

# Une journée de vacances avec LCV



## Matin

L'horaire de lever est libre. Chacun peut se reposer en fonction de son rythme. La matinée permet de **prendre du temps pour soi** (toilette, rangement de sa chambre).

Les traitements médicaux sont distribués par les animateurs, dans le respect des ordonnances.



Ensuite, il est possible de participer aux **courses**, d'aller au **marché**, de se **balader**, ou de rester au gîte pour des **activités d'intérieur** (cartes postales, mots fléchés...).

C'est aussi le moment de préparer le repas du midi.



## Midi et après-midi

Le **repas** est un moment d'échanges et de partage. Les animateurs et les vacanciers mangent ensemble. Chacun peut, s'il le souhaite, **aider à mettre la table et débarrasser**.



Après une **sieste** ou une partie de **pétanque**, c'est le moment des **activités** ou

des **sorties** choisies par le groupe. Celles-ci sont mises en place selon le rythme des vacanciers.

La fin d'après-midi est l'occasion de profiter d'un **temps calme** et de **préparer le repas**.

C'est aussi le moment de partager un temps de **convivialité** autour d'un verre.



## Soirée

Le soir, des **animations** peuvent être proposées sur le gîte. Il est aussi possible de profiter des **fêtes locales** (spectacles, concerts), d'une **balade**, d'un repas au **restaurant**, d'une sortie au **bowling** ou encore d'une soirée **jeux de société**.



Nos séjours ne prévoient pas de veille de nuit.

**L'équipe d'animation dort sur le lieu de séjour** et reste disponible si un vacancier en exprime le besoin.