

Saint-Gervais Mont-Blanc

LE P'TIT GUIDE

Infos pratiques pour les parents
Practical information for parents

8 pages
de JEUX !!
of FUN &
GAMES !!

1 page
recette
RECETTE



BIENVENUE ! WELCOME!



J'emène
mes amis découvrir
la station
de Saint-Gervais,
rejoins-nous !

I'm taking my
friends to discover
the resort
of Saint-Gervais,
you can come
along too!



JEU / A GAME TO PLAY

Bien équipé pour la montagne ?

Trouve les 7 différences entre ces 2 images d'Arthur.
Petit indice : ce sont les accessoires indispensables pour être bien équipé et passer un séjour en toute sécurité.

Equipped for the mountains?

Spot the 7 differences between these 2 images of Arthur.
Clue: accessories necessary for your equipment and safety.



Réponses : il te faut un casque, un masque, des gants, de la crème solaire et une gourde d'eau
mais le doudou n'est pas indispensable, il sera mieux à t'attendre au chaud !
Answers: a helmet, a mask, gloves, sun cream, a water bottle.
Leave your child's comforter/teddy at home for later.

Rien que pour toiaaaaah !

ESPACES POUR ENFANTS

Bienvenue !

COIN ENFANTS

Dans les Offices de Tourisme, un « Coin enfants » avec des livres et des jeux est à ta disposition. De quoi s'amuser pendant que tes parents s'informent sur le séjour...

PETIT COIN...

Dans le village, il existe plusieurs endroits avec des toilettes pour enfants (et même des tables à langer pour les bébés) : à l'Office de Tourisme de Saint-Gervais, dans les toilettes publiques du parking du Bettex, dans les toilettes publiques du Plateau de la Croix à Saint-Nicolas-de-Véroce et dans le Parc Thermal du Fayet.

COIN REPAS

Si tu aimes les pique-niques, tu trouveras une salle hors-sac à la gare d'arrivée de la Télécabine au Mont-d'Arbois ou encore au 1^{er} étage du restaurant « Le Schuss » au Plateau de la Croix.

Just for you!

FACILITIES FOR CHILDREN

Welcome!

CHILDREN'S CORNER

There is a children's corner with books and games in each Tourist Office. Have fun whilst your parents pick up the information they need...

KID'S TOILETS...

There are several places in the village with kid's toilets and baby changing facilities: at the Tourist Information Office in Saint-Gervais, in the public toilets on the Bettex car park, at Plateau de la Croix in Saint-Nicolas-de-Véroce and in the Thermal Park in Le Fayet.

PICNIC ROOMS

There are 2 picnic rooms on the slopes: one in the station at the top of the Mont-d'Arbois gondola and one on the 1st floor of the restaurant "Le Schuss" at Plateau de la Croix.

À L'ATTENTION DES PARENTS

Parce que vos enfants se déplacent sans compter, vous devez bien veiller à :

- leur donner à boire régulièrement
- éviter les variations d'altitude trop rapides
- ne pas aller au-delà de 2 000 mètres

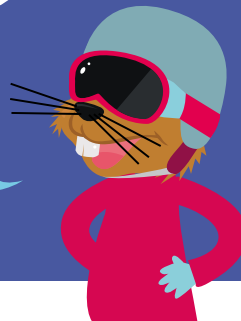
Ils adorent quand vous les transportez dans le dos mais l'immobilité et les suspensions prolongées peuvent aggraver les **coups de soleil**, les **insolations**, le **refroidissement** et la **déshydratation**.

Vous devez absolument les **protéger du soleil** : lunettes, crème solaire, bonnet...

Attention, certaines activités nécessitent le **port du casque** : ski, snowboard, patin à glace...

La sécurité des enfants, c'est important !

Your child's safety is important!



FOR THE ATTENTION OF PARENTS

Things to remember:

- make sure your children drink regularly
- avoid rapid altitude changes
- do not climb beyond 2 000 metres

Children love being carried in a backpack but be aware that suspended inactivity can increase the chances of **sunburn**, **sunstroke**, **catching a chill** and **dehydration**.

Protect your children from the sun with: sunglasses, sunscreen and a hat. Some activities require **wearing a helmet**: skiing, snowboarding and ice skating.

