



bien-être

Leur première colo, cool pour eux comme pour

ÉTAPE
IMPORTANTE
DE SON
AUTONOMIE,
NOUVELLE
EXPÉRIENCE
DE VIE
EN SOCIÉTÉ...
POUR QUE SON
SÉJOUR SE
DÉROULE SANS
ANGOISSE,
PRÉPAREZ-LE
ENSEMBLE.

À quel âge peut-il partir ?

Tout dépend de sa maturité. Certains organismes acceptent un petit dès 4 ans. Or, « l'âge idéal tourne plutôt autour de 6-8 ans, car c'est à la grande école qu'il commence à se socialiser et à s'affranchir de ses parents. Et, pour que la colonie se passe bien, l'enfant doit déjà avoir vécu plusieurs petites séparations : une nuit chez une tante, une autre chez les grands-parents... », précise Nicole Fabre, psychanalyste et psychothérapeute pour enfants*. Pour commencer, faites un essai d'une semaine, de préférence avec un copain, un frère ou une sœur. Quoi qu'il en soit, votre enfant ne doit pas vivre cette expérience comme une punition ou un abandon.

Comment bien choisir le séjour ?

Il est timide, paraît plus jeune que son âge, adore le cirque, les chevaux... Prenez en compte sa personnalité, ses envies et demandez-lui son avis car, aujourd'hui, la plupart des colonies abordent des thématiques diverses et variées, des sciences au sport en passant par les animaux ou même l'environnement, nous sommes très loin des colonies d'antan. Et, pour limiter les écarts de maturité, privilégiez une formule qui propose une tranche d'âge resserrée (6-9 ans ; 9-12 ans...). Avant d'arrêter votre choix, n'hésitez pas à contacter l'organisme et à assister aux réunions d'information, avec votre enfant. Aucune question n'est incongrue !

Comment vérifier le sérieux de l'organisme ?

Tous les centres de vacances qui accueillent au moins sept mineurs pendant plus de trois nuits consécutives sont tenus de se déclarer à la préfecture. Des contrôles ont également lieu pour vérifier que les règles d'hygiène, de sécurité et d'organisation soient respectées. Outre la présence d'un directeur, l'équipe doit comprendre un animateur (titulaire du Bafa) pour huit enfants de moins de 6 ans ou un animateur pour douze enfants de 6 ans et plus. De plus, certains organismes disposent de la certification NF ISO 9001, gage de qualité.

Puis-je l'appeler pendant son séjour ?

« Le téléphone est intrusif, il vient le déranger dans sa vie sociale trépidante, poursuit Nicole Fabre. Ce coup de fil peut angoisser l'enfant, qui culpabilise d'avoir quitté ses parents. Et, en raccrochant, il revit une séparation, qui va raviver ses larmes ». Le mieux est de poster une carte postale la veille de son départ, il la recevra à son arrivée au centre. Une fois sur place, vous pourrez avoir de ses nouvelles via un message enregistré par l'équipe et parfois même par les enfants. Dans certains cas, des blogs ou sites web permettent de visualiser des photos du séjour et d'envoyer un message.

Que mettre dans sa valise ?

Il est préférable de respecter la liste fournie par l'organisateur en marquant chaque vêtement. Certains centres lavent parfois le linge de corps (sous-vêtements, chaussettes) dès la première semaine. En revanche, n'oubliez pas : un coupe-vent, un pull chaud, une crème solaire, un bob, une paire de lunettes de soleil et surtout son doudou !

Comment réduire la facture ?

Les tarifs sont très variables. Comptez une moyenne de 500 euros pour une semaine, sans le transport. Pour des tarifs préférentiels, renseignez-vous auprès de votre commune, au service Jeunesse, ou auprès de votre comité d'entreprise, si vous en bénéficiez. Vous pouvez régler à l'aide de chèques vacances ou de bons de la CAF (soumis à votre quotient familial).

La colo peut-elle l'aider à devenir plus dégourdi ?

Il y a des chances, à condition d'avoir bien préparé le séjour (choix de la thématique, durée du séjour...). Votre enfant gagne progressivement en autonomie. Il vit sa vie, loin de vous. Mais certains sont indépendants sans jamais partir en colonie.

Stéphanie MARÉCAUX

Merci à Véronique Calaudi, de l'Association nationale Temps Jeunes, et à Françoise Evenou, de Nacel.

* Auteur de *Sont-ils heureux loin de nous ?* (Éd. Fleurus) et *J'aime pas me séparer* (Éd. Albin Michel)



À l'heure de la séparation

● N'éternisez pas ce moment. « Sèche tes larmes, mon cœur. Allez, file, et amuse-toi bien ! ». Généralement, son chagrin disparaît assez vite, dès que vous tournez les talons.

● Positez votre discours. Bannissez « Tu vas me manquer ». Dites plutôt : « Tu as de la chance : tu vas faire du poney tous les jours, tu vas rencontrer de nouveaux copains... »

● Affichez un regard confiant. Il n'y a pas de quoi avoir l'air inquiet. Il se sentira ainsi autorisé à être heureux sans vous.



Info+

Comment s'occuper pendant le trajet ? Que faire en cas de cafard les premiers jours ? Pour répondre à toutes les questions que se pose votre enfant, glissez-lui dans son sac le *Guide de survie des vacances sans les parents* (12,50 €, Milan Jeunesse).



4 COLOS PASSION

IL NE JURE QUE PAR LA MER

Votre enfant s'exerce au paddle-board, à la bouée tube et savoure les joies de la glisse. Il apprend même les bases de la sécurité en mer : météo, respect de la zone de baignade, impact des vagues, protection solaire... Il repart avec son diplôme de « Lifeguard » en herbe.



De 6 à 11 ans. En Charente-Maritime. À partir de 405 € la semaine (transport non compris). www.ucpa-vacances.com et **0892 680 599** (0,34 €/mn)

IL AIME LES CHIENS

En compagnie d'un musher, il s'initie à la canirando (randonnée pédestre attelée par un chien), à l'arapaho (canitrotinette), à la course d'orientation, et visite un chenil...

De 10 à 14 ans. Dans le Vercors, à partir de 865 € les deux semaines (logement compris). www.temps-jeunes.com et **04 72 661 661**

IL SE PASSIONNE POUR L'ÉCOLOGIE

Construire la maquette d'une maison bioclimatique, voilà l'enjeu. Panneaux solaires, isolants naturels... L'écologie est le maître-mot de ce séjour. Les balades sont l'occasion de pêcher dans les gravières, de se baigner dans les rivières, de cueillir des plantes sauvages...



De 11 à 13 ans. Dans l'Hérault, 500 € la semaine (adhésion et train non compris). www.souslalune.org et **01 42 81 03 42**

IL ADORE FAIRE DES EXPÉRIENCES

Comme Jamy et Fred dans *C'est pas sorcier*, votre enfant conçoit « pour de vrai » le programme avec ses camarades, du choix du sujet à sa présentation, avant de partir enquêter. Et le groupe France Télévisions prête même quelques maquettes de l'émission !

De 8 à 14 ans. A Carpentras (Vaucluse), La Roche-Rigault (Vienne), La Brède (Gironde)... À partir de 599 € la semaine (transport non compris). www.telligo.fr (rubrique Aventures scientifiques) et **01 46 12 18 50**

PHOTOS: GREEN ARBANY/CAMERAPHRESS/ORBIS - BETTY HALLS