebec.org. Nous effectuerons une recherche parmi les objets perdus et si nous le retrouvons, nous vous contacterons.

Après une semaine, les objets non réclamés seront remis à une œuvre de bienfaisance.

Veillez prendre note que malgré nos plus grands efforts, nous ne pouvons pas garantir qu'un objet perdu sera retrouvé. Le Camp YMCA Kanawana ne peut être tenu responsable des articles perdus, volés ou endommagés.





Langage et comportement

Le Camp YMCA Kanawana N'ACCEPTE PAS qu'un.e enfant utilise un langage inapproprié, fasse preuve de violence, intimide les autres, perturbe les activités ou manque de respect aux membres du personnel et à ses camarades, etc.

En premier lieu, les moniteurs et monitrices et la direction de section (et la directrice du camp, au besoin) discuteront de tout incident avec l'enfant, puis communiqueront avec la famille pour l'en informer. Si le campeur ou la campeuse ne modifie pas de façon significative son comportement, la directrice du camp se réserve le droit de le ou la renvoyer à la maison et sa famille sera responsable de gérer le transport.

L'entente de comportement du campeur ou de la campeuse

Le Camp YMCA Kanawana est une collectivité dont la devise est *non nobis solum*, qui veut dire « pas seulement pour nous-mêmes », et où le respect des autres et de l'environnement est une valeur fondamentale. Nous estimons qu'il est important que tous les jeunes connaissent nos attentes et les engagements qu'ils et elles prennent en choisissant de faire partie de la magie de Kanawana. Nous vous recommandons de prendre le temps de discuter avec votre enfant de l'entente de comportement du campeur ou de la campeuse, pour vous assurer que son engagement envers la collectivité de Kanawana est bien compris.

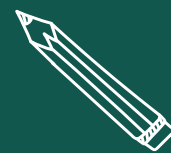
Je m'engage à :

- respecter l'environnement naturel qui rend le camp si beau;
- traiter l'ensemble de mes camarades et les membres du personnel avec respect et courtoisie;
- utiliser un langage approprié;
- respecter les biens des autres;
- respecter toutes les règles de sécurité mises en place par les membres du personnel du camp YMCA Kanawana afin d'assurer la sécurité de toutes et tous durant les activités au camp et lors des expéditions en canot;
- ne pas consommer ni avoir en ma possession de l'alcool, des substances illégales, des drogues récréatives ou du tabac durant mon séjour au camp ou lors d'une expédition en canot;
- contribuer à la collectivité du camp par ma joie, mon enthousiasme et mon sens de l'humour.

*Veuillez noter que tout comportement inacceptable qui enfreint l'accord ci-dessus, que ce soit au camp ou lors des excursions en canot-camping, peut entraîner le renvoi du campeur à la maison.

Boutique TUCK

Chaque enfant recevra une bouteille d'eau réutilisable lors de son premier jour au camp, et reviendra à la maison avec un chandail Kanawana de la saison. Les photos de groupe sont prises au début de chaque session par notre photographe. Un courriel vous sera envoyé à la fin de la session de votre jeune avec un lien vers la galerie où vous pourrez télécharger les photos. Les frais de la boutique TUCK exigés pour votre enfant seront automatiquement ajoutés à votre facture au moment de l'inscription. Une part du montant déposé dans ce compte servira à payer les deux articles précités, et votre enfant pourra dépenser le reste durant son séjour au camp. Une pagaie de canot est incluse dans les articles TUCK pour les jeunes inscrit.e.s à l'un des programmes Voyageur. Si tout l'argent du compte de votre jeune n'est pas dépensé et que le montant restant excède 10 \$, **vous pouvez demander un remboursement par écrit à camp.kanawana@ymcaquebec.org**. L'argent restant dans les comptes sera transféré à notre fonds pour offrir des services à des familles à faible revenu, notamment pour permettre à leurs enfants de venir au camp. Veuillez noter que les remboursements sont effectués après l'été, généralement au cours du mois de septembre.



Comment contacter votre enfant

Le Camp YMCA Kanawana est un environnement « déconnecté », où nous déconseillons l'utilisation des technologies. Par conséquent, nous demandons aux jeunes de ne pas apporter leur téléphone cellulaire. En règle générale, ils et elles ne sont également pas autorisé.e.s à utiliser le téléphone du camp, car la ligne téléphonique du camp est uniquement utilisée à des fins administratives et en cas d'urgence. Toutes les familles des enfants qui vivent leur première expérience au camp recevront un appel ou un courriel de la direction de la section de leur enfant quelques jours après le début du séjour afin d'avoir des nouvelles. Si vous désirez vous entretenir avec la direction de la section de votre enfant ou prévoir un moment pour discuter avec votre enfant directement, vous pouvez communiquer avec notre bureau et laisser un message. Nous vous rappellerons le plus rapidement possible. Pour ce qui est des contacts réguliers, nous vous recommandons d'envoyer des lettres, des cartes postales et des colis (sans nourriture) par la poste, ou de vous prévaloir de notre système de courriel aux campeurs et campeuses.

Comment contacter votre enfant durant une expédition en canot

Il est très important que vous sachiez qu'il **n'est pas** possible de contacter votre enfant pendant une expédition. Nos guides ont en leur possession des téléphones d'urgence pour contacter le camp au besoin. Cependant, ces derniers doivent rester éteints pour économiser les batteries, sauf au besoin. Si vous envoyez du courrier ou des courriels à votre enfant durant son séjour au camp, il ou elle ne les recevra qu'avant ou après son expédition.

Courrier des campeurs et campeuses

Le courrier est distribué presque chaque jour. Nous invitons les parents à envoyer des courriels ou des lettres, des cartes postales ou des colis par la poste ou par service de messagerie. UPS et Purolator livrent directement sur le site du camp. **LE NOM COMPLET, L'ÂGE ET LA SECTION** de votre enfant doivent apparaître clairement sur les enveloppes, les cartes postales et les colis (**prière de ne pas envoyer de nourriture puisqu'elle sera confisquée**). Prévoyez un délai de trois à cinq jours ouvrables pour la réception de votre envoi si vous utilisez le courrier ordinaire.

Voici l'adresse du camp, pour envoyer une lettre, une carte postale ou un colis :

- Nom complet du campeur ou de la campeuse – Section* – Âge
- Camp YMCA Kanawana | 673, montée Saint-Elmire
Saint-Sauveur-des-Monts (Québec) J0R 1R1

**La section du campeur ou de la campeuse se rapporte au programme auquel il ou elle est inscrit.e (Forestiers (Woodsies), Pionnières, Éclaireuses, Coureurs des bois, Voyageurs, apprentis moniteurs et monitrices, etc.) En indiquant la section, vous facilitez le tri et la distribution du courrier par notre équipe administrative.*

Courriels aux campeurs et campeuses

Envoyez un courriel à votre enfant en utilisant notre système de courriel en ligne ! Les courriels seront imprimés et remis directement aux jeunes dans un délai de 24 heures à 48 heures. Ne vous attendez pas à une réponse immédiate... Les jeunes ne peuvent pas utiliser les ordinateurs au Camp YMCA Kanawana ! Nous leur donnerons l'occasion de vous répondre par courriel une fois par semaine (obtenez plus de renseignements à la page suivante), ou ils ou elles peuvent le faire par courrier.



Envoyer des courriels

Vous pouvez envoyer un courriel à votre enfant à kanawanacamper@ymcaquebec.org. Dans la ligne d'objet, veuillez indiquer : « Nom complet de l'enfant – Section* – Âge » (comme pour les courriers) pour que nous sachions à qui il s'adresse. Afin de respecter l'environnement, nous vous demandons d'accumuler toutes vos nouvelles de la maison jusqu'à un jour ou deux avant l'envoi de votre courriel : ce serait dommage que nous devions imprimer une page entière sur laquelle ne figurent que quelques phrases !

**Section du campeur ou de la campeuse : voir la note ci-dessus concernant le courrier*

Recevoir des réponses par courriel

Une fois par semaine, nous donnerons à chaque enfant une feuille de papier sur laquelle écrire un « courriel » pour sa famille. Il sera alors numérisé et envoyé par courriel par notre équipe administrative à l'adresse courriel de la personne ayant été indiquée comme étant le ou la chef.fe de famille au moment de l'inscription de l'enfant. Si votre jeune participe à une expédition en canot de huit jours, il est peu probable que nous puissions traiter une réponse numérisée de sa part, en raison du peu de temps qu'il ou elle passera au camp. Si vous choisissez d'envoyer un courriel alors que les jeunes participent à une expédition en canot, ces courriels imprimés leur seront confiés à leur retour.

Pour nous contacter par téléphone

Les jeunes ne peuvent pas utiliser le téléphone sans la permission de la direction de leur section. Si votre enfant s'adapte difficilement au camp, vous recevrez un appel de la direction de sa section. **N'oubliez pas : si vous n'avez aucune nouvelle, c'est que tout va bien !**

Vous pouvez utiliser le numéro qui suit en cas d'urgence, ou pour contacter la direction de la section de votre enfant ou un membre du personnel.

