

LIVRET DU BÉNÉVOLE À CASTELROC



MEMBRE DE L'UNION
REMPART

L'ASSOCIATION CASTELROC

Après être tombé dans l'oubli durant plusieurs siècles, le château de La Roque, renaît pour une seconde vie grâce à l'association Castelroc !

Créée en 2016, celle-ci a pour but de soutenir l'éducation populaire, le lien social et la citoyenneté tout en revalorisant le patrimoine local.

Vous pourrez, dans le cadre de votre séjour, découvrir son histoire tout en expérimentant lors de vos journées de chantier et en partageant l'expérience des bénévoles sur place.

INFOS PRATIQUES

À proximité du gîte :

- Café associatif « Aici Sem Plan » (« Ici on est bien » en Occitan)
- Épicerie associative (produits locaux et produits de base : épicerie, hygiène...)

Dans les environs :

- Village de Teillet (7 kms) : supérette, pharmacie, poste
- Ville de Réalmont (15 kms), tous types de commerces : supermarché, laverie, épicerie, tabac, pharmacie, banque, DAB...
- Ville d'Albi (25 kms) : gares routière et SNCF, hôpital, haut lieu de tourisme avec sa cité épiscopale, musée Toulouse Lautrec, etc

Plongez dans le passé, 800 ans en arrière et découvrez l'Occitanie médiévale au XIIIème siècle !



- BIENVENUE -

Vous êtes sur le point de débuter votre stage en immersion à Castelroc. Vous allez donc être logé et accompagné dans le petit village de Saint-Antonin-de-Lacalm. L'association vous propose donc de vivre quelques jours en communauté avec d'autres bénévoles.

Ce livret d'accueil vous permettra de bien préparer votre séjour pour vivre une aventure collective, conviviale et nous l'espérons, inoubliable !

- VIE EN COMMUNAUTE -

Durant votre période de stage, vous serez membre d'un groupe. Cela signifie que vous devrez respecter vos compagnons ainsi que tout le matériel qui est mis à votre disposition. Vous partagerez un habitat avec un jardin, une cuisine/salle à manger, des chambres communes (quatre à six lits), salles d'eau et toilettes. Il est impératif de respecter le planning de tâches communes qui vous sera expliqué lors de votre arrivée. Pensez bien qu'avant vous et après vous, il y avait ou il y a aura un autre groupe. Le lieu devra donc être rendu dans le même état que vous l'avez trouvé.

-AU GÎTE-

> Le matériel à apporter :

Duvet - taie d'oreiller (60x60) - une à deux serviettes de toilette - trousse de toilette (brosse à dents, à cheveux, dentifrice, ...) - savon/gel douche - shampoing

Selon la saison, vous pouvez également prévoir pour plus de confort :
En été: une paire de draps (90 x 200) - crème solaire - serviette et maillot de bain...

En hiver: des vêtements chauds et/ou imperméables...

> Matériel mis à votre disposition :

Un réfrigérateur - un four - un four à micro-ondes - un lave-vaisselle - vaisselles et ustensiles de cuisine - une télévision - une connexion wifi - deux lave-linges

-AU CHÂTEAU -

Le port du costume est de rigueur pour accentuer l'immersion au Moyen-Âge. L'association Castelroc vous fournira un costume (sur-vêtement) composé d'une chemise, d'un pantalon et d'une cale (couvre-chef). Vous serez responsable de celui-ci et devrez le restituer en bon état et propre (lavage en machine le dernier jour).

> Pour le chantier au château

- Une paire de gants et chaussures de chantier - une gourde (il n'y a pas d'accès à l'eau potable sauf jerricans apportés par les bénévoles de l'association) - ensemble de couverts pour les repas (gamelle, couverts et gobelet) - un sac à dos

Important ! Prévoir des sous-vêtements et vêtements chauds pour mettre sous votre costume.

-POINT SECURITE-

Vous serez amené à manipuler du matériel dangereux qui demande des précautions d'emploi. Il est donc nécessaire d'avoir la tenue adaptée et de respecter les consignes données par l'encadrant.

-ARRIVEE ET DEPART-

- L'accueil des bénévoles a lieu à la gare SNCF d'Albi Ville entre 12h et 14h (au plus tard) le premier jour du chantier. À la suite de ce premier accueil, une visite est prévue du château pour vous familiariser avec les lieux avant votre premier jour de chantier. S'en suivra une réunion d'accueil au gîte où il vous sera expliqué le fonctionnement et le déroulement de votre séjour. La première soirée vous permettra de faire connaissance entre vous.
- Durant le séjour, vous disposerez d'une journée de repos.
- Le dernier jour de stage, votre départ de Saint-Antonin-de-Lacalm est prévu après 12h00 selon votre moyen de transport (départ SNCF au plus tôt à 12h00). La matinée sera destinée au rangement collectif du gîte et au débriefing de la semaine. Les premiers départs ne doivent donc pas être prévus avant 12h00.

