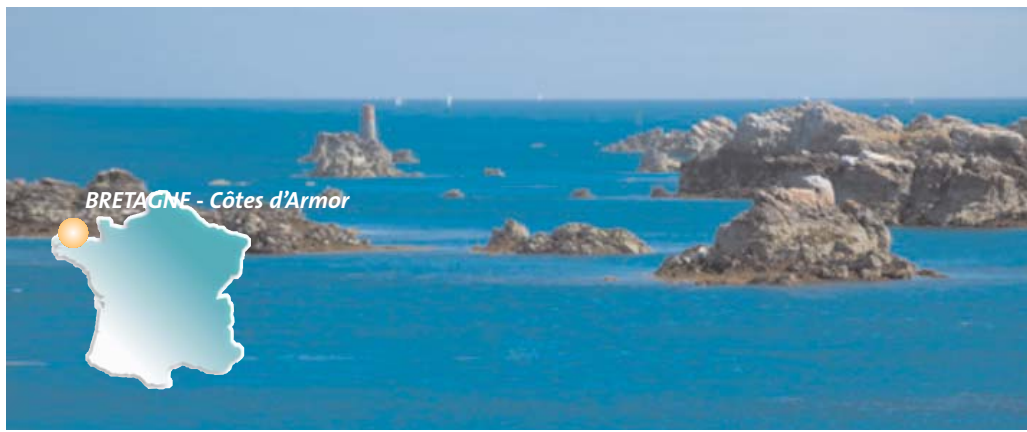


Fiche de stage



Bienvenue à Paimpol



Olivier Daures
Chef de base

*Chère adhérente,
cher adhérent...*

*Vous trouverez
dans cette fiche
toutes les infor-*

*mations nécessaires pour pré-
parer votre stage et votre
transport. Nous vous remer-
cions de la lire attentivement
ainsi que le Guide du stagiaire
et le mémoire de frais qui vous
sont adressés. Tous les sites des
Glénans ont été choisis pour
leurs qualités nautiques et la
beauté de leurs paysages.*

*À Paimpol, vous allez découvrir
un très beau bassin de naviga-
tion qui réunit des conditions
exceptionnelles pour acquérir
l'art de la navigation.*

*Passionnant de technicité, le
périmètre est idéal pour pro-
gresser et passer des moments
inoubliables. Toute l'équipe de
la base vous souhaite un excel-
lent stage et reste dans l'at-
tente du plaisir de vous accueil-
lir.*

À très bientôt...



Votre stage

Stage MAÎTRESSE DE MAISON ou MAÎTRE DE LOGIS

- BÉNEVOLAT
- Public : Adultes

- Hébergement : à Coz Castel ou à l'île verte selon l'inscription
- Durée : de 3, 4, 5, ou 7 jours

Informations pratiques

NOUS VOUS DONNONS RENDEZ-VOUS : Le 1er jour de votre stage (voir mémoire de frais) à 08h00, au centre des Glénans de Paimpol, quai Pierre Loti (voir verso). Vous rejoindrez ensuite (co-voiturage, taxi...) le site de Coz Castel qui se trouve à 5 kms ou bien l'île verte, selon votre inscription. Votre stage se terminera à Paimpol le dernier jour à 17 heures*.

LE PROGRAMME DE VOTRE STAGE :

Sous la responsabilité de la responsable administrative, vous êtes amené(e) à :

- Accueillir les stagiaires,
- Animer le séjour,
- Aménager les locaux,
- Coordonner les équipes de services (bordées) et assister les stagiaires pour la préparation des repas ainsi que pour le maintien de la propreté et l'hygiène du site. Votre programme de navigation (non systématique et sous réserve de temps disponible), est organisé par la responsable administrative en accord avec le responsable de site, en fonction de votre investissement et des places disponibles.

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER :

Un sac de couchage, des vêtements de rechange, un coupe-vent, un ciret complet avec bottes (location possible du ciret sur place 8 ou 15 euros selon la durée), le nécessaire pour vous protéger du soleil (des lunettes de soleil avec attache, une casquette, tee-shirt à manche longue, un pantalon, une crème solaire), une lampe de poche, un couteau de poche, un petit cadenas et une pharmacie individuelle de premiers soins comprenant un anti-moustiques. Pour les papiers, documents et argent à emporter, reportez-vous au Guide du stagiaire ci-joint (rubrique "Infos pratiques").

HÉBERGEMENT :

Durant toute la durée de votre stage, selon l'inscription, vous serez hébergé(e) :

- À Coz Castel, une ancienne ferme bretonne au bord de la rivière du Trieux, en dortoirs de 7 à 10 places. Le site dispose d'un foyer avec cheminée pour les moments de détente et d'une connection wifi. Les animations : musique, baby-foot, jeux de société, bibliothèque, ping-pong, fléchettes, volley ball.
- À l'île Verte sous tentes collectives de 8 à 12 places. Le site est équipé de sanitaires avec douches, point d'eau chaude et de "Cunégondes" (toilettes de plein air). Les animations : jeux de société, bibliothèque, ping-pong, fléchettes, volley ball, mini foot.

La nourriture est comprise dans le prix de votre stage.

Paimpol

Bretagne - Côtes d'Armor

Les Glénans - Quai Pierre Loti
22504 Paimpol Cedex

Tél. 02 96 20 84 33 - Fax 02 96 20 42 49

E-mail : paimpol@glenans.asso.fr

Autres N° de tél en cas d'urgence après 20h

Coz Castel : 02 96 20 84 89

L'Île Verte : 02 96 20 03 24



COMMENT NOUS REJOINDRE

EN TRAIN :

TGV jusqu'à Guingamp (direction Brest), puis TER pour Paimpol. De la gare, se rendre à pied à la base (10 à 15 mn): prendre l'avenue du Général de Gaulle, direction rond point du Goélo, puis prendre à gauche vers la place de la République. Suivre le quai Morand qui longe le bassin n°1 jusqu'au bassin n°2. Puis prendre à droite quai Pierre Loti jusqu'à la base (voir plan ci-dessous).

EN AVION :

Aéroport de Lannion puis bus ou taxi (contactez le centre de Paimpol pour en savoir plus : Tél : 02 96 20 84 33).

Agence Armorique de taxis : 02 96 20 89 23

EN VOITURE :

Par l'autoroute Océane Paris/Rennes puis prendre direction St-Brieuc par la N12, puis direction Lanvollon par la D6 puis la D7 jusqu'à Paimpol (37 km). Une fois à Paimpol, prendre la direction du port de plaisance, bassin n°2. La base est située près de l'écluse (possibilité de parking).

HÉBERGEMENT AVANT / APRÈS LE STAGE

Les Glénans n'assurent pas l'hébergement avant et après le stage. Pour toute recherche d'hébergement, contactez l'office de Tourisme.

Tél. 02 96 20 83 16 - www.paimpol-goelo.com

Cas particulier : les stagiaires qui effectuent un stage de 2 à 5 jours commençant à 8 h 30 ou enchaînent deux stages ainsi que tous les moniteurs ont la possibilité d'être hébergés gratuitement (selon les places disponibles) la veille du début de leur stage, s'ils préviennent la base une semaine avant leur arrivée.