FAMILLE PLUS

La station de Saint-Gervais est une station de montagne labellisée « Famille plus ».

C'est un label national qui récompense les efforts réalisés vers les familles et les enfants. Saint-Gervais a créé de nombreuses activités pour tous les enfants et les personnes qui y travaillent sont très attentifs aux attentes des familles.

LES 6 ENGAGEMENTS DE SAINT-GERVAIS

1. Un accueil personnalisé pour les familles
2. Des animations adaptées pour tous les âges
3. Du plus petit au plus grand : à chacun son tarif
4. Des activités pour petits et grands, à vivre ensemble
5. Un service médical de proximité pour les petits bobos
6. Des enfants choyés par nos professionnels



Tous les bons plans des vacances sont en page 30 !



Find all our holiday ideas on page 31!

*Location porte-bébés et poussettes-luges
Sledge, stroller and baby backpack rentals*

SAINT-GERVAIS

- Blanc Sport - Twinner
+33 (0)4 50 47 75 97
- Nerey Glisse
+33 (0)4 50 93 47 87
- Unlimited Sports
+33 (0)4 50 90 99 61

LE BETTEX

- Claude Penz Sports
+33 (0)4 50 93 11 40
- J&F Penz
+33 (0)4 50 93 16 49
- St-Gervais Ski Service - Twinner
+33 (0)4 50 93 12 16

SAINT-NICOLAS-DE-VÉROCE

- Penz Pierre et Fils
+33 (0)4 50 93 21 23
- Chattrix
+33 (0)4 50 93 22 18

*Location chaises hautes, lits bébé et draps
Highchairs, cots and linen rental available*

- Laverie l'Ours blanc
+33 (0)4 50 53 82 15

FAMILLE PLUS

Saint-Gervais is an alpine resort that carries the "Famille Plus" label.

This label recognizes the efforts made for families and children. Saint-Gervais boasts numerous activities for every age group. The people working in resort are also very attentive to the expectations of families.

OUR 6 COMMITMENTS

1. A personal welcome for families
2. Entertainment for all ages
3. Prices adapted to every age group
4. Activities for the young and old, to enjoy together
5. A medical service within close proximity, for bumps and grazes
6. Professional staff who pamper children



Sur la piste !

APPRENDRE À SKIER

Pour apprendre à skier, il existe des solutions pour tous les niveaux.

PACK TITOURSON

1 semaine de cours OURSON (matin ou après-midi)
+ insigne + forfait TITOURSON : 204,50 €

PACK FLOCON

1 semaine de cours FLOCON (matin ou après-midi)
+ insigne + forfait FLOCON : 240 €

PACK 1^{ÈRE} ÉTOILE

1 semaine de cours 1^{ÈRE} ÉTOILE (matin ou après-midi)
+ insigne + forfait 1^{ÈRE} ÉTOILE : 258 €

Renseignements et inscriptions : ESF de Saint-Gervais.

NOUVEAU Mini-cours "EXCLUSIV"

Du Flocon à l'Étoile de Bronze, apprend le ski en petit comité.

7 enfants maximum par groupe. Du 5 février au 3 mars 2017.

Du dimanche au vendredi de 14h30 à 16h30.

Tarif : 195 € (médaille incluse)

Renseignements : ESF de Saint-Gervais.

Cours collectif baby

Faire ses premiers pas sur la neige avec un moniteur.

5 enfants max. par moniteur. À partir de 3-4 ans. Du lundi au vendredi.

Tarif : 5 x 1h : 79 €

Renseignements : ESF de Saint-Nicolas-de-Véroc.

On the slopes!

LEARN TO SKI

There's something for every age group and every level.

TITOURSON PACK

Weekly course (morning or afternoon lessons)
+ badge + TITOURSON ski pass: €204.50

FLOCON PACK

Weekly course (morning or afternoon lessons)
+ badge + FLOCON ski pass: €240

1^{ÈRE} ÉTOILE PACK

Weekly course (morning or afternoon lessons)
+ badge + 1^{ÈRE} ÉTOILE ski pass: €258

Enroll at the ESF French Ski School in Saint-Gervais.

NEW "EXCLUSIVE" mini-group lessons

Learn to ski in small groups, from "Flocon" to bronze star.

