




# GUIDE de l'ADO


du 29 juin au 14 août 2026  
13 - 15 ANS

Le truc que tu ne liras pas (mais que tu devrais)

YO, PRENDS 2 MINUTES  
POUR LIRE ÇA



Ce guide, c'est ton passeport pour comprendre comment ça roule au camp. Horaires, règles, trucs pratiques... tout est là pour que tu passes un été top. Si t'as des questions, des idées de feu ou même un doute, viens nous jaser — on est là pour ça.



*Passé un été  
de malade.  
On a hâte de te voir  
en action!*

Loisir. sport. entraide.

# TON KIT DE SURVIE POUR LE CAMP

Chaque jour, pense à apporter ça (oui, à **CHAQUE** jour) :

- **Sac à dos stylé mais pratique**
- **Boîte à lunch + bloc réfrigérant**  
*(personne aime les sandwichs tièdes)*
- **Un bon lunch**  
*(chaud ou froid, c'est toi qui vois)*
- **2 collations (ou plus) – zéro arachide, c'est important!**
- **Maillot de bain**
- **Serviette**
- **Crème solaire**  
*(fais-toi une faveur : applique-la avant de partir)*
- **Espadrilles (pas de gougounes = moins de bobos)**
- **Bouteille d'eau**

## TRUCS ET ASTUCES :

Écris ton nom sur tout ce que tu veux garder  
*(et ne pas retrouver dans les objets perdus).*

**Le Patro n'est pas responsable des trucs perdus ou volés,  
garde un oeil sur tes affaires!**



# CASSE-CROÛTE

L'ARRÊT GOURMAND DU VENDREDI

Chaque vendredi, c'est l'heure de se gâter un peu!

Au menu : friandises glacées, slush, petits bonbons... le tout entre **0,50 \$** et **2,50 \$**. Apporte un peu de monnaie si tu veux te faire plaisir!

# DÎNER HOT-DOG

Chaque mardi (**semaines 1 à 7**), c'est le retour des fameux dîners hot-dog!

C'est organisé par les ados pour ramasser des sous pour la sortie récompense de fin d'été.

*(Donc oui, en mangeant des hot-dogs... tu aides TA gang).*

Les choix :

- 1 hot-dog + 1 jus + 1 dessert : **5 \$**
- 2 hot-dogs + 1 jus + 1 dessert : **7 \$**
- 3 hot-dogs + 1 jus + 1 dessert : **9 \$**

Tu peux acheter ton forfait à la soirée portes ouvertes ou directement le mardi matin en arrivant au camp.

**Petit conseil** : arrive avec ton argent déjà prêt, ça va plus vite... et tu ne veux pas manquer ton hot-dog.



# QUAND RESTER À LA MAISON

OUI, ÇA ARRIVE...

Tu te sens vraiment pas top? Mieux vaut rester à la maison pour te reposer et éviter de rendre les autres malades.

Si t'as un ou plusieurs de ces symptômes, c'est mieux de faire une pause camp :

- Fièvre de **38,5 °C** (101,4 °F) ou plus
- Vomissements
- Diarrhée (*oui, on l'a dit*)
- Nez qui coule de façon intense et pas clair
- Plaies aux mains ou à la bouche qui ont l'air infectées
- Maladies contagieuses (*varicelle, poux, etc.*)
- Bref, tout ce qui t'empêche de suivre le groupe normalement

Ta santé, celle des autres et le fun du camp passent en premier! C'est à tes parents de vérifier auprès du CLSC ou d'un médecin si c'est quelque chose de sérieux, et de faire ce qu'il faut pour que tu reviennes en pleine forme.

## MÉDICAMENTS

Si tu dois prendre de la médication pendant la journée de camp, tes parents doivent absolument remplir un formulaire d'autorisation au secrétariat du Patro.

Ce formulaire permet à l'équipe de te donner ton médicament au bon dosage et au bon moment.

Le responsable des premiers soins s'assure que tout est pris correctement.

Si tu as un Épipen ou un auto-injecteur (genre Ana-Kit), tu dois toujours l'avoir sur toi. Ton animateur va aussi s'en assurer. Tous les médicaments sont gardés dans un endroit sécuritaire et seulement le personnel autorisé peut y avoir accès.

# ARRIVÉES ET DÉPARTS

– COMMENT ÇA MARCHE

## ARRIVÉE DU MATIN

Une seule entrée : **145, rue Bigaouette** Le lundi, mardi et vendredi, à partir de **9h00**, on t'accueille avec le sourire et on prend ta présence dans le système. Ensuite, tu peux aller directement dans ton local.

