



Sol-Eveil • No Siren : 510 161 706

Accueil de stages • Séjours de ressourcement • Gîte

Sol-Eveil

À la Soleillette

151 impasse de la Soleillette

74250 Bogève, France

lasoleillette@orange.fr

Tél. : 04 50 36 64 97

## CONSIGNES POUR LE SEJOUR A LA SOLEILLETTE

*(Toutes les personnes séjournant à la Soleillette sont priées de lire ce document attentivement)*

La Soleillette fonctionne en petite entreprise familiale se dédiant principalement au développement personnel. Nous espérons continuer à vous accueillir dans des conditions agréables, sécuritaires et abordables. Pour cela, il nous est indispensable d'avoir votre compréhension et collaboration sur les points suivants :

### 1. Sécurité incendie/Fumée

Pour des raisons de SÉCURITE-INCENDIE, l'usage de bougies et d'encens est strictement interdit dans les chambres. La maison est équipée d'un système de détection incendie fort sensible qui pourrait aussi être déclenché à la moindre petite fumée. En cas d'alerte, nous vous remercions d'évacuer les locaux et de vous réunir sur la terrasse d'où des instructions vous seront données. L'alarme sonne durant minimum 5 minutes sans possibilité d'interruption.

Le Centre étant un espace non-fumeurs, les fumeurs sont invités à ne fumer qu'à l'extérieur du bâtiment et en aucune circonstance à la fenêtre de leur chambre ni sous les fenêtres des chambres depuis la terrasse.

### 2. Propreté et Bruits

- Afin de conserver la propreté du lieu, l'usage de pantoufles est souhaité dans la maison.
- L'entretien des locaux communs, pendant le stage, est sous la responsabilité du groupe; des produits sont mis à disposition.
- Les couvertures, couettes ou oreillers des chambres ne doivent pas être utilisés pour la salle de séminaire ; la salle possède ses propres couvertures et coussins.
- Le matériel de la salle ne doit pas être utilisé à l'extérieur dans le jardin ni le matériel de jardin dans la salle.
- Les tasses de thé ou autre boisson autre que l'eau, nourriture sont interdites dans la salle de séminaire.
- Lors de stage bruyant, nous vous demandons de veiller à ce que les fenêtres de la grande salle soient correctement fermées à ces moments précis.
- Chacun est prié de respecter le calme dans la maison et à l'extérieur dans les alentours de la maison entre 22 heures et 7 heures ainsi que d'éviter les chasses d'eau la nuit.

### 3. Chauffage – Électricité - Fenêtre

Nous demandons votre collaboration et prise de conscience face à la consommation énergétique. Pour cela, nous vous demandons d'éviter de surchauffer votre chambre et d'utiliser plutôt (surtout entre saison) les couvertures supplémentaires en réserve dans votre armoire. Le temps passé dans votre chambre en journée étant minime, le thermostat de radiateur peut être baissé durant cette période (voire fermé selon la saison).

Nous vous remercions de penser à éteindre les lumières de votre chambre et wc en sortant.

Les locaux communs sont également sous la responsabilité du groupe. Si vous êtes les derniers à monter le soir, merci de penser à éteindre. L'ouverture des fenêtres, pour aération, se fait en tournant la poignée vers le haut (ouverture verticale). Les chambres au 2ème étage (mansardées) sont équipées de velux. En cas de pluie ou de neige, les participants sont responsables de la fermeture de ces fenêtres avant de quitter leurs chambres afin d'éviter toute inondation. En cas de grande chaleur, les stores des velux permettent de couper le rayonnement.

#### **4. Rangement**

Le matériel emprunté dans la salle tel que couvertures et coussins doivent être remis dans les sacs, par taille, en fin de stage.

Les draps loués doivent être retirés du lit et déposés dans le couloir devant votre chambre. Les couettes repliées correctement sur le lit comme reçu en début de stage.

#### **4. Téléphone - Internet**

La qualité du réseau pour les téléphones portables peut être très moyenne; il est parfois utile de sortir à l'extérieur pour téléphoner. Internet est accessible par wifi, la bande passante étant limitée à Bogève pour l'instant, nous vous demandons d'éviter les téléchargements lourds en envois et en réception ainsi que les vidéos.

#### **5. Clés**

Vous trouverez la clé de votre chambre dans la serrure à votre arrivée. Nous vous demandons de la laisser aussi dans la serrure au départ.

#### **6. Fosse sceptique**

La soleillette possède une fosse sceptique. Tout article d'hygiène féminine ou excès de papier peut créer des blocages, merci d'utiliser la poubelle autant que possible.

#### **7. Objets oubliés**

Tout objet oublié au Centre sera déposé dans une boîte « objets trouvés ». Vous pourrez les récupérer sur place en nous contactant à l'avance. Les objets ne sont pas envoyés par courrier.

#### **8. Animaux domestiques**

Les animaux domestiques ne sont pas admis dans le Centre.

#### **9. Conditions montagnes**

La maison étant située à 950 m d'altitude, il n'est pas rare d'être soumis à des conditions météorologiques parfois rigoureuses. Les animateurs et participants doivent prévoir l'équipement voiture en conséquence ainsi que les habits et chaussures appropriés. Le déneigement du parking peut être assuré avant l'arrivée des voitures mais plus difficilement pendant votre séjour. Nous vous demandons donc dans la mesure du possible, de l'assistance dans le déneigement des voitures et des accès après les chutes de neige. Le terrain étant, par endroit, en pente, gel, dégel et écoulement de l'eau peut entraîner des plaques de verglas. Nous vous demandons donc d'être vigilants, correctement chaussés et d'utiliser les rampes pour vous tenir.

9. Durant votre séjour, vous choisissez une tasse au design unique pour les pauses. Vous êtes responsable de la laver derrière le bar et la laisser à cet endroit et non pas sur les tables pour les repas.

#### **10. Responsabilité, dégâts**

Chaque participant a la responsabilité de prendre soin du matériel mis à disposition.

Tout dégât causé sera à sa charge ou, à défaut, à la charge de l'organisateur du stage.  
Le centre n'assume que les responsabilités découlant directement de ses facilités et services.

Merci de nous aviser de tout dysfonctionnement de matériel ou matériel endommagé ou taché (ex. : lampe de chevet, tuyau de douche, couettes ou draps souillées, tapis de la salle tachées, etc.).

La maison encourage l'écologie et utilise principalement des produits écologiques et biodégradables, nous vous invitons donc à faire de même en ce qui concerne les produits que vous utiliserez chez nous.

Nous vous remercions de votre compréhension et vous souhaitons un très agréable séjour à la Soleillette.