Maximum 7 children per group. From 5th February to 3rd March 2017,
Sunday to Friday from 14:30 to 16:30.

Rate: €195 (inclusive of a medal)

Information & reservations: ESF Ski School, Saint-Gervais.

Group lessons for infants

The first steps to skiing with a qualified instructor.

Maximum 5 infants per instructor.

From 3-4 years of age. Monday to Friday.

Rate: 5 x 1 hour: €79

Information & reservations: ESF Ski School, Saint-Nicolas-de-Véroc.

Écoles de ski - Ski Schools

SAINT-GERVAIS

- ESF : Maison de Saint-Gervais - 43, rue du Mont-Blanc - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 47 76 21 / +33 (0)4 50 93 10 14 [Le Bettex]
contact@esfsaintgervais.com - www.esf-saintgervais.com

Remontées mécaniques - Ski Lifts

- STBMA : +33 (0)4 50 93 23 23 - info@stbma.fr - www.ski-saintgervais.com

SAINT-NICOLAS-DE-VÉROC

- ESF : 4054, route de Saint-Nicolas - Saint-Nicolas-de-Véroc
74170 Saint-Gervais - +33 (0)4 50 93 21 61
esf-saintnicolas@orange.fr - www.esf-saintnicolas.com

JEU / A GAME TO PLAY

Pour skier en toute sécurité, il faut respecter le balisage et la signalisation.

De faux panneaux se sont cachés sur la piste de Milou. Entoure les vrais que tu pourrais croiser sur les pistes et retrouve leur signification.

To ski safely, you must respect the signposts.

False signposts are hidden along Milou's ski run.

Spot the real signposts, those that you might see on the slopes. Discover their meaning.



A



B



C



D



E



F



G



H



I



J

Réponses : A. piste fermée - B. piste verte - D. croisement téléski - F. croisement - J. piste noire - tu ne retrouveras pas les autres panneaux sur les pistes.
 Answers: A. Closed slope - B. Green run - D. Ski lift crossing - F. Crossing - J. Black run
 You won't find the other signposts on the slopes.

DESSIN / DRAWING

T'as vu le Dahu ou t'as la berlué ?

Le dahu serait un animal des montagnes à l'allure étonnante : la légende dit qu'il aurait les pattes plus courtes d'un côté que de l'autre pour se déplacer facilement sur les pentes très raides. Imagine ton propre Dahu et dessine-le...

The Dahu?

The Dahu is a mountain animal that moves at an amazing pace. Legend has it that the Dahu has shorter legs on one side of his body to help him move easily on the very steep slopes. Imagine your own Dahu, and draw a picture below...



Et pour les plus petits ?

GARDERIE + SKI

*Au programme pour les petits,
garderie + repas + ski = journée réussie !*

SAINT-GERVAIS

À partir de 3 ans, uniquement pendant les vacances scolaires.

- Garderie de 9h45 à 15h (avec repas)
- Cours de ski (Piou-Piou, Ourson ou Flocon) de 15h à 17h30

Tarif semaine du dimanche au vendredi : à partir de 359 €
(le prix varie en fonction de la période et des vacances scolaires)
Tous les tarifs de l'hiver de cette offre sont sur le site internet.

SAINT-NICOLAS-DE-VÉROCE

À partir de 4 ans.

- Garderie de 9h15 à 17h avec 2 heures de cours de ski et repas

Tarif 6 jours : 350 €

Tarif 1 jour : 75 €

*Et pendant que les grands partent sur les
pistes, les tout-petits restent au chaud...*

Des structures pour les plus petits où les activités sont adaptées
aux âges, aux envies des enfants... et à la météo !

- À partir de 6 mois : Garderie des Neiges du Bettex
- À partir de 2 ans : Garderie des Neiges de Saint-Nicolas
- À partir de 3 ans : Centre de loisirs La planètes des Mômes ou la MJC

And for the younger ones?

NURSERY + SKI

*On the programme for infants,
nursery + meals + skiing = a successful day!*

SAINT-GERVAIS

From 3 years of age, during school holiday periods only.