Le mercredi et le jeudi, la journée débute à **13h00**! Tu dois passer en avant pour donner ta présence. Ensuite, tu peux aller directement dans ton local.

Même si tu passes par la cour : tu **DOIS obligatoirement** entrer d'abord par la porte principale pour qu'on sache que tu es là. Pas d'exception!

---

## DÉPART DU SOIR

La sécurité, c'est ultra important. Si tu ne pars pas seul, seulement les personnes que tes parents ont autorisé peuvent venir te chercher (genre parents, grands-parents, frères, soeurs, voisins, etc.). Une carte d'identité sera demandée pour confirmer que c'est bien la bonne personne.

Si quelqu'un qui vient te chercher n'est pas sur la liste, on appelle tes parents avant de te laisser partir.

Tu peux dire à ta gang de toujours garder une carte d'identité sur eux. Tes parents peuvent aussi ajouter du monde à la liste en appelant le secrétariat.

On sait que les premiers jours, ça peut ralentir un peu... mais promis on fera de notre mieux pour que ça roule vite.

**Ta sécurité passe avant tout.**

## PISCINE TIME!

Bonne nouvelle! Tous les groupes auront la chance d'aller à la piscine Wilfrid-Hamel cet été!

Mais attention, y'a quand même quelques règles à suivre pour que tout se passe bien (et pour que tu puisses en profiter au max) :

### RÈGLES À LA PISCINE

Pas de flotteurs aux bras ni de ballon dorsal – si tu ne sais pas nager, t'inquiète, il y a toujours des animateurs et des surveillants pour veiller sur toi. Pas de jeans ou de bermuda comme maillot – on garde ça confortable ET sécuritaire. Pas de chandail dans l'eau, sauf s'il est aquatique (style dry-fit).



## CODE DE VIE

### CAMP DE JOUR 2026



Parce qu'un été chill, c'est un été où tout le monde se sent bien et en sécurité.

#### L'objectif :

Éviter les débordements comme la violence (*physique ou verbale*), le manque de respect, les mauvais mots, le refus de participer, les objets dangereux ou encore quitter le camp sans permission. Bref, créer un espace agréable pour tous!

#### CE QU'ON ATTEND DE TOI :

- Respecter les autres (en paroles et en actions)
- Écouter et suivre les consignes
- Rester avec ton groupe
- Prendre soin du matériel et des lieux
- Parler comme une personne civilisée (pas de jurons ou d'insultes)
- Zéro violence, sous aucune forme
- Laisser à la maison les objets dangereux ou de valeur

#### Tolérance zéro :

Un comportement inacceptable peut mener à une suspension ou même à l'expulsion du camp. C'est pas ce qu'on souhaite, mais si c'est nécessaire, on le fera.



# CODE DE VIE

## COMMENT ÇA FONCTIONNE – LES ÉTAPES :

- 1 **Premier avertissement** → L'équipe te parle et te donne une chance de te replacer.
- 2 **Deuxième avertissement** → On contacte ton adulte responsable. Tu dois signer un premier « **Code de vie** ».
- 3 **Encore un problème?** → Tu pourrais être suspendu(e) du camp pour une journée. Deuxième « **Code de vie** » à signer.
- 4 **Dernière chance** → Si ça continue après la suspension, tu seras renvoyé(e) définitivement du camp. Troisième et dernier « **Code de vie** » à signer.

## QUI FAIT QUOI?

Ton animateur est le premier responsable de son groupe, mais il travaille en équipe avec le coordo, l'intervenant et la direction. Les conséquences peuvent varier selon ce qui s'est passé, mais tout est fait de façon juste et réfléchi.



# L'ÉQUIPE

## DU PATRO LAVAL

Tu te demandes qui est qui dans l'équipe du camp? Voici les personnes qui veillent à ce que ton été se passe comme sur des roulettes!

- **Valérie Lemoyne** Coordonnatrice des camps et de la formation **DAFA** → C'est elle qui s'occupe de tout ce qui touche les formations et l'organisation des camps.
- **Félix Rivereau** Coordonnateur du secteur ados → Si t'as entre 13 et 15 ans, c'est ton go-to. Questions, idées, défis? Va le voir!
- **Lucie et Stéphane** Animatrice et animateur du secteur ados → C'est eux qui vont rendre ton été très hot!