Téléphone : 450 227-2414

Visites

Nous devons assurer la sécurité de quelque 250 enfants par session; c'est pourquoi nous avons adopté une politique stricte quant aux visites. Les jeunes n'ont le droit de recevoir des visites qu'en cas d'urgence. **Veuillez ne pas vous présenter au camp à l'improviste dans l'espoir de voir votre enfant, car nous vous refuserons l'accès pour des raisons de sécurité.** Nous escorterons les visiteurs et visiteuses au bureau du camp dès leur arrivée sur le site.

TRÈS IMPORTANT : Si des **mesures juridiques interdisent** le contact d'un parent ou d'une autre personne avec votre enfant, vous devez nous en informer par écrit avant le début du séjour de votre enfant au camp.



La vie au Camp YMCA Kanawana

Supervision

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité. Tous les campeurs et campeuses bénéficient d'un encadrement 24 heures sur 24.

Les groupes juniors (6 à 12 ans) comprennent un maximum de dix jeunes supervisé.e.s par au moins deux moniteurs ou monitrices. Les groupes seniors (12 ans et plus) comprennent un maximum de huit jeunes supervisé.e.s par au moins un moniteur ou une monitrice.

Les jeunes font également l'objet d'une supervision par des spécialistes durant certaines activités. Les plateaux d'activités bénéficiant d'un.e spécialiste sont les suivants : escalade, interprétation de la nature, artisanat, natation (trois à quatre membres du personnel), navigation en embarcation (deux membres du personnel) et atelier de menuiserie. Tou.te.s les spécialistes de programme qui supervisent l'aire de baignade sont des sauveteurs et sauveteuses certifié.e.s, tout comme certain.e.s des moniteurs et monitrices. Les ratios en camp de vacances sont réglementés par les normes de l'Association des camps certifiés du Québec (ACQ).

Conformément aux règlements de l'ACQ, au moins un.e membre du personnel doit avoir au minimum trois ans de plus que les jeunes du groupe de cabine ou de tente qu'il ou elle accompagne (par exemple, un moniteur ou une monitrice de 17 ans ne peut pas être seul.e avec un groupe de jeunes ayant 15 ans).

Le tableau ci-dessous compare les normes de l'ACQ à celles du Camp YMCA Kanawana.

	ACQ	Camp YMCA Kanawana	Plateaux d'activités au Camp YMCA Kanawana
Junior (7-12 ans)	1/7 ou 1/8	2/10	3/10
Senior (12-16 ans)	1/9	1/8	2/8
Expédition junior (11-12 ans)	1/4	3/10	s.o.
Expédition senior (13-17 ans)	1/5	2/8	s.o.



Groupes de cabine ou de tente

Les directions des sections mettent tout en œuvre afin de regrouper les enfants du même âge. Il peut arriver, toutefois, qu'il n'y ait pas suffisamment de jeunes du même âge pour former un groupe. De plus, le profil linguistique, les liens familiaux et les demandes de jumelage avec des camarades sont d'autres facteurs dont nous devons tenir compte. En conséquence, l'âge des campeurs et campeuses dans une même tente ou cabine peut varier d'un à trois ans. Si vous désirez soumettre une demande de jumelage lors de l'inscription de votre enfant, nous vous demandons de vous limiter à **un nom** par session, à veiller à ce qu'il y ait une **demande mutuelle (chaque enfant doit écrire le nom de l'autre enfant sur son formulaire d'inscription)** et que les campeurs et campeuses soient inscrit.e.s au même programme. **Nous ne pouvons pas garantir que votre demande sera satisfaite.** Nous encourageons les jeunes, ayant déjà participé au camp ou pour qui c'est la première fois, à nouer de nouvelles amitiés pendant leur séjour au camp, et la façon la plus facile de le faire est de les jumeler à de nouvelles personnes chaque été.





Activités et programmes du camp de vacances

Votre enfant participera à de nombreuses activités de camp, majoritairement avec les jeunes de son groupe, ainsi qu'avec les campeurs et campeuses de sa section et, parfois, avec l'ensemble des jeunes du camp. Ces activités sont planifiées par les moniteurs et monitrices, les directions de sections et le personnel des programmes. De plus, les enfants peuvent choisir de deux à quatre activités spécialisées ou groupes d'intérêt pendant leur séjour. Ces activités permettent aux jeunes d'opter pour des activités correspondant à leurs propres centres d'intérêt, et de rencontrer d'autres groupes de jeunes que ceux de leur cabine ou tente. Certains groupes d'intérêt comportent différents niveaux et les jeunes qui compléteront ces niveaux avec succès recevront une certification maison. D'autres visent simplement à laisser libre cours à la créativité.

La vie quotidienne au Camp YMCA Kanawana

7 h 15 à 7 h 45	Baignade du matin (<i>facultative</i>)
8 h à 9 h	Déjeuner et annonces
9 h à 9 h 20	Nettoyage du chalet et préparation pour la journée
9 h 20 à 10 h 25	Programme en chalet/tente no 1
10 h 25 à 11 h 30	Programme en chalet/tente no 2
11 h 30 à 12 h 15	Activités générales en plein air et natation* (<i>canot, tir à l'arc et interprétation de la nature</i>)
12 h 15 à 12 h 30	Préparation pour le dîner
12 h 30 à 13 h 30	Déjeuner, annonces et encouragements de la section tous les deux ou trois jours
13 h 30 à 14 h 30	Temps de sieste/pause
14 h 30 à 15 h 30	Groupe d'intérêt no 1
15 h 30 à 16 h 30	Groupe d'intérêt no 2
16 h 30 à 17 h 30	Activités générales en plein air et natation*
17 h 30 à 17 h 45	Préparation pour le souper
17 h 45 à 18 h 45	Souper et annonces
18 h 45 à 19 h	Repos
19 h à 20 h	Programme en chalet/tente no 3
20 h à 21 h	Programme en chalet/tente no 4 (<i>les plus jeunes enfants se préparent à aller au lit</i>)
21 h à 22 h	Feu de camp (<i>les aînés et aînées se préparent à aller au lit</i>)
22 h	Extinction des feux

**Les activités en plein air varient selon la météo et la disponibilité du personnel, mais elles diffèrent habituellement le matin et l'après-midi.*

Dans tous nos programmes et toutes nos activités à Kanawana, nous insistons sur l'importance de la participation, du plaisir, de la coopération et de l'acquisition de compétences. Les activités peuvent inclure des cours de natation, le canot, le kayak, la planche à pagaie, le travail du bois, le tir à l'arc, l'artisanat, l'interprétation de la nature, l'escalade, le parcours de cordes à ras le sol, la musique, la danse, l'activité physique, le yoga, et plus encore. Parmi les programmes spéciaux offerts au camp, notons « Coffee/Cocoa House » (spectacles de variétés), les feux de camp, la soirée « Dancing with the staff », Kanawoodstock, les nuitées et le jeu des Bûcherons et des Voyageurs.



Nuitée en camping au bord du lac Wilson

Une semaine sur deux, chaque enfant a l'occasion de découvrir le grand air dans le cadre d'une excursion de camping d'une nuit sur le lac Wilson. Il s'agit d'un séjour d'une nuit dans une tente, où il ou elle peut aider à préparer le feu de camp, cuisiner sur un feu et profiter de la beauté de la nature sauvage sur notre merveilleux site! Chaque groupe de chalet est accompagné de deux membres du personnel et chaque emplacement de camping est équipé de matériel de camping, d'une trousse de premiers soins et d'un walkie-talkie en cas d'urgence. Veuillez noter que notre directrice du camp d'été et notre personnel de l'infirmerie sont accessibles par walkie-talkie 24 heures sur 24.

Comme la sécurité des enfants est toujours une priorité au Camp YMCA Kanawana, ces nuitées ne seront pas prévues en cas de mauvais temps. Les nuitées seront reportées, si le temps le permet, mais cela ne peut pas être garanti.

Notre section pour les plus jeunes (de 7 à 9 ans selon l'aménagement des cabines; Pionnières et Forestiers (Woodsies)) peut participer à un séjour de jour pour faire de la planche à pagaie (SUP), de la randonnée vers un autre site où elles et ils pourront nager et jouer et prendre le repas du midi avant de retourner au bercail en fin d'après-midi.





Santé et bien-être

Le camp dispose d'une infirmerie dotée de 5 lits qui est supervisée par deux professionnel.le.s de la santé. Les formulaires médicaux, les médicaments et la copie papier de la carte d'assurance maladie de votre enfant seront conservés à l'infirmerie durant son séjour au camp. Le personnel de l'infirmerie transmettra les informations médicales pertinentes aux moniteurs et monitrices, aux guides d'expédition et aux directions de sections au besoin. Veuillez noter que les guides amènent les copies papier des cartes d'assurance maladie et les médicaments avec eux et elles en expédition.

Si, durant son séjour au camp, votre enfant doit prendre des médicaments délivrés sur ordonnance, veuillez remettre les contenants, tubes d'onguent et autres au personnel de l'infirmerie avant le départ de l'autobus ou à votre arrivée au camp. **Veuillez vous assurer que votre enfant apporte au camp une quantité suffisante de médicaments, et que ses médicaments portent clairement son nom.** Les médicaments d'ordonnance doivent nous être remis dans leur **contenant original** avec l'étiquette mentionnant le nom de l'enfant et les directives pour leur administration. À la fin du séjour, nous vous remettrons les médicaments non utilisés dans une enveloppe portant le nom de votre enfant, au point de débarquement ou au bureau du camp.

