

## Nature & Lien – 5 jours d’immersion adultes -enfants

### Pour qui ?

Des binômes adulte-enfant composés de parrains, filleuls, nièces, marraines, tantes, oncles, enfants, parents, beau-papa, belle-fille, toncles, marrains, parraines, neveu, dada, etc... qui souhaitent enrichir leurs relations.

### Pourquoi ?

Ce lien très précieux n’est pas toujours évident à nourrir. Les occasions de se voir sont parfois courtes, les enfants grandissent pendant que l’on passe notre temps à travailler et les moments partagés peuvent manquer de connivence. Ce séjour en nature est là pour **vous aider à nourrir vos liens**.

### Comment ?

Au travers de cette immersion en nature, **Sarah Perraudin** ([La Casa Nature](#)) et **Simon Farine** ([Feuille Racine](#)), guides outdoor Planoalto, vous proposent de vous immerger dans la forêt pour de multiples bénéfices : construire des souvenirs communs, apprendre à vivre avec les autres, sortir de votre quotidien et élargir votre zone de confort, créer des liens avec vous-même/les autres/la nature, prendre confiance en vous, vivre des moments de détente, renforcer votre immunité, stimuler votre créativité.

Vous y apprendrez notamment à :

- construire ensemble votre nid douillet pour la nuit,
- faire des nœuds simples et monter un camp de groupe,
- cueillir des orties sans vous piquer,
- allumer un feu dans le respect de la terre,
- cuisiner de succulents mets sur le feu,
- apprendre des techniques simples de vie en nature.

### Infos pratiques

#### 2 immersions auront lieu en été 2023

- 8-12 juillet 2023 (du samedi matin au mercredi après-midi)
- 11-15 août 2023 (du vendredi matin au mardi après-midi)

#### Lieu

Canton de Fribourg en Suisse, le lieu exact vous sera communiqué un mois avant l’immersion.

#### Taille du groupe

Minimum 4 binômes.  
Maximum 8 binômes.

#### Compris dans le prix

Double encadrement par 2 guides outdoor Planoalto.  
3 délicieux repas quotidiens (bio, de saison, local et sans produits animaux).

### **Prérequis**

Dès 9 ans (environ) / aucune condition physique requise.  
Nous marcherons entre 1h à 2h par jour, sans empressement.  
Le terrain sera varié : forêt, montées, descentes, traversées de rivière.

### **Matériel**

La liste du matériel à prendre sera communiquée un mois avant le camp.  
Bâches, tarp + cordelettes fournies pour construire le nid.

### **Conditions financières**

#### **Prix standard**

320.-/enfant et 500.-/adulte (= 820.- par binôme)

#### **Prix petit budget**

260.-/enfant et 400.-/adulte (= 660.- par binôme)

#### **Prix budget confortable**

390.-/enfant et 600.-/adulte (= 990.- par binôme)

Pour que votre inscription soit confirmée, merci de verser 50% du prix de l'immersion aux coordonnées suivantes :

*Simon Farine, 1763 Granges-Paccot, Suisse  
IBAN CH38 0840 1000 0625 99 94 1  
Banque Migros SA, 8021 Zurich  
Adresse Swift (BIC): MIGRCHZZXXX  
N° clearing bancaire: 8401*

Merci de payer le solde du prix au moins **un mois** avant l'immersion.

### **Conditions d'annulation**

- Jusqu'à 2 mois avant la sortie, remboursement de 100% du prix.
- Entre 2 mois et 1 mois avant la sortie, remboursement de 50%.
- Moins d'1 mois avant la sortie, pas de remboursement sauf sur présentation d'un certificat médical.
- En cas d'annulation pendant le déroulement d'une sortie, le prix est entièrement dû.

Si les organisateurs doivent malheureusement annuler le camp (ex: météo défavorable, nombre insuffisant de personnes, etc.), ne vous inquiétez pas, 100% de votre acompte est remboursé. La pluie n'est pas un motif d'annulation mais plutôt une joie toute particulière et le camp a lieu en cas de pluie.