

PLAN FORTE CHALEUR

L'AUC tient compte des recommandations des pouvoirs publics locaux et nationaux.

Pendant les fortes chaleurs de la période estivale, l'équipe d'encadrement de l'AUC Multisports adapte son offre (encore plus que d'habitude) :

- Adaptation du programme sportif en fonction des conditions météo et de l'état de fatigue des enfants.
- Alternance extérieur/intérieur.
- Alternance soleil/ombre.
- Pas d'activités en extérieur sans caquette.
- Limitation des activités à forte intensité.
- Limitation des activités sportives en début d'après-midi.
- + de jeux sportifs, d'animations et jeux d'eau (au calme).
- + de temps de pause et de rafraichissement.
- Temps calme plus long.
- ...

Nous comptons également sur la vigilance et le sérieux de chaque parent :

- Affaires à **ne pas oublier** : casquette, bouteille ou gourde d'eau, crème solaire.
- Recommandation : un sac isotherme dans (ou avec) le sac à dos pour le repas.
- Une bonne hydratation à **l'eau** le matin et le soir, et se coucher tôt pour récupérer de sa journée.

Sur chaque activité multisports, la sécurité et la santé des enfants sont nos priorités. L'objectif étant que chaque enfant passe la meilleure semaine possible, avec des découvertes sportives, des moments ludiques, éducatifs et de partage, et en toute sécurité.

L'équipe de l'AUC Multisports reste à votre disposition pour échanger sur notre organisation.