Tous les médicaments, délivrés sur ordonnance ou non, seront conservés en tout temps à l'infirmerie dans une armoire verrouillée. Les enfants ne peuvent pas avoir de médicaments en leur possession, sauf dans des cas particuliers (p. ex. : les inhalateurs et les EpiPenMD).

Le personnel de l'infirmerie, la directrice du camp ou la directrice adjointe du camp **vous téléphonera** si :

- nous devons amener votre enfant à la clinique ou à l'hôpital;
- votre enfant doit passer la nuit à l'infirmerie;
- votre enfant contracte une maladie contagieuse;
- votre enfant a une forte fièvre.

Votre enfant sera renvoyé à la maison pour les raisons médicales suivantes :

- après plus de 24 heures à l'infirmerie;
- symptômes de maladie contagieuse;
- douleur intense qui ne s'atténue pas dans les deux heures (après avoir pris des analgésiques en vente libre).

Le séjour au camp ne constitue PAS un bon moment pour cesser ou réduire la prise de médicaments délivrés sur ordonnance. Le Camp YMCA Kanawana n'acceptera pas de modifier la dose des médicaments administrés à l'enfant sans la prescription écrite d'un.e professionnel.le de la santé.

Si votre enfant suit présentement (ou a récemment suivi) une thérapie ou reçoit d'autres traitements pour un problème de santé mentale, nous vous demandons de nous le faire savoir afin que nous puissions connaître ses besoins au camp. Si possible, prévenez le ou la professionnel.le qui lui vient en aide qu'il est possible que nous communiquions avec cette personne pendant le séjour de l'enfant au camp (en cas de crise ou de besoin urgent d'aide sur le plan mental) pour obtenir des conseils ou pour une intervention directe de sa part auprès de l'enfant.



Services d'alimentation

Un élément important du maintien d'un mode de vie sain au Camp YMCA Kanawana est de veiller à ce que les enfants mangent bien pendant leur séjour avec nous. Un ou une diététiste agréé e approuve notre menu avant le début de l'été, conformément aux normes d'accréditation de l'Association des camps certifiés du Québec, et nous nous assurons que les normes nutritionnelles optimales sont respectées pour chaque repas. De plus, notre équipe de restauration prépare des repas copieux, sains et équilibrés pour donner aux enfants l'énergie dont ils ou elles ont besoin pour se dépenser toute la journée.

Les enfants savoureront trois repas nutritifs par jour, ainsi que deux collations. Si besoin, pour leur donner un coup de pouce supplémentaire, nous leur fournissons des fruits et de l'eau dans la salle à manger tout au long de la journée. Si votre enfant a des besoins alimentaires particuliers, veuillez consulter notre Plan de gestion des allergies ci-dessous.

Restrictions alimentaires et allergies

Au Camp YMCA Kanawana, nous faisons tous les efforts possibles pour nous adapter aux besoins des enfants qui ont des restrictions alimentaires et présentent des allergies alimentaires. Assurez-vous de décrire clairement les besoins alimentaires de votre enfant dans le formulaire de demande.

Plan de gestion des allergies

Nous prêtons une attention particulière aux enfants qui ont des allergies alimentaires et prenons les précautions suivantes pour leur offrir un environnement sécuritaire :

- Nous suivons les allergies de tous nos campeurs et campeuses.
- Notre personne en cuisine connaît tous les enfants qui ont des allergies alimentaires et leurs besoins.
- De l'adrénaline (EpiPen) est disponible à divers endroits dans le camp.
- De l'adrénaline (EpiPen) est disponible pour toutes les nuitées et les excursions en canot.
- Les arachides et les produits de noix ne sont pas disponibles ou permis sur le camp. Nous utilisons des produits contenant des traces de noix et d'arachides dans notre cuisine, ainsi que dans nos programmes de canotage.

Note de sécurité : Bien que nous ayons l'habitude de recevoir des enfants qui ont de graves allergies alimentaires et que nous fassions tous les efforts possibles pour nous assurer que les arachides et produits de noix ne sont pas apportés sur la propriété de Kanawana, nous ne garantissons pas que notre site soit exempt d'arachides et de noix, car nous utilisons des produits qui peuvent en contenir. Pour les allergies alimentaires graves, n'hésitez pas à communiquer avec notre équipe de direction avant l'inscription pour discuter des besoins de votre enfant et voir si nous pouvons les satisfaire.

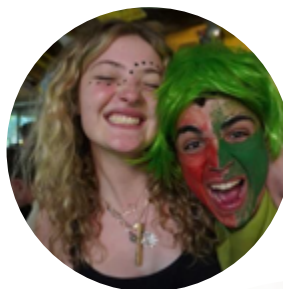


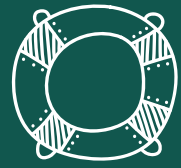


Rencontrez notre équipe

Un camp de qualité, ça commence avec un personnel dévoué, dynamique et bien formé. Notre personnel et notre équipe d'animation expérimentée reçoivent plus de **80 heures de formation, sont certifiés en RCR et en premiers soins** et ont terminé le programme du YMCA sur le développement sain de l'enfant afin de s'assurer que **vos enfants reçoivent les meilleurs soins**.

Au Camp YMCA Kanawana, nous avons la fierté d'avoir un personnel dévoué, attentionné et complet. Au travers de divers postes au camp, que ce soit comme animateur ou animatrice, membre du personnel des programmes, guide d'expédition en canot-camping ou membre de l'équipe de gestion ou de notre personnel de soutien, nous assurons que chaque membre du personnel est formé en fonction de son rôle et est capable de s'acquitter de ses responsabilités. La diversité de notre équipe aux membres âgé.e.s de 17 ans et plus et son dévouement envers nos campeurs et campeuses créent des souvenirs inoubliables ! Plus de 60 % des membres de notre personnel ont fait partie des campeurs et campeuses du YMCA de Kanawana et vivent selon notre devise : *NON NOBIS SOLUM* (pas seulement pour nous-mêmes).





Sécurité

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité. Le Camp YMCA Kanawana est équipé d'un système téléphonique, d'une sirène en cas d'urgence et de matériel de radiocommunication. Il y a une trousse de premiers soins dans tous les principaux bâtiments et lieux où se déroulent les activités, ainsi que des EpiPenMD à plusieurs endroits stratégiques dans le camp. Il y a aussi un réservoir d'oxygène d'urgence et un défibrillateur externe automatique en permanence à l'infirmerie. La plupart des membres du personnel ont reçu une formation en premiers soins et en RCR, et plusieurs sont des premiers ou premières répondant.e.s certifié.e.s en région sauvage et éloignée.

Tous les membres du personnel participent à une session de formation de huit jours avant le début du camp. Au cours de cette formation, ils et elles se familiarisent avec les règles et procédures du camp en matière de sécurité, en plus de recevoir une formation exhaustive selon les normes établies par les programmes de développement de l'enfant du YMCA et l'Association des camps du Québec, association dont notre camp est un membre fondateur. Tous les membres du personnel feront l'objet de vérifications de leurs références et de leurs antécédents judiciaires avant leur embauche.

Lors de leurs deux premières journées au camp, les campeurs et campeuses passent un test de natation et apprennent quoi faire si la sirène retentit. Toutes les personnes utilisant les embarcations du camp (barges, canots, kayaks et planches à pagaie) doivent porter une veste de sauvetage **en tout temps**. Il est également possible que les jeunes doivent porter un casque lors de certains jeux et de certaines activités en embarcation.

Les groupes qui participent à des activités loin des installations centrales du camp (lors des nuitées) doivent apporter une trousse de premiers soins et une radio (un walkie-talkie). La directrice du camp et le personnel de l'infirmerie ont une radio sur eux et elles en tout temps, le jour comme la nuit.