- Daycare from 9:45 to 15:00 (meal included)
- Ski lessons (Piou-Piou, Ourson or Flocon) from 15:00 to 17:30

Weekly rate, Sunday to Friday: from €359
(prices vary depending on the period and school holidays)
All the winter prices on the website!

SAINT-NICOLAS-DE-VÉROCE

From 4 years of age.

- Daycare from 9:15 to 17:00, inclusive of 2 hours of ski lessons and lunch
- 6 days:** €350 - **1 day:** €75

*Whilst parents enjoy the slopes, little ones
stay safe and warm...*

We propose several different structures for younger children.

Activities are adapted to their age... and to the weather of course!

- From 6 months: daycare at the 'Garderie des Neiges' in Le Bettex
- From 2 years: daycare at the 'Garderie des Neiges' in Saint-Nicolas
- From 3 years: a choice of 2 play schemes, 'la Planètes des Mômes' or the 'MJC'

Garderies - Nurseries

SAINT-GERVAIS

- **Garderie des Neiges du Bettex**
+33 (0)4 50 93 14 81
contact@garderiesdesneiges-saintgervais.com
www.garderiesdesneiges-saintgervais.com

Centres de loisirs - Play schemes

- **La Planète des Mômes (Parc Thermal)**
191, allée Gontard - Le Fayet - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 93 65 38

SAINT-NICOLAS-DE-VÉROCE

- **Garderie des Neiges de Saint-Nicolas**
+33 (0)4 50 93 23 90 ou +33 (0)6 50 91 78 79
garderiesaintnicolas@yahoo.fr
www.garderiesdesneiges-saintnicolas.com

- **MJC** : 111, avenue de Miage - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 47 73 40 - Fax +33 (0)4 50 47 73 45
mjcstgervais@wanadoo.fr - www.mjcsaintgervais.com

DE LA GLISSE !

Pistes de luge

Deux espaces de luge, soit pour les 2-6 ans, soit pour les + de 6 ans (Plateau de la Croix à Saint-Nicolas et au Bettex).

Luge STIGA race

Accompagné des moniteurs de l'ESF, 4 km de piste à descendre sur **une luge très facile à maîtriser grâce à ses 3 patins et à son volant.**

En famille, à partir de 7 ans.

Tarif : 25 € par personne

Inscription obligatoire auprès de l'ESF de Saint-Gervais.

Parapente à ski

Une expérience unique pour les plus courageux, une nouvelle vision de la montagne !

Charlotte la Marmotte : nouveau parcours ski-aventure !

Visite en famille le Hameau de Charlotte avec ses modules en mousse, ses animations, une aire de jeux et de pique-nique.

UNE ZONE VIDÉO GRATUITE SUR LE BOARDERCROSS

Inscris-toi pour recevoir gratuitement la vidéo de tes exploits par mail !

SLIDING FUN!

Sledging

There are two sledging areas, one for 2-6 year olds, the other for children over 6 (Plateau de la Croix in Saint-Nicolas and at Le Bettex).

STIGA sledge race

Accompanied by instructors from the ESF ski school, race down a 4 km slope on a **STIGA sledge (equipped with 3 runners and a steering wheel)**. A family activity from age 7+.

Rate: €25 per person

Reservations compulsory at the ESF ski school in Saint-Gervais.

Paragliding on skis

A new way to discover the mountains and a unique experience for the bravest amongst you!

Charlotte the Marmot: new ski-adventure course!

Visit Charlotte's hamlet on the slopes: foam modules, entertainment, a playground and a picnic area.

FREE VIDEO ZONE ON THE BOARDERCROSS RUN

Enroll and receive a free video of your exploits by email!

Location de luge - Sledge rental

SAINT-GERVAIS

- **Loca Ski Sport 2000**
33 (0)4 50 55 81 42
- **Nerey Glisse**
+33 (0)4 50 93 47 87
ou +33 (0)4 50 93 47 05
- **Sports et Montagne**
+33 (0)4 50 93 53 79
- **Blanc Sport - Twinner**
+33 (0)4 50 47 75 97
- **Unlimited Sports**
+33 (0)4 50 90 99 61

