



Préparer son séjour estival avec les enfants

Lorsque l'on décide de mettre en place un mini-camp, il est important de pouvoir répondre aux questions de base : où va-t-on se loger ? Que va-t-on manger ? Quel temps fera-t-il ? Comment et où randonner ? Camaraderie vous propose quatre sites Internet de référence dans lesquels glaner des informations...

L'été est la bonne période pour proposer aux enfants de **faire du camping**. Le site des campings municipaux (<http://camping-municipal.org>) se présente ainsi : « Les Munis sont bien plus qu'un simple service d'hôtellerie en plein air. Les campings municipaux font partie de l'histoire de France. Celle des premières grandes vacances, de la découverte de la mer, des grands départs en famille. »



Ce site a mis en ligne une carte interactive de France avec les adresses et les caractéristiques des

campings municipaux : période d'ouverture, budget, nombre d'emplacements, coordonnées pour réserver, site Web...

Peu nombreux, ils permettent d'éviter les cohortes de touristes et sont souvent moins chers. L'autre avantage est leur proximité avec les habitants, favorisant les rencontres et la découverte des territoires et terroirs locaux.

Une fois le logement trouvé, l'une des activités quotidienne et collective incontournable est celle de la **préparation des repas**. Avec le site Manger-bouger (<http://www.manger-bouger.fr>), les enfants pourront connaître les fruits et légumes de saison, les neuf repères importants de l'alimentation, la façon d'équilibrer ses repas ou de préparer les achats, le programme national nutrition santé.



En plus de conseils pour mieux manger, ils auront également accès à une « fabrique à menus ». Cet outil permet une recherche par nombre de jours (jusqu'à sept), de personnes (de quatre à huit), et type de repas (entrée, plat, dessert). Des propositions de menus équilibrés apparaissent avec, à chaque fois, l'accès à la fiche de la recette.

Pour les **prévisions météorologiques**, pas de mystères : cette science n'est pas exacte. Néanmoins, le site de Météo France (<http://www.meteofrance.com/>) permet une visualisation par département, voire par ville, suffisamment précise pour s'y référer.

Les jours sont découpés en huit tranches horaires, qui sont

actualisées au fur et à mesure de l'avancée de la journée, avec les températures. Il existe une carte des vents et une des indices UV. Si une alerte venait à être déclenchée, un bulletin régulier est accessible dès la page d'accueil.

Il est aussi possible de savoir s'il va pleuvoir dans la prochaine heure.

Enfin, des rubriques spécifiques permettent de connaître la situation en montagne, sur les littoraux et en mer, non seulement d'un point de vue climatique, mais aussi en termes de sécurité ou d'accessibilité.



Quand les beaux jours arrivent, on a souvent envie de partir **randonner**. Bien que la marche ne soit pas une activité à hauts risques, il ne faut pas minimiser la préparation de ce type de sortie. Le site de l'Institut national de l'information géographique et forestière (<http://www.ign.fr>) est très complet : informations sur les forêts françaises ; dans l'espace « éducation », données sur la géographie générale du pays et fiches didactiques pour apprendre à lire une carte, comprendre la toponymie ou le nivellement...



La rubrique la plus pratique est celle de « l'espace loisirs ». Un moteur de recherche permet de trouver des idées de parcours en fonction du kilométrage voulu et du type de randonnée (pédestre, cycliste...), avec une présentation succincte des points d'intérêt.

Il est possible d'acheter en ligne les cartes IGN du territoire qui nous intéressent.

Nadia Astruc
nastruc@francas.asso.fr