Echelle approx. | Approx. scale 1 : 1500

	Tuck Shop Tuck Shop		Tennis Tennis
	Cabine du personnel Staff Cabin		Plateforme Platform
	Cabine LT LT Cabin		Rond de feu Fire bowl
	Cabine tout usage Miscellaneous Cabin		Terrain de GOLF GOLF Pitch
	Cabine des Essences Workman Cabin		Stationnement Parking
	Cabine des pompiers Firemen Cabin		



D5	Legion Deck	E1	Archery	F4	La Cache	F19	Bunkie
D6	#2	E2	Bal Field	F5	North Wind	G1	Milow
D8	#4	E3	Repsu Cove	F6	Tippin' Hill	G2	Spence
D7	Choppy's	E4	Repsu Rapids	F7	Solid old mill	G3	Cedar
D8	Backroads	E5	Kalmuk	F8	North-West House	G4	Sagezda
D9	Santa	E6	Hut	F9	Beating House	G5	Falm
D10	Laguna	E7	Kitchen	F10	Conway	G6	Maple
D11	Dorona	E8	Bushen	F11	Garrett Cabin	G7	Barrow
D12	Wetazaro	E9	Office (B.O.)	F12	Thorn's Box	G8	Barrow
D13	Wentz	E10	Garage	F13	Garrett's	G9	Wells
D14	Quartz	E11	Jeep (Grain A/C)	F14	Nest	G10	Dupe
D15	Newport	E12	Padon	F15	Lighthouse	G11	Lair
D16	Osia	E13	Barrows	F16	Trepee	G12	Formos
D17	Bum	F1	Sanctum	F17	Roach Hut		
D18	Malybu	F2	Ash	F18	Lookout		



Transport : lieu de l'arrêt d'autobus

➡ **École secondaire Pierre-Laporte : 1101, chemin Rockland | Mont-Royal | Québec | H3P 2X8**

Nous encourageons fortement les campeurs et campeuses de Montréal et des environs à prendre notre autobus pour se rendre au camp et en revenir; après tout, l'expérience de camp commence dès qu'ils y montent à bord ! De plus, c'est une belle façon de réduire votre empreinte écologique. Si, avant ou durant le séjour, vous devez modifier les arrangements relatifs au transport de votre enfant, veuillez nous en informer par écrit dès que possible afin que nous puissions prendre les dispositions nécessaires et aviser votre enfant du changement. Vous pouvez le faire en nous faisant parvenir un courriel à camp.kanawana@ymcaquebec.org.

Vous devrez payer 25 \$ pour tout changement lié au transport effectué moins de 72 heures avant le départ ou le retour de votre enfant.

Session	Départ*	Retour juniors	Retour seniors
1A	22 juin : 8 h	27 juin : 16 h 30 – 17 h	
1B	28 juin : 8 h	3 juillet : 16 h 30 – 17 h	
1	22 juin : 8 h	3 juillet : 16 h 30 – 17 h	3 juillet : 17 h – 17 h 30
2	6 juillet : 8 h	17 juillet : 16 h 30 – 17 h	17 juillet : 17 h – 17 h 30
3	20 juillet : 8 h	31 juillet : 16 h 30 – 17 h	31 juillet : 17 h – 17 h 30
Voyageur Extrême	27 juillet : 8 h		14 août : 17 h – 17 h 30
4	3 août : 8 h	14 août : 16 h 30 – 17 h	14 août : 17 h – 17 h 30

**Les autobus quittent l'école Pierre-Laporte vers 8 h 30 – 9 h, mais nous demandons aux jeunes d'arriver au moins une heure à l'avance pour nous laisser suffisamment de temps pour les enregistrer, contrôler la présence de poux et charger leurs bagages. Toutes celles et tous ceux qui manqueront l'autobus seront responsables de leur propre transport au camp.*

Liste des personnes autorisées à récupérer votre enfant

Au moment de l'inscription, nous vous demandons de nommer toutes les personnes autorisées à venir récupérer votre enfant au débarcadère (autres que la personne principale inscrite au compte). Au débarcadère, la personne qui viendra récupérer l'enfant devra fournir une **pièce d'identité avec photo** afin que nous comparions son nom avec ceux sur la liste. Si vous devez ajouter des noms à cette liste après l'inscription, contactez-nous à camp.kanawana@ymcaquebec.org. C'est avec plaisir que nous apporterons les changements requis. Veuillez noter que les changements doivent être faits au moins 48 heures avant la fin de la session.



Transport : Itinéraire vers le camp

➡ **673, montée Saint-Elmire | Saint-Sauveur | Québec | J0R 1R1**

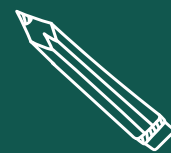
1. Prenez l'autoroute 15 Nord jusqu'à la sortie 60.
2. Après avoir emprunté la sortie, tournez à gauche au feu de circulation.
3. Demeurez dans la voie de droite, après le prochain feu de circulation, sur la route 364.
4. Passez trois autres feux de circulation, et tournez à gauche au quatrième feu de circulation, sur la rue Principale.
5. Roulez sur la rue Principale, passez devant le Mont Habitant, puis tournez à gauche sur la montée Saint-Elmire.
6. Roulez 3,3 km sur la montée Saint-Elmire. Le Camp YMCA Kanawana sera situé à votre droite.

Horaire pour les jeunes qui s'occupent de leurs déplacements :

Session	Arrivée	Départ
1A	22 juin : 9 h – 10 h	27 juin : 14 h – 15 h
1B	28 juin : 9 h – 10 h	3 juillet : 14 h – 15 h
1	22 juin : 9 h – 10 h	3 juillet : 14 h – 15 h
2	6 juillet : 9 h – 10 h	17 juillet : 14 h – 15 h
3	20 juillet : 9 h – 10 h	31 juillet : 14 h – 15 h
Voyageur Extrême	27 juillet : 9 h – 10 h	14 août : 14 h – 15 h
4	3 août : 9 h – 10 h	14 août : 14 h – 15 h

Liste des personnes autorisées à récupérer votre enfant

Au moment de l'inscription, nous vous demandons de nommer toutes les personnes autorisées à venir récupérer votre enfant au débarcadère (autres que la personne principale inscrite au compte). Au débarcadère, la personne qui viendra récupérer l'enfant devra fournir une **pièce d'identité avec photo** afin que nous comparions son nom avec ceux sur la liste. Si vous devez ajouter des noms à cette liste après l'inscription, contactez-nous à camp.kanawana@ymcaquebec.org. C'est avec plaisir que nous apporterons les changements requis. Veuillez noter que les changements doivent être faits au moins 48 heures avant la fin de la session.



Formulaires, frais et politiques

Politique relative aux paiements et aux remboursements

Des **frais d'inscription non remboursables de 175 \$ + taxes** par semaine sont exigés au moment de l'inscription. Tous les frais doivent être intégralement payés avant le 1^{er} juin.

Toute demande de remboursement ou d'annulation doit être faite par écrit (un courriel suffit). Si un remboursement a été approuvé, il sera calculé au prorata du nombre de jours que votre enfant a passés au camp. L'absence du camp **ne constitue pas** un retrait du programme, vous devez nous contacter pour obtenir un remboursement.

Les annulations ou les changements de session ou de programme souhaités doivent être faits par écrit et ne seront pas acceptés par téléphone.

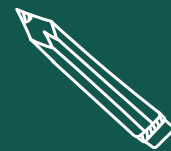
Politique relative au comportement

Le Camp YMCA Kanawana se réserve le droit de retirer un jeune de son groupe pour une période jugée nécessaire si l'enfant perturbe les activités du groupe ou s'il ou elle adopte un comportement affectant une ou plusieurs personnes.

Conséquences d'un comportement inapproprié : Dans toute collectivité, il est normal et naturel que des conflits surviennent. Au camp, nous faisons notre possible pour que la résolution de conflits permette de guérir les blessures, de limiter les blessures à l'avenir et de bâtir un esprit de collectivité. Le degré de gravité du comportement inapproprié déterminera les répercussions que devra assumer le campeur ou la campeuse. Ces répercussions ont pour but de rétablir la relation existant entre les jeunes, les membres du personnel et le camp dans son ensemble. Si votre enfant se retrouve dans une telle situation, qu'il ou elle en soit l'instigateur ou instigatrice ou la victime, nous communiquerons avec vous par téléphone ou par courriel pour vous faire part des détails de la situation et des mesures qui ont été prises pour la résoudre. Si nous sommes d'avis que le comportement était trop grave et qu'il n'est pas possible de réparer les torts sur place, nous vous demanderons de prendre les dispositions nécessaires pour venir chercher votre enfant au camp. Si votre enfant ignore continuellement les règlements du camp, manque de respect à ses camarades et aux membres du personnel et ne manifeste aucune volonté de changement, nous pourrions décider que la meilleure solution est que votre enfant quitte le camp.

Formulaire médical et médication

En inscrivant votre enfant, vous avez eu l'occasion de fournir des renseignements sur sa médication ou toute condition médicale. Vous pouvez modifier ces renseignements en tout temps jusqu'à l'arrivée de votre enfant au camp en nous envoyant un courriel à camp.kanawana@ymcaquebec.org. Toute instruction supplémentaire ou mise à jour que vous désirez donner au personnel de l'infirmerie du camp concernant des médicaments peut également être transmise à l'arrêt d'autobus ou au bureau du camp ou à wellness.kanawana@ymcaquebec.org durant un séjour. Vous pouvez remettre une lettre explicative en mains propres au personnel de l'infirmerie. Tout médicament doit être remis au personnel de l'infirmerie au point d'embarquement ou au camp, avec le nom de l'enfant, la dose, la fréquence à laquelle il doit être pris et toute autre information (surtout, pour les médicaments non prescrits) clairement indiqués, ou les fournir dans leur contenant original (pour les médicaments sur ordonnance). Le personnel de l'infirmerie suivra les instructions des étiquettes à la lettre à moins qu'elles soient accompagnées d'une note d'un.e professionnel.le de la santé expliquant pourquoi il ne faut pas suivre les instructions sur l'étiquette.



Cartes d'assurance maladie

Nous ne garderons pas en notre possession les cartes d'assurance maladie des campeurs et campeuses.