AU BETTEX

- **Loca Ski Sport 2000**
+33 (0)4 50 93 11 04
- **Claude Penz Sports**
+33 (0)4 50 93 11 40
- **J & F Penz**
+33 (0)4 50 93 16 49
- **Kleber sport**
+33 (0)4 50 93 17 18
- **Saint-Gervais Ski Service - Twinner**
+33 (0)4 50 93 12 16
- **Skiloc**

SAINT-NICOLAS-DE-VEROCE

- **Pierre Penz & Fils**
+33 (0)4 50 93 21 23
ou +33 (0)4 50 93 22 18
- **Mont-Joly Sports**
+33 (0)4 50 96 49 58

Parapente à ski Paragliding on skis

- **A2L - Parapente / Gérald Morel**
École Label FFVL et DDJS
74170 Saint-Gervais
+33 (0)6 59 37 75 07
A2Lparapente@gmail.com
www.A2L-parapente.com
- **Air St-Ger Parapente**
+33 (0)7 83 37 37 78
info@air-stger.com
www.air-stger.com

Waouh !
Les beaux
parapentes !

Wow! The
beautiful
paragliders!



Pas encore fatigué ?

ENCORE DES ACTIVITÉS !

La montagne avec Sylvie Marsigny

LA FAMILLE TRAPPEURS

Activités ludiques de découverte de la neige et de la nature hivernale. Les mardis matin, à partir de 3-4 ans et accompagné de tes parents.

Tarifs : adulte : 15 €, enfant - de 12 ans : 10 €

RAQUETTES AUX ÉTOILES

De nuit, avec ou sans ciel étoilé, avec une surprise gourmande.

Tarifs : adulte : 22 €, enfant - 12 ans : 11 €

Patinoire Couverte de Saint-Gervais

Cours de patins : se renseigner à l'accueil !

Prêt de luge pour personne à mobilité réduite ou luge/pingouin pour les enfants débutants.

Tarifs : plein tarif : 4,50 €, tarif réduit : 3,50 €, location de patin : 3 €

Tarif TRIBU : tout le monde au tarif réduit !

(à partir de 2 adultes + 1 enfant)

Le Jardin des Glaces

Chaque mardi des vacances scolaires, retrouve Charlotte la Marmotte au Jardin des Glaces pour faire tes premiers pas sur la glace (sous la responsabilité de tes parents).

Tramway du Mont-Blanc

DÉPART DU FAYET OU DE SAINT-GERVAIS

Une balade en train incroyable à travers forêts et alpages, avec une vue magnifique sur la nature. Le tramway du Mont-Blanc t'emmène jusqu'à 1 900 m d'altitude au cœur du domaine skiable du Prarion.

Idéal pour skier ou tout simplement profiter du magnifique panorama d'un site exceptionnel.

Tired yet?

MORE ACTIVITIES!

The mountains with Sylvie Marsigny

THE TRAPPER FAMILY

Enjoy fun activities to discover the snow and nature in winter.

Every Tuesday morning, for 3-4 year olds accompanied by a parent.

Prices: adults: €15, children under 12: €10

SNOWSHOEING BENEATH THE STARS

An evening outing plus a delicious surprise.

Prices: adults: €22, children under 12: €11

Indoor Ice Skating Rink in Saint-Gervais

Ice skating lessons: please inquire at reception.

Loan of a sledge for the disabled or a push along penguin for novice children.

Prices: full price: €4.50, reduced rate: €3.50, skate hire: €3

Family rate: every member pays €3.50 (from 2 adults and 1 child).

The Ice Garden

Every Tuesday during French school holidays, meet up with Charlotte the Marmot at the Ice Garden and enjoy your first steps on the ice (under the responsibility of your parents).

Mont-Blanc Tramway

DEPARTURE FROM LE FAYET OR SAINT-GERVAIS

An incredible train ride through forests and meadows, with magnificent views of the natural surroundings. The Mont-Blanc tramway climbs to 1900 m altitude at the heart of the Prarion ski area. Ideal for skiing or to simply enjoy the beautiful panorama.

Suis-moi sur la glace !!

Follow me on the ice!!



