



Crans-Montana Vacances d' Automne 2023

**Pour: Enfants ou Jeunes atteints d'un cancer
Et pour leur Frère ou Sœur**

L'âge: entre 7 et 16 ans

Un groupe de max 16 enfants

Accompagné par un équipe de 5 adultes

Dates de voyage:

- Arrivée: Samedi, le 14 octobre, à 14h, au-dessus de Crans, parking derrière l'hôtel « Le Crans » Chem. Du Mont-Blanc 1
- Retour: Samedi, le 21 octobre, à 12h, au même parking

Programme possible:

Samedi:

Après avoir dit au revoir aux parents, nous mettons tous les bagages dans une petite camionnette et puis ... on marche pour la première fois! Car notre chalet de montagne se situe vraiment dans la nature. Sur une petite colline au-dessus de Montana. Il y a une petite forêt à côté et on a une vue extraordinaire sur les sommets de 4000 mètres du Valais. On marche dans les prés avec les vaches et nous allons croiser des fleuves de montagne.

A l'endroit le plus joli, nous ferons une pause pour boire, pour faire des jeux et pour se faire connaître mieux.

À l'arrivée, nous allons visiter le chalet, les chambres, la cuisine et la salle à manger. Et puis c'est l'heure de jouer encore un peu autour du chalet ou à l'intérieur jusqu'à l'heure du repas ensemble. Avant de dormir, nous regardons les étoiles.

Les autres soirs de cette semaine nous cuisinerons ensemble. « Kinder der Berge » n'aime pas seulement la montagne, mais aussi la bonne cuisine avec entrée, plat principale et un bon dessert!

Nous préférons des produits régionaux avec beaucoup de vitamines – il n'y a pas de fast food chez nous, ni trop de gras, de sucre ou de viande. Nous essayons de manger très équilibré.

Dimanche:

Nous faisons des jeux d'orientation autour de la cabane. Ce faisant, nous apprenons à lire une carte et à utiliser la boussole. Nous allons mesurer l'altitude et la comparer avec la carte. L'après-midi nous ferons une randonnée dans les alentours. Ce sera une randonnée d'aventure parce que nous chercherons notre chemin avec des différents points de cheminement sur nos cartes. Nous organiserons des petits groupes et ce seront les enfants qui vont nous guider. Ensuite retour au chalet.

Nous apporterons beaucoup de jeux pour occuper les soirées! Parfois nous nous retrouverons aussi en groupe pour réfléchir sur le déroulement de la journée ou pour faire le planning de notre prochaine randonnée. Il y a toujours la possibilité de lire, de faire la peinture ou du bricolage. J'ai beaucoup des idées de bricolage pour l'automne - avec le matériel de la nature par exemple. L'année dernière on a fait des lanternes pour les soirs plus sombres.

Lundi:

Nous ferons une excursion dans le parc naturel de Aminona.

Ce sera une des plus belles randonnées de Montana. On va suivre une bisse presque toute la journée. Entre-temps nous grimperons à côté de magnifiques cascades. Notre pause de midi est au bord d'un petit fleuve de montagne. Si la météo le permet nous y resterons un bon moment pour jouer, construire des digues etc.

A la fin de notre journée à Aminona notre groupe est invité à boire un bon chocolat chaud ou un thé dans une cabane de montagne. De là il y a une vue extraordinaire sur la vallée. Chacun peut compléter son propre dessin des montagnes en face, si on veut avec les noms des sommets, l'altitude etc.: Un souvenir à emmener à la maison.

Mardi:

Nous avons la matinée de libre pour nous détendre, jouer, lire, bricoler. Et on a aussi le temps de terminer le drapeau et de le monter.

L'après-midi nous montons derrière le chalet pour passer par une petite passerelle dans les falaises vers le côté de Violettes. On espère voir des marmottes dans ce terrain de roches encore très sauvage et loin des pistes et des chemins de vtt.

Le soir va se terminer par une raclette traditionnelle en montagne.

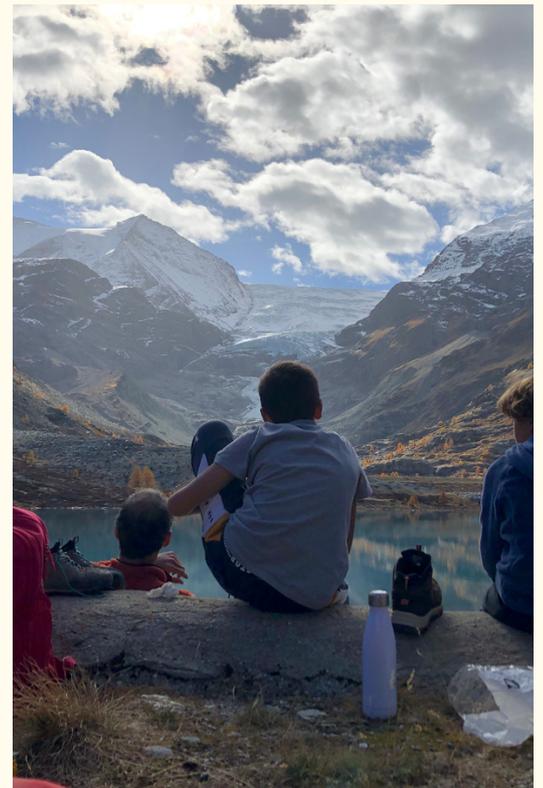
Si possible on s'assoie près du feu devant notre cabane pour profiter d'une belle soirée en montagne sous les étoiles.

Mercredi:

Cette journée va être très spéciale et différente des autres. Nous allons faire une randonnée en haute montagne et admirer le monde des glaciers.

Le matin nous irons de l'autre côté du Rhône. Nous passerons par Grimenz pour arriver au lac de Moiry. La barrage est déjà très impressionnante. Depuis l'autre bout du lac on monte à pied vers la cabane de Moiry. La vue sur le glacier est fantastique. La refuge est déjà fermé. Mais néanmoins il y a une possibilité de se réchauffer et de manger une soupe qui nous redonnera des forces.

Le retour est plus facile.





Jeudi:

Aujourd'hui on ne va pas faire une grande marche – mais – après une matinée calme on se rend vers un des lacs à Crans Montana pour y grimper dans le parc accrobranche (fun forest Valais). A midi on est invité par la communauté de Crans-Montana à manger dans un restaurant de la station. Après, on profite d'avoir un après-midi libre pour acheter des cartes postales ou des petits souvenirs avant de retourner au chalet.

Vendredi:

Le matin est libre. On va en profiter pour jouer à cache-cache ou pour jouer au volley ou diabolo ou..... L'après-midi nous irons avec un télésiège à Cry d'er. À partir de là, nous montons à pied à Bellalui – un des plus beaux lieux à Montana – une montagne qui domine la station de ski de Crans-Montana. Elle se situe à 2.548 mètres d'altitude. La vue est impressionnante de ce plateau – surtout le soir, la lumière se reflète en bas dans la vallée du Rhône. Avec les yeux on peut suivre le Rhône jusqu'à Martini. La plupart des 4000, leurs sommets et glaciers sont visibles d'ici. Nous sommes invités à manger la haut. Aux dernières lumières de la journée nous redescendons vers Cry d'er.

Nous regarderons de toute manière la météo chaque jour, plusieurs fois, pour adapter le programme si nécessaire.

S'il pleut trop ou s'il fait beaucoup trop froid, on pourrait aussi:

Visiter le musée de train - un petit trésor à Montana,

Nager dans les thermes à Brig,

Ou même faire la luge sur la première neige de la saison.

...