Si vous désirez que votre jeune apporte sa carte d'assurance maladie, il ou elle en sera responsable. Tou.te.s les jeunes **doivent** se présenter à l'arrêt d'autobus ou au camp avec une photocopie de leur carte d'assurance maladie ou une preuve d'assurance médicale équivalente. Vous pouvez également la faire parvenir par courriel avant le début du séjour (en photo ou en PDF) à wellness.kanawana@ymcaquebec.org. Veuillez noter que les guides amènent les photocopies des cartes d'assurance maladie en expédition.

Punaises de lit

Les cas de punaises de lit sont de plus en plus courants dans la province. Bien qu'elles soient nuisibles, elles ne sont pas porteuses de maladies humaines transmissibles. Si votre famille a rencontré des problèmes de punaises de lit dans les semaines précédant le séjour de votre enfant, veuillez en faire part à la direction du camp. Cela n'empêchera pas votre enfant de venir au camp. Toutefois, à l'arrêt d'autobus ou à son arrivée sur les lieux, nous procéderons à une inspection visuelle de ses effets personnels afin de nous assurer que ces bêtes ne s'inviteront pas au camp. De plus, ses vêtements, son sac de couchage et son oreiller seront mis à la sècheuse dès notre arrivée au camp. La chaleur constitue le seul traitement non chimique dont l'efficacité est reconnue pour éliminer les punaises de lit, quel que soit leur stade de développement.

Poux

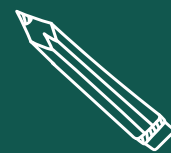
Au Camp YMCA Kanawana, nous faisons d'importants efforts pour prévenir les épidémies de poux. La tête de chaque enfant doit obligatoirement être examinée avant de monter dans l'autobus ou de pénétrer dans l'enceinte du camp pour l'enregistrement. Assurez-vous que votre enfant ne se présente pas avec une coiffure qui devra être refaite (nous devons surtout être en mesure d'examiner le cuir chevelu de l'enfant, l'arrière de ses oreilles et sa nuque).

- a.** Nous n'effectuerons pas de traitement anti-poux au camp. Si votre enfant a des poux, vous devez le ramener à la maison où vous lui ferez vous-même un traitement anti-poux. Vous pourrez le ou la reconduire au camp une fois les poux et les lentes éliminés. Nous vous recommandons également de placer ses vêtements et sa literie à la sècheuse, à température élevée, avant de refaire ses bagages.
- b.** Si votre enfant arrive au camp après le début de la session, nous pouvons offrir un remboursement au prorata pour les journées manquées, ou vous pouvez décider d'annuler votre session. Si des places sont disponibles dans les sessions suivantes, il vous est également possible de modifier votre inscription. Ce type de demande doit être effectuée par courriel à camp.kanawana@ymcaquebec.org.

Protocole à l'égard des tiques

Au Camp YMCA Kanawana, nous reconnaissons l'importance de la proactivité en ce qui concerne les tiques, car elles peuvent transmettre la maladie de Lyme. Bien que nous n'en ayons jamais trouvé dans nos installations et que nous soyons situés dans une zone tempérée, le protocole suivant est en vigueur au camp :

- a.** Les moniteurs et monitrices et les chef.fe.s d'expédition veilleront à ce que les jeunes examinent leur corps à la recherche de tiques au coucher, et au réveil s'ils et elles participent à une expédition en canot ou à une nuitée loin des installations principales du camp. Les jeunes s'entraideront pour inspecter les parties qui sont difficiles à voir comme le dos, l'arrière des oreilles et le cuir chevelu. Ils et elles auront aussi accès à des miroirs de poche pour vérifier ces endroits pendant leur séjour au camp.



- b.** Les moniteurs et monitrices leur demanderont de procéder à un examen dans la douche. En expédition, leurs chef.fe.s leur recommanderont de le faire au moment de la baignade.
- c.** Si nous découvrons une tique sur le corps d'un ou une enfant, le personnel infirmier ou le ou la chef.fe d'expédition l'enlèvera le plus tôt possible. Nous en aviserons les parents selon le moment où l'incident est survenu par rapport à la session. Nous pourrions consulter les parents, ou les prévenir de venir apporter un traitement préventif contre la maladie de Lyme dans une pharmacie participante.
- d.** Si nous croyons qu'un ou une enfant a été piqué.e par une tique, mais que nous ne retrouvons pas l'insecte, l'enfant fera l'objet d'un suivi et les parents en seront avisés. Si nous soupçonnons la présence de la maladie, l'enfant sera transporté.e à l'hôpital ou à une clinique pour recevoir un traitement antibiotique.





Campeurs et campeuses provenant de l'extérieur du Québec

Assurance médicale

L'ensemble des jeunes doivent obligatoirement bénéficier d'une couverture par une assurance médicale en vigueur pendant toute la durée de leur séjour. Le Camp YMCA Kanawana n'offre pas une telle protection à ses campeurs et campeuses. Veuillez transmettre à la direction du camp une copie de votre police d'assurance **avant le 1^{er} juin** à l'adresse électronique suivante : wellness.kanawana@ymcaquebec.org. Veuillez aussi vous assurer que votre enfant a en sa possession une version papier comprenant le numéro de la police d'assurance ainsi que toutes les coordonnées qui pourraient s'avérer nécessaires dans le cas où il ou elle aurait besoin de services médicaux professionnels.

Transport entre l'aéroport et le camp

Nous offrons un service de transport entre l'aéroport et le camp, moyennant des frais supplémentaires. Si votre enfant requiert ce type de service, veuillez-nous en faire part en contactant la direction du camp par courriel, à l'adresse camp.kanawana@ymcaquebec.org, ou par téléphone au numéro 514 687-9622. Les frais de transport entre l'aéroport et le camp s'élèvent à 96 \$ plus taxes par trajet ou à 192 \$ plus taxes pour un aller-retour.

Vols

Il est primordial que les dates d'arrivée et de départ des vols de votre enfant **ne soient pas prévues avant le 22 juin ni après le 14 août**. Aucun campeur ou campeuse ne sera présent.e sur le site du camp avant le 22 juin ni après le 14 août, et nous ne pouvons garantir qu'une personne pourra assurer le transport de l'enfant à partir ou en direction de l'aéroport ni que des membres du personnel seront sur place pour le ou la superviser en dehors de ces dates. Veuillez communiquer avec la directrice du camp avant de réserver un vol en dehors des dates officielles.

Veuillez nous faire parvenir l'itinéraire du vol de votre enfant à l'adresse camp.kanawana@ymcaquebec.org aussitôt le billet d'avion réservé. Nous demandons aux parents ou aux tuteurs ou tutrices de l'enfant de réserver son ou ses vols avant le 1^{er} juin.

Un chauffeur ou une chauffeuse du Camp YMCA Kanawana peut assurer le transport de votre enfant à partir de l'aéroport ou vers celui-ci lors de la première ou la dernière journée de la session.

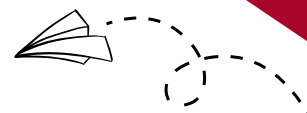


Transport à partir de l'aéroport pour les jeunes provenant de l'extérieur du Canada

Si votre enfant voyage en tant que mineur.e non accompagné.e, veuillez communiquer avec nous pour obtenir des renseignements sur le chauffeur où la chauffeuse responsable de le ou la récupérer. Nous ne serons en mesure de vous fournir ce type de renseignement que deux semaines avant la date prévue. Le chauffeur ou la chauffeuse sera muni.e d'une pancarte pour que votre enfant soit en mesure de le ou la reconnaître, et nous vous fournirons un numéro de téléphone vous permettant de le ou la contacter pendant le transit de votre enfant.

Effets personnels

Nous avons conscience du fait que beaucoup de jeunes provenant de l'extérieur de la province ont souvent en leur possession des effets personnels de valeur tels que leur passeport, de l'argent comptant, un téléphone cellulaire, un lecteur de musique et d'autres appareils électroniques qui leur servent lors de leurs déplacements. Ces articles seront mis en sûreté dans le coffre-fort du camp, auquel seules la directrice et la directrice adjointe du camp auront accès. Les effets personnels du ou de la jeune y seront déposés dès le premier jour et ne lui seront rendus que lors de son départ.



Questions

Si vous avez des questions ou des préoccupations concernant le Camp YMCA Kanawana, l'inscription de votre enfant, les paiements ou tout autre sujet, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Service à la clientèle et administration

Courriel : camp.kanawana@ymcaquebec.org

Téléphone toute l'année : 514 687-9622 ou 1 833 505-9622 (en dehors de Montréal)

Téléphone pendant l'été : 450 227-2414 (ou numéro à l'année ci-dessus)

Adjointe de direction

Amy Thomson

Courriel : amy.thomson@ymcaquebec.org

Téléphone : 450-227-2414, poste 6

Directeur du camp d'été

Justin Caldwell

Courriel : justin.caldwell@ymcaquebec.org

Téléphone : 450 227-2414, poste 4

Coordinatrice aux expéditions et aux locations

Eloise Hebert-Imbeault

Courriel : eloise.hebert-imbeault@ymcaquebec.org

Téléphone : 450-227-2414, poste 3

Directrice du Camp Kanawana

Marie-Pierre Lacasse

Courriel : marie-pierre.lacasse@ymcaquebec.org

Téléphone : 450 227-2414, poste 7

Directeur adjoint du camp d'été

Quinn Durand

Courriel : quinn.durand@ymcaquebec.org

Téléphone : 450-227-2414, poste 5

Au plaisir de passer l'été avec vous !