Activités - Activities

- **Sylvie Marsigny** : +33 (0)6 08 23 76 00
sylvie.marsigny@gmail.com - www.cheminsdenhaut.fr
- **Patinoire - Ice Rink** : 77, impasse de la Cascade - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 93 50 02 - www.saintgervais.com

- **Tramway du Mont-Blanc**
av. de la Gare - Le Fayet - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 53 22 75 - www.compagniedumontblanc.com

JEU / A GAME TO PLAY

Après l'effort, le réconfort...
Charlotte a invité ses amis à déguster
une "boîte chaude"*.

Aide Marion, Arthur et Milou à rejoindre Charlotte en retrouvant
le bon chemin.

After a little effort, Charlotte has invited her friends to
enjoy a "boîte chaude" **.

Find the right path to help Marion, Arthur and Milou join Charlotte.



À table
les petits
gourmets
!!

Young
gourmets
to the
table!



Réponse : C comme Charlotte
Answer : C for Charlotte

18 * Découvre la recette de la "boîte chaude", spécialité savoyarde, page 27.
** Discover the recipe for "boîte chaude", a local speciality, on page 27.

LA MINUTE CULTURE

Un conte ? Un peu de lecture ?

BIBLIOTHÈQUE FERNAND BRAUDEL

Rendez-vous à « L'heure du Conte » pour un moment merveilleux avec un membre du Conseil des Sages à la bibliothèque.

Tous les jeudis de 11h à 12h, uniquement pendant les vacances scolaires, à partir de 4 ans.

LA PETITE BIBLIOTHÈQUE DE SAINT-NICOLAS

Au coeur du village de Saint-Nicolas, découverte de livres jeunesse, et de romans. Nombreuses nouveautés, prix littéraires.

Apprendre en visitant

MUSÉE D'ART SACRÉ

Juste à côté de l'église de Saint-Nicolas-de-Véroce, le Musée d'Art Sacré te raconte l'histoire du village, de l'art baroque et du colportage à travers les objets du Trésor de l'église.

Tous les jours de 15h à 18h sauf le lundi et le mardi.

MAISON FORTE DE HAUTETOUR

Tu y trouveras la maison transfrontalière des guides de Saint-Gervais et Courmayeur (en Italie), une résidence d'artiste.

Animations pour enfants et familles pendant toute la saison. Programme et tarifs disponibles sur www.saintgervais.com

ENJOY A LITTLE CULTURE

A fairytale? Read a little?

FERNAND BRAUDEL LIBRARY

Children over 4 are invited to enjoy "Story time" at the local library. Every Thursday during the school holidays, from 11:00 to 12:00.

THE SMALL LIBRARY IN SAINT - NICOLAS

Located in the heart of the village of Saint-Nicolas, a small library is well stocked with children's books, novels and new editions.

Learn as you visit

MUSEUM OF SACRED ART

Located next to the Church in Saint-Nicolas-de-Véroce, the Museum of Sacred Art tells the story of the village, baroque art and local peddling traditions.

Open every day from 15:00 to 18:00, except Monday and Tuesday.

MAISON FORTE DE HAUTETOUR (FORTIFIED HOUSE)

Home to the mountain guides of Saint-Gervais and Courmayeur (in Italy), artists in residence.

Entertainment for children and families throughout the season.

Programme and prices available at www.saintgervais.com

Bibliothèques - Libraries

SAINT-GERVAIS

Bibliothèque Fernand Braudel de Saint-Gervais
450, avenue du Mont d'Arbois - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 93 57 90 - bibliotheque@saintgervais.com

SAINT-NICOLAS

La Petite Bibliothèque de Saint-Nicolas
Route de Saint-Nicolas - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)6 08 04 03 51 ou +33 (0)6 33 55 26 77
biblio.saintnicolas@gmail.com - www.saint-nicolas-veroce.com

Visites - Visits

- Musée d'Art Sacré - Museum of Sacred Art
3847, route de Saint-Nicolas-de-Véroce
74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 91 72 47
patrimoine@saintgervais.com
- Maison forte - Fortified House
74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 47 79 80
patrimoine@saintgervais.com
www.saintgervais.com

Des livres pour enfants plein les rayons !

Shelves stocked with children's books!



Tas-ton maillot ?

PLOUF, À L'EAU !

Les Bains du Mont-Blanc : « les thermes » étaient déjà utilisés par les Romains pour se soigner. Aujourd'hui, c'est aussi un lieu de détente et de relaxation.