-CONTACTS-

En cas de besoin, vous pouvez contacter l'association :

- Laurent BARRÈS, Président
- Pierre TESSIER, Vice-Président
- Thomas BARRAU, Secrétaire

bureau@castelroc.fr

Les autres coordonnées et renseignements vous seront donnés sur place à votre demande. N'hésitez pas à vous renseigner auprès des volontaires de l'association.

⚠ Un groupe sera créé en début de stage sur l'application WhatsApp pour communiquer !

Merci de télécharger l'application avant votre séjour et d'enregistrer les numéros de téléphones mobiles ci-dessus.



A SAVOIR !

L'association prendra en charge les achats alimentaires nécessaires pour le séjour. Les menus sont déterminés à l'avance, donc pensez bien à préciser sur la fiche sanitaire (ci-dessous en annexe) si vous avez des aliments interdits pour raison médicale ou un régime particulier.

- AVERTISSEMENTS -

Il n'y a pas de banque ou de distributeur dans le village, pensez à apporter de l'argent de poche et/ou carte bancaire avant de venir.

- REPOS ET LOISIRS-

Un jour de repos est proposé durant le séjour.

Plusieurs activités sont possibles :

- balades autour du château et du village de Saint-Antonin-de-Lacalm
- lac de la Bancalié (Saint-Antonin-de-Lacalm)
- visite des cascades d'Arifat
- visite du patrimoine local (ex : cathédrale d'Albi (à 27 km), village de Lautrec (à 25 km), Sidobre (à 25 km))
- accrobranche à Saint-Pierre-de-Trivisy (à 17 km)
- planétarium et piscine municipale de Montredon-Labessonnié (à 8 km)

- DÉPLACEMENTS ET MOBILITÉ-

Pour se rendre du gîte au château, le déplacement s'effectue à pied. Il faut compter environ 45 minutes pour effectuer les 3 kilomètres à parcourir (matin et soir). Il n'est pas prévu de navette entre le gîte et le château.

Vous pouvez, suivant le cas et les possibilités de chacun, vous organiser collectivement pour covoiturier.

- DÉROULEMENT D'UNE JOURNÉE DE CHANTIER -

- 9h00 arrivée sur le site de Castelroc
- Vers 12h30 repas sur place
- 17h30 retour au gîte

A savoir ! Selon la météo, le jour de repos sera peut-être amené à bouger pour que vous puissiez profiter au mieux de l'expérience.

Lien Google Maps du gîte de l'association :

<https://maps.app.goo.gl/757UuiMBGYu2uegc7>

Lien Google Maps du château de la Roque :

<https://maps.app.goo.gl/eoMs4YTYZoBwjPku6>



Nous vous remercions d'avoir choisi de participer à la vie et l'amélioration du site médiéval de Castelroc. En espérant que vous vous plairez parmi nous !

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter les membres de l'association ou aller faire un tour sur la page...

- Facebook : @chateaucastelroc
- Instagram : @castelroc_chateau
- Youtube : #chateau-castelroc

Au plaisir de vous accueillir, à très vite !





ANNEXE 1 - FICHE SANITAIRE DU BENEVOLE

Cette fiche permettra à l'équipe du château de connaître certaines informations sur vous et votre santé qui nous permettront d'adapter au mieux le séjour à vos besoins. Cette fiche est confidentielle, elle restera sous le secret professionnel et médical des équipes de Castelroc.

Votre identité

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone :

Représentant légal de la personne (si mineur) et/ou personne à contacter en cas d'urgence

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Autre personne à contacter

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Avez-vous des allergies ?

Un problème de santé à signaler ?

Traitements oui non

Lequel/lesquels ?

Y-a-t-il des contre-indications ?


D'autres éléments que vous voulez nous indiquer:

.....

.....

.....

ANNEXE 2 - LE PENSE-BÊTE DU MATERIEL

Matériel :	
• Pour le gîte	
Duvet	
Taie d'oreiller (60x60)	
1 ou 2 serviettes de toilette	
Trousse de toilette (brosse à dents, à cheveux, dentifrice ...)	
Savon/gel douche	
Shampooing	
Une paire de drap (90x200) -> optionnel	
• Au château	
Une paire de gants	
Une paire de chaussures de chantier	
Une gourde	
Assiette/gamelle	
Couverts (couteau/fourchette/cuillère	
Sac à dos	

J'atteste avoir pris connaissance des éléments et des conditions exposées dans ce document pour toute la durée de mon séjour :

le (date) à (lieu de domiciliation)

Si mineur, Nom et Prénom du responsable légal :

Signature :

Nom et Prénom :

Signature :