Suivez-nous sur les médias sociaux pour voir ce que font les campeurs et campeuses pendant l'été.

Aimez Camp YMCA Kanawana sur Facebook et Instagram pour des nouvelles et des photos !





Guide complémentaire sur **le programme d'expédition en canot-camping**

Camp YMCA Kanawana



Préparation des sacs
contenant l'équipement
personnel pour l'expédition
en canot-camping





Il est important d'envoyer votre enfant au camp avec l'équipement et les vêtements appropriés pour les excursions en canot-camping et leur séjour au camp. Veuillez consulter notre liste d'articles à emporter pour l'excursion pour obtenir tous les détails. **VEUILLEZ INSCRIRE LE PRÉNOM ET LE NOM DE FAMILLE DE VOTRE ENFANT SUR TOUS SES VÊTEMENTS ET SON ÉQUIPEMENT DE CAMPING** (p. ex., sac étanche) ! Le meilleur moyen est d'utiliser un stylo à encre indélébile (Sharpie) ou des étiquettes. Inscrivez le nom de votre enfant sur ses cols de chemises, ses chaussures, ses sacs de couchage, ses chapeaux, ses brosses à dents, ses serviettes, etc.

Conseils et idées supplémentaires :

- ✓ Mettez les effets de votre enfant dans un sac à dos ou un sac de sport, car l'espace de rangement est limité.
- ✓ À des fins de confort, les campeurs et campeuses doivent apporter leur **sac de couchage, et idéalement, un sac imperméable**. Nous recommandons un sac de couchage « trois saisons » léger, car les nuits peuvent être fraîches, particulièrement en août (NOTE : s'il y a des risques que votre enfant mouille son lit, veillez à ce que son sac de couchage soit lavable à la machine). **Nous recommandons un sac étanche de 30 litres pour chaque programme (veuillez consulter la liste d'articles à apporter pour obtenir des commentaires précis).**
- ✓ Mettez les articles de toilette et les articles fréquemment utilisés (insectifuge, crème solaire) dans des sacs Ziploc étiquetés et assurez-vous que tous les produits sont biodégradables.
- ✓ Donnez à votre enfant une liste des articles apportés afin qu'il ou elle n'oublie rien au moment de refaire ses bagages.
- ✓ Les enfants qui portent des verres de contact auront besoin de leurs lunettes pour les expéditions en canot-camping. De plus, ils et elles doivent **AVOIR EN LEUR POSSESSION UNE LANIÈRE APPROPRIÉE POUR TENIR LEURS LUNETTES SUR L'EAU** (veuillez consulter la liste d'articles à apporter pour plus de détails).
- ✓ Les shampoings, revitalisants et savons **doivent être biodégradables** (à base de glycérine et sans phosphate) et **non parfumés** (les produits parfumés attirent les mouches noires, les moustiques, etc.).

À ne PAS apporter au camp :

- X **Articles FRAGILES** : veuillez garder en tête qu'une expédition en canot-camping est une activité de plein air intense qui peut endommager tout équipement apporté.
- X **Vêtements neufs** : les enfants passeront leurs journées à jouer à l'extérieur; ils et elles vont donc se salir!
- X **Maillot de bain qui ne permet le niveau d'activité au camp**. Les slips de bain pour hommes et les maillots de bain qui ont des nœuds ou des attaches peuvent se détacher facilement. Ceux-ci ne sont pas appropriés pour les aires d'animation de natation ou d'activités en embarcation.
- X **Sèche-cheveux, baladeurs, jeux vidéo, lecteurs MP3, téléphones cellulaires, ordinateurs portables et/ou tout appareil numérique** : ces articles seront confisqués, étiquetés et déposés dans un coffret de sûreté jusqu'au dernier jour du séjour de l'enfant.
- X **Bijoux, boucles d'oreilles pendantes et montres de valeur** : ces articles peuvent causer des blessures et être perdus facilement.
- X **Argent** : les enfants auront un compte à la boutique TUCK (compris dans le tarif) et ne pourront acheter des articles qu'avec l'argent de ce compte. Vous pouvez rajouter de l'argent dans le compte au besoin, par l'entremise de nos services administratifs.
- X **Aliments ou collations** : des collations sont offertes aux enfants dans la salle à manger et lors des expéditions en canot-camping toute la journée et tous les jours. Kanawana signifie « paisible et nourriture en abondance » après tout ! Quand ils sentent de la nourriture, les rats laveurs, mouffettes, fourmis, écureuils et autres bestioles ont tendance à entrer dans les tentes et les chalets sans invitation.
- X **Couteaux ou ruban adhésif** : le camp peut fournir ces articles au besoin.
- X **CIGARETTES ou TABAC** : un.e jeune en possession de cigarettes ou d'autres produits contenant du tabac se les verra confisqués, et sa famille recevra un appel. Toute récidive entraînera le **renvoi à la maison du ou de la jeune**.
- X **ALCOOL ET DROGUES** : nous avons une politique de **TOLÉRANCE ZÉRO** vis-à-vis des jeunes consommant ou en possession d'alcool ou de drogue. Les jeunes ayant l'une de ces substances en leur possession feront l'objet d'un **renvoi à la maison sur-le-champ**.

REMARQUE : Le Camp YMCA Kanawana ne peut être tenu responsable du vol ou de la perte d'équipement, de bijoux, de montres, d'argent comptant ou d'autres articles personnels.



Équipement de groupe fourni par le camp

Pendant l'expédition en canot-camping, on s'attendra à ce que votre enfant possède les articles figurant sur la liste d'articles à apporter (ou un substitut approprié), mais nous fournirons également de l'équipement qui servira au groupe dans son ensemble et qui sera utilisé par votre enfant et son équipe pendant l'expédition.

À titre d'information, voici l'équipement utilisé par les participant.e.s et les guides d'expédition pour chaque excursion en canot-camping menée par le Camp YMCA Kanawana :

Vie sur le site de camping et nuitée	Cuisine et hygiène	Sur l'eau
• Tentes • Haches et une scie • Pelle • Papier hygiénique et désinfectant pour les mains • Sacs à ordures • Trousse de survie • Téléphone satellite fonctionnel et dispositif de repérage par GPS • Fonds d'urgence • Étui à carte imperméable comprenant des itinéraires, un menu, un livre de recettes et des renseignements sur les situations d'urgence • Trousse de premiers soins	• Casseroles et poêles • Bols et cuillères • Ustensiles de service • Savon biodégradable et désinfectant pour les mains • Sac-filet pour faire sécher la vaisselle • Traitement de purification de l'eau • Filtre à eau • Barils alimentaires	• Canots • Pagaies • Sacs de sauvetage • Trousse de sauvetage en eaux vives • VFI ajustée à chaque participant.e • Écope pour chaque canot • Trousse de réparation de canot • Sacs de transport pour les sacs étanches personnels • Sacs secs personnels des participant.e.s • Équipement de canot (cordes de sécurité, lampe de poche, dispositif sonore, pagaie supplémentaire, VFI supplémentaire)
	Autres	
	• Bibliothèque • Documents du programme pour les activités choisies • Jeux de poche	

Notre équipement est vérifié avant le départ par les guides d'expédition et les campeurs et campeuses. Cela permet de s'assurer que l'équipement est sécuritaire et propre et que toutes les réparations à réaliser et tous les bris sont identifiés avant l'activité. Cette politique nous permet de mener à bien des programmes sécuritaires et nous aide à assurer la sécurité de votre enfant en tout temps.



NOS PROGRAMMES D'EXPÉDITION EN CANOT-CAMPING

Activités de préparation au camp

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité absolue. Nous prenons toutes les mesures nécessaires pour que les enfants bénéficient d'un encadrement 24 heures sur 24, tant au sein qu'à l'extérieur du camp. Un programme d'expédition en canot-camping est un grand accomplissement pour les enfants, et l'objectif principal de notre équipe est de veiller à ce que votre enfant soit prêt.e et pleinement conscient.e des réalités de l'expérience dont il ou elle fera partie. En tant que campeur ou campeuse partant en expédition en canot, votre enfant aura l'occasion de participer aux activités suivantes du programme pour s'assurer qu'il ou elle est suffisamment préparé.e :

- **Participation à la planification du menu** : les enfants ont l'occasion de choisir leurs repas et le ou la guide d'expédition vérifie le menu plus tard pour s'assurer que tous les repas sont équilibrés et respectent les exigences du Guide alimentaire canadien.
- **Préparation de l'équipement personnel** : il s'agit d'une séance du programme au cours de laquelle les enfants ont l'occasion de s'exercer à emballer leurs sacs étanches et de découvrir ce qu'ils ou elles doivent apporter lors de l'expédition en canot-camping et comment utiliser ces articles.
- **Simulation de situations face auxquelles il faut être prêt.e** : présentation des situations auxquelles s'attendre lors d'une expédition de camping sous forme de sketches et de jeux amusants!
- **Sécurité aquatique** : comment être en sécurité sur et dans l'eau et que faire pour assurer sa propre sécurité?
- **Itinéraire** : présentation et explication de l'expédition et de l'itinéraire de canotage qui sera suivi.
- **Préparation d'un feu** : atelier de techniques de feu de camp avec compétition où les campeurs et campeuses profiteront d'un repas sur le feu de camp.
- **Techniques de portage, de pagayage et sauvetage en T (que faire si votre canot se retourne !)**
- **Excursion en canot jusqu'au lac Wilson** pour s'entraîner à pagayer et à avoir un avant-goût d'une expédition en canot-camping dans le cadre d'une mini-aventure.
- **Sécurité en eaux vives** : atelier présentant différentes caractéristiques des eaux vives.