SÉANCES ENFANTS

Séances spéciales pour les enfants (jusqu'à 13 ans) et leurs parents. Le samedi de 11h30 à 13h30 ou le mercredi de 12h à 16h (2 h au choix). Réservation fortement conseillée à l'accueil ou par téléphone.

Tarifs : enfant : 15,50 €, parent : 21 €

SÉANCE « MAMAN, BÉBÉ, PAPA »

Tes parents pourront aussi s'y rendre avec ton petit frère ou ta petite sœur (à partir de 6 mois). **Séance encadrée par un Coach Santé.**

Le mercredi matin et les 1^{er} et 3^{ème} samedis matin de chaque mois. Réservation fortement conseillée à l'accueil ou par téléphone.

Tarifs : 1^{er} bébé : offert, 2^{ème} bébé : 10 €, parent : 18,50 €

La Piscine

GÉANT !

Un bassin de nage de 25 m avec enceintes immergées et un grand bassin ludique avec une pataugeoire.

Pour tes parents, un espace pour la détente avec sauna, hammam et solarium et une cafétéria pour tout le monde !

Tarifs : plein tarif : 5 €, tarif réduit : 4 €

Tarif TRIBU : tout le monde au tarif réduit ! (à partir de 2 adultes + 1 enfant)

ACTIVITÉ BÉBÉS PLOUF

Pour les enfants de 6 mois à 3 ans.

Accompagné d'un parent et des maîtres-nageurs, bébé peut découvrir l'eau dans une eau à 32°!

Tarif de la séance : 10 €

J'ai troqué ma combinaison de ski ...



I swapped my ski suit...

Got your swimming costume?

THEN TAKE THE PLUNGE!

The Mont-Blanc Baths: thermal baths were used by the Romans for healing purposes. Today, they are also a place of relaxation.

SESSIONS FOR CHILDREN

Special sessions for children (up to 13 years old) accompanied by a parent. Saturdays from 11:30 to 13:30 and Wednesdays from 12:00 noon to 16:00 (2 hour session).

Reservations strongly recommended at reception or by phone.

Rates: children: €15.50, parents: €21

MOTHER & BABY SESSIONS

Parents can also go to the baths with little ones (age 6 months +).

Sessions run by a health coach on Wednesday mornings and on the 1st and 3rd Saturday morning of each month.

Reservations strongly recommended at reception or by phone.

Rates: 1st baby: free of charge, 2nd baby: €10, parent: €18.50

The Swimming Pool

GREAT FUN!

This complex includes a 25 m swimming pool with underwater speakers, a large fun pool and paddling pool.

Parents can relax and enjoy the sauna, hammam and solarium.

There is also a cafeteria for all the family!

Rates: full rate: €5, reduced rate: €4

Family rate: every member pays €4 (from 2 adults and 1 child)

BABY SESSIONS

For children age 6 months to 3 years.

Accompanied by a parent and the lifeguards on site, babies can discover water at a very pleasant temperature, 32°!

Price per session: €10

À l'eau! - Splashing around!

• **Les Bains du Mont-Blanc :** Parc Thermal - Le Fayet - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 47 54 57 - www.thermes-saint-gervais.com

• **Piscine de Saint-Gervais :** 798, av de Miage - 74170 Saint-Gervais
+33 (0)4 50 93 42 87 - piscine@saintgervais.com - www.saintgervais.com

On est quel jour ?

MERCREDI !

Tous les mercredis après-midi,
Saint-Gervais est en fête.

ANIMATIONS

À partir de 4 ans.

- 15h : ateliers créatifs (origami, masques...)
- 18h : spectacle

Animations gratuites.

L'enfant doit être accompagné d'un parent.

Réservation obligatoire à Office de Tourisme.

What day is it?

WEDNESDAY!

Enjoy fun entertainment in Saint-Gervais,
every Wednesday afternoon.

ON THE PROGRAMME

From 4 years +

- 15:00: creative workshops (origami, masks, etc.)
- 18:00: children's show

Free of charge.

Children must be accompanied by a parent.

Reservations at the Tourist Information Office.