Ces activités aident les enfants à acquérir des compétences en plein air et de la confiance en eux/elles, et nous permettent d'évaluer les compétences de votre enfant et de le ou la préparer adéquatement à l'expérience de canot qu'il ou elle s'apprête à vivre.



Itinéraire

Nous nous efforçons de planifier chaque expédition en canot-camping en fonction du groupe d'âge, ainsi que du niveau de condition physique et de compétence de chaque participant.e. Chaque participant.e sera informé.e de l'itinéraire de canotage avant le départ. C'est pourquoi il est extrêmement important de remplir tous les documents requis afin de tenir notre équipe au courant du développement personnel et de la situation de votre enfant.

Notre programme de randonnées pédestres et d'expéditions offre des excursions en canot sur les rivières suivantes : Noire, Dumoine, Coulonge, Bazin, Rouge, Gatineau, Missinaibi, Mistassini, Mistassibi, Lièvre, Jacques Cartier, Batiscan, Pontax, Ashuapmushuan et Chochocouane. Nous offrons également des expéditions en canot en eau calme dans les magnifiques réserves fauniques La Vérendrye et Papineau-Labelle.

La vie d'un.e canoéiste pendant l'expédition

Votre enfant participera à de nombreuses activités du camp, le plus souvent avec les jeunes de son groupe, lorsqu'il ou elle se trouve sur la propriété du Camp YMCA Kanawana. Durant les premiers jours du camp, les enfants auront l'occasion chaque matin de participer à des activités préparatoires pour leur aventure.

Pendant une expédition en canot-camping, voici l'horaire quotidien type:

7 h	Réveil
7 h 30	Participation à des tâches qu'ils et elles devront aussi réaliser pendant l'excursion : ramassage de bois, aide à la préparation du déjeuner
9 h	Démontage de l'emplacement de camping et aide au placement des affaires dans les canots
10 h 30	Canotage
11 h 15	Jeux de canotage et temps de repos !
12 h 30	Dîner à la plage
14 h	Canotage vers le terrain de camping
15 h	Préparation du camp et natation autour du terrain de camping
16 h	Activité de programmation de survie
17 h 30	Préparation du souper et participation aux tâches de l'expédition
19 h 30	Histoires autour du feu de camp!
21 h	Brossage des dents et faites de beaux rêves !

Veuillez noter qu'il s'agit d'un horaire générique qui sera adapté pour chaque programme par nos guides d'expédition en fonction de l'itinéraire et du groupe.





Nourriture et hygiène pendant une expédition en canot-camping

Notre menu pour l'expédition comprend une variété d'ingrédients aussi nutritifs que savoureux! Le menu sera choisi par les enfants, et le rôle du ou de la guide d'expédition est de s'assurer que les choix faits chaque jour sont complémentaires en termes d'apport nutritionnel nécessaire pour les efforts physiques des participant.e.s pendant l'expédition.

Repas	Contenu des repas proposés
Déjeuner	Quesadillas aux pommes, gruau, smoothies, burritos du déjeuner, quesadillas, omelette aux champignons, sandwich au fromage fondu et champignons, pain doré et fruits, tofu brouillé ou oeufs, pancakes
Dîner et souper	Cari thaïlandais à la noix de coco, chili, wrap mexicain, salade de haricots, salade de pâtes, dhal rouge, riz aux légumes, pâtes au pesto, pierogies lâche, soupe à l'orge, roulés au houmous, hamburger Sloppy Joe végétarien, salade de quinoa, sauté, tofu General Tao, burritos, bol teriyaki, salade de pommes de terre, ragoût
Collations et desserts	Barres Nutrigrain, céréales, fruits séchés, Goldfish, boeuf séché, mélange montagnard, S'mores, brioches à la cannelle, carrés magiques, brownies à emporter, poires/pêches caramélisées, salade de fruits, tartes à emporter, croustillant aux pommes, biscuit aux figues, craquelins Ritz

La nourriture est l'un des facteurs les plus importants d'une expédition en canot réussie. Il est donc essentiel que chaque participant.e remplisse honnêtement la section « Choix alimentaires » de la fiche de renseignements personnels pour informer nos guides avec exactitude de ses préférences ou de ses préoccupations en matière de santé. Les plats sont nettoyés en utilisant une méthode de frottement intense et une quantité minimale de détergent, ce qui suit nos principes liés à la devise Leave No Trace (« ne laissons aucune trace ») et à la plus petite incidence possible sur l'environnement.

La météo pendant une expédition en canot-camping

Les expéditions en canot-camping de Kanawana traversent les parcs du Nord du Québec et de l'Ontario, où les conditions météorologiques peuvent varier beaucoup même en une seule journée. Il est important de penser, lorsqu'on prépare les effets personnels de son enfant, que la pluie, les nuits fraîches et les journées très venteuses augmenteront probablement le défi de l'activité elle-même. En juillet, les températures moyennes sont habituellement d'environ 20 degrés Celsius, mais en août, elles peuvent aller de 20 degrés pendant la journée à 10 degrés la nuit. **Veuillez consulter la liste d'articles à apporter pour fournir l'équipement approprié pour l'expédition en canot-camping de votre enfant.**

Rencontrez nos guides

Au CAMP YMCA Kanawana, nous avons la fierté d'avoir chaque été un personnel amical, travailleur et aimant les enfants. Nos guides d'expédition en canot-camping ont reçu une formation approfondie en fonction de leur poste. Ils et elles sont âgé.e.s de 18 ans et plus et ont une vaste expérience des excursions en canot. Pour guider une expédition en canot-camping au Camp YMCA Kanawana, chaque guide doit posséder l'expérience et les certifications suivantes :

Expérience	Certifications
• Être âgé.e de 18 ans et plus • Expédition en canot de 25 jours en tant que guide-assistant.e • Participer à la formation de guide d'expédition de 14 jours proposée par le Camp YMCA Kanawana (8 de ces journées sont passées sur l'eau).	• Premier répondant ou première répondante en milieu sauvage (<i>cours de secourisme en milieu sauvage de 80 heures</i>) • Technicien.e de sauvetage en eaux vives

***VEUILLEZ CONSULTER LA LISTE DES ORGANISMES APPROUVÉS UTILISÉS PAR LE CAMP YMCA KANAWANA POUR OBTENIR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS SUR CHAQUE CERTIFICATION ET FORMATION.**

Nos guides sont formé.e.s dans les domaines suivants pendant notre formation au camp pour s'assurer qu'ils et elles sont prêt.e.s à faire face aux imprévus et qu'ils et elles ont pleinement confiance en leurs compétences pour offrir la meilleure expérience possible à votre enfant :

- Orientation, cartes et boussole
- Dynamique et gestion de groupe
- Gestion et réparation de l'équipement
- Cuisine en plein air et gestion des aliments
- Renforcement de l'esprit d'équipe
- Gestion des risques
- Surveillance de l'hygiène et de la santé
- Théories du leadership et leurs applications
- Activités ludiques sur la survie et l'environnement
- Âge et étapes du développement de l'enfant
- Procédures d'urgence (*y compris les simulations*)
- Maîtrise des nœuds et construction d'un abri
- Gestion comportementale
- Relevé météorologique
- Étude des premiers soins



SÉCURITÉ POUR LES EXPÉDITIONS EN CANOT-CAMPING

Attentes physiques quant aux participant.e.s

Le canotage est une activité physique exigeante et il est important de comprendre que nous faisons de notre mieux pour soutenir votre enfant dans cette activité, mais qu'une bonne forme physique est nécessaire pour vivre une expérience vraiment agréable. Au début de chaque séance de camp, chaque enfant devra participer à un test de natation organisé par notre équipe du secteur riverain, où il ou elle devra démontrer sa capacité à nager 150 mètres sans VFI. Par conséquent, nous nous réservons le droit de refuser un.e participant.e si nous estimons qu'il ou elle n'est pas suffisamment en mesure de faire face aux exigences physiques d'une expédition en canot-camping.

Protocoles de sécurité pour les expéditions en canot-camping au camp YMCA Kanawana

La gestion du risque est notre priorité et nous avons des protocoles stricts en place pour tous nos programmes de canotage. Toute activité à risque élevé entreprise dans le cadre d'une expédition en canot-camping au Camp YMCA Kanawana doit respecter un protocole en matière de santé et d'hygiène, un protocole de portage, un protocole en eaux vives et un plan complet de gestion des risques concernant chaque activité entreprise (canotage, cuisine, conduite, préparation d'un feu, etc.). La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité absolue.

Risque inhérents aux expéditions en canot-camping

Les expéditions en canot-camping sont des activités à haut risque qui présentent certains risques inhérents à toute excursion en canot. Selon [Aventure Écotourisme Québec](#), voici les risques inhérents aux expéditions en canot-camping :

Risques inhérents à la météo :

- Coup de chaleur, épuisement par la chaleur, coup de soleil, déshydratation, hypothermie, vent, foudre, précipitations, saison et manque de visibilité.

Risques inhérents à l'environnement :

- Cascades, trous, courants, constructions humaines, rochers, obstacles laissant peu de passage.

Risques inhérents à la navigation :

- Chavirement, noyade, blessures mineures (éraflures, bosses), blessures graves (dislocation de l'épaule, blessure à la colonne vertébrale), difficulté à atteindre un.e participant.e, fatigue, blessure causée par du matériel mal fixé ou ajusté, stress ou peur, complications médicales.



Risques inhérents au portage :

- Canot ou matériel tombant sur les participant.e.s, choc par des arbres ou des branches qui tombent, entorse en raison de l'état des sentiers, morsures d'insectes, fatigue.

Risques inhérents dus aux participant.e.s :

- Manque de connaissances, mauvais nageur ou mauvaise nageuse, mauvaise compréhension de l'information fournie, refus de suivre les instructions du ou de la guide et mauvais ajustement de la veste de flottaison individuelle.

Dans le cadre de notre plan de gestion des risques, nous informons les participant.e.s de tous les risques des activités et de ce que nous attendons d'eux et d'elles. Il s'agit de leur faire part de choses comme l'horaire quotidien, les itinéraires, les séances d'information sur la sécurité et toute activité à risque élevé. Nous concentrons nos efforts sur la prévention des risques pendant l'expédition (p. ex., hydratation, crème solaire, apport alimentaire). De plus, chaque itinéraire est planifié en fonction de la capacité de chaque participant.e et est adaptable selon la dynamique et le niveau d'énergie du groupe.

Équipement de sécurité apporté lors des excursions

Afin de proposer des excursions sécuritaires, nous nous assurons que tous les éléments suivants font partie du matériel emporté lors de chaque expédition en canot-camping :

- Téléphone satellite fonctionnel et éprouvé
- Trousse de survie complète
- Trousse de premiers soins en pleine nature, vérifiée avant chaque expédition
- Trousse de réparation complète
- Pistolets lance-fusées avec au moins quatre fusées
- Dispositif de repérage par GPS fonctionnel
- Cartes, boussole et plan de route appropriés pour chaque expédition en canot-camping
- Repas supplémentaire pour chaque expédition et un autre en plus pour chaque période de huit jours d'expédition
- Liste de numéros de téléphone d'urgence
- Itinéraires d'évacuation et directives de conduite
- Trousse de sauvetage en eaux vives (*mousquetons, corde de sauvetage, sangles, poulies, nœud de Prusik*)
- Chaque VFI doit être munie de sifflets
- Pagaies supplémentaires (*une par canot*)
- Écopes pour chaque canot
- Bosse pour chaque canot (*cordage court servant à manœuvrer une embarcation*)
- Lampe de poche pour chaque canot



Une copie de l'information pour chaque expédition en canot-camping, y compris un plan de route détaillé de celle-ci et une copie de tous les renseignements d'urgence sur les participant.e.s sont conservées au bureau du camp en tout temps pendant l'expédition en canot-camping afin d'assurer une intervention éclairée et rapide en cas d'urgence.



Communications disponibles

Dans les régions éloignées, les communications ont toujours représenté un défi pour les canoéistes. C'est pourquoi nous fournissons un téléphone satellite pour chaque expédition en canot-camping qui quitte notre propriété principale, ainsi qu'un dispositif de repérage par GPS. Cela permet à nos guides d'expédition de communiquer avec le camp ou les autorités compétentes en cas d'urgence ou s'il est nécessaire de changer d'itinéraire. Il est important de comprendre que les autorités et le camp peuvent nous joindre, mais malheureusement, nous ne pouvons habituellement pas communiquer avec eux. Un.e répondant.e d'urgence désigné.e est disponible 24 heures sur 24 par téléphone cellulaire et par téléphone satellite pour assurer une présence constante en cas d'urgence permettant d'initier des mesures de soutien logistique.





Trousse de premiers soins lors des expéditions

Pour chaque expédition en canot-camping, une trousse de premiers soins complète est fournie, spécialement assemblée dans un étui imperméable adapté à un environnement sauvage. Les trousses de premiers soins contiennent les fournitures suivantes :

Brûlures et saignements	Blessures	Outils
• Gazes (<i>stériles et non stériles</i>) • Pansements (<i>diverses formes et tailles</i>) • Pansements pour ampoules • Seconde peau • Pansements Opsite et papillons • Bandelettes Steri Strip • Compresses abdominales • Ruban adhésif médical • Seringue d'irrigation • Garrot	• Bandages triangulaires • Attelles Sam Splint • Bandage élastique • Couvertures thermiques • Bandes Hypafix	• Brassards de tension • Stéthoscope • Thermomètre • Pinces à épiler • Ciseaux • Masques de poche pour les mains • Gants • Lingettes à base d'alcool et de benzalkonium
Médicaments		
• Acétaminophène et ibuprofène • Antihistaminique • Onguent antibiotique • Dexaméthasone • Inhalateur d'albutérol / salbutamol • Épinéphrine flacons et supplémentaires • Lotion de calamine et gel d'aloès • Huile d'arbre à thé et charbon actif	• Solution électrolytique • Insta-Glucose • Crème antifongique • Solution antibiotique pour les infections des oreilles et des yeux	

Le matériel de premiers soins pour expéditions est gardé sous clé au camp et est vérifié avant chaque départ par les guides d'expédition pour s'assurer que l'équipement est complet et en bon état. **(NOTE : tous nos protocoles de médecine en milieu sauvage sont examinés et signés par un.e médecin pour permettre à notre personnel de pratiquer les traitements de répondeur en milieu sauvage).**



Évacuation pendant une expédition en canot-camping

Nos guides d'expédition en canot-camping sont formé.e.s pour apporter des traitements de premier répondant en milieu sauvage. Si une évacuation de votre enfant est nécessaire, celle-ci pourrait prendre jusqu'à 48 heures; c'est la norme dans l'industrie du plein air en raison de la distance, du mauvais temps ou du mauvais accès routier. Nous faisons de notre mieux pour être aussi efficaces que possible lors d'une évacuation et nous avons quelqu'un parmi notre personnel ayant reçu une formation particulière pour effectuer ces opérations en milieu sauvage. Si votre enfant est évacué.e par avion ou par la route, la personne qui dirige les randonnées et les expéditions communiquera directement avec vous pour vous informer de la situation aussitôt que possible.

Transport vers la destination de l'expédition

Les participant.e.s à une expédition en canot-camping sont transporté.e.s dans un autobus de 15 places conduit par l'un.e de nos chauffeurs et chauffeuses du Camp YMCA Kanawana; cet autobus est inspecté avant et après chaque trajet. Le groupe doit être informé de tous les règlements de sécurité dans le véhicule avant le départ et qu'un arrêt est prévu en route pour faire une pause et se dégourdir les jambes. Le Camp YMCA Kanawana possède une remorque sécuritaire et appropriée pour transporter tout l'équipement de canot-camping et fournir le dîner pour le confort des participant.e.s jusqu'à destination. Écouter de la musique, scander des encouragements et chanter dans la bonne humeur sont des activités qui ravissent chaque groupe, et les membres de notre personnel veillent à ce que la route soit agréable et exaltante ! (Veuillez nous en informer si votre enfant est sujet au mal au cœur afin que nous puissions mieux ajuster l'itinéraire de conduite.)

Rencontrez nos chauffeurs et chauffeuses

Nos chauffeurs et chauffeuses sont des personnes aimables et courtoises qui sont fières d'assurer la sécurité et le confort des gens à bord. Nos chauffeurs et chauffeuses ont leur permis de conduire 4b. Ils et elles sont âgé.e.s de 25 ans et plus et possèdent une forte expérience de conduite ainsi qu'un dossier de conduite impeccable. Nos chauffeurs et chauffeuses sont formé.e.s dans les domaines suivants pendant notre formation au camp pour s'assurer qu'ils et elles sont prêt.e.s à faire face aux imprévus et qu'ils et elles ont pleinement confiance en leurs compétences pour offrir la meilleure expérience possible à votre enfant :

- Mécanique et fonctions de base liées au moteur
- Sécurité routière et code de sécurité routière
- Manœuvres avec une remorque
- Changement de roue et autres réparations de base sur la route
- Conduite pour essai de fonctionnement
- Inspections des véhicules
- Remorquage sécuritaire
- Gestion et sécurité des passagers
- Conduite dans diverses conditions météorologiques