En savoir + - More information

• Office de Tourisme
+33 (0)4 50 47 76 08 - www.saintgervais.com

JEU / A GAME TO PLAY

Les 1^{er} Jeux Olympiques d'Hiver ont eu lieu tout près d'ici, à Chamonix.

Les 3 sports pratiqués par Marion, Arthur et Milou font partie de cet événement sportif, les reconnais-tu ?

The 1st Winter Olympic Games were held near here in Chamonix.
Marion, Arthur and Milou enjoy 3 sports that are part of this event, do you recognize them?



Answers : le patinage artistique, le hockey sur glace et le bobsleigh.
Réponses : le patinage artistique, le hockey sur glace et le bobsleigh.

RECETTE / RECIPE

Tous à table, autour d'une "Boîte Chaude"!

La "boîte chaude" est un fromage que l'on appelle Vacherin. Il est servi dans une boîte cerclée d'une lanière de bois et on le mange après l'avoir passé au four (ce qui explique bien son nom...). Tu peux le déguster en tartine ou à la cuillère... humm !

Cette recette est à réaliser à l'aide d'un adulte.

- Faire chauffer 5 minutes le four pour qu'il soit bien chaud.
- Mettre le Vacherin au four au moins 20 minutes pour qu'il fonde.
- Mettre la table, une fois le fromage devenu coulant, la boîte n'attendra pas...
- Servir chaud.
- Accompagner de pommes de terres en robe des champs, de salade et de charcuterie (il n'en manque pas en Haute-Savoie !).

Gather around the table for a "Boîte Chaude"!

The "Boîte Chaude" is a cheese called Vacherin. It is served in a box circled by a wooden ring and eaten after baking. Eat it with bread or with a spoon... yummy!

Follow this recipe with the help of an adult.

- Pre-heat the oven for 5 minutes.
- Place the Vacherin in the oven for at least 20 minutes, until it has melted.
- Set the table and serve hot.
- Enjoy with jacket potatoes, green salad and cured meats (there's plenty of choice in the Haute-Savoie!).



« Spécial familles »

ENFANTS BIENVENUS !

Un accueil privilégié pour les enfants et leur famille avec le label « Famille Plus » !

Des tarifs plus doux, des équipements pratiques, des lits adaptés, des jeux intérieurs ou extérieurs, des réductions en fonction de l'âge... les vacances s'annoncent bien !

Retrouvez toutes les coordonnées de ces hébergements sur www.saintgervais.com

Special care for families

CHILDREN WELCOME!

The 'Famille Plus' label guarantees a privileged welcome for families with children!

Lower rates, practical equipment, beds adapted, indoor and outdoor play areas, reductions based on age... sounds like a great holiday!

Find out more about family friendly accommodation at www.saintgervais.com

Hôtels Hotels

- Arbois-Bettex***
- Chalet-hôtel Les Soldanelles
- Les Deux Gares***
- La Flèche d'Or***
- La Ferme de Cupelin***
- Le Coin du Feu***
- La Chaumière**
- Liberty Mont-Blanc***
- Val Joly**

Chambres d'hôtes Bed & Breakfast

- Chalet l'Aiglon
- Gîte Mont-Joly
- Le Chalet

Gîtes de séjour Gîtes

- Chalet Mont-Joye
- L'Éterlou
- La Mélusine

Village vacances Holiday Village

- APAS – BTP
- MMV – Monte Bianco

Miam !

Ces restaurants font un accueil privilégié aux enfants : service prioritaire, menus adaptés et variés, jeux d'intérieur ou d'extérieur...

Retrouvez toutes les coordonnées de ces restaurants sur www.saintgervais.com

Yum Yum!

The restaurants listed below are adapted for children. They offer a priority service, adapted and varied menus, indoor or outdoor play areas etc.

Find out more about these restaurants at www.saintgervais.com

Restaurants labellisés Famille Plus Restaurants awarded the 'Famille Plus' label

- À la table du Liberty
- Arbois Bettex
- Val Joly
- Chez' L
- La Ferme de Cupelin
- Le Galeta

- Le Presteau
- Le Schuss
- Pagu's & Monchu's

On en profite !

LES BONS PLANS

FAMILLE - 10% de réduction !

Pour l'achat simultané d'au moins **4 forfaits de ski Évasion Mont-Blanc payants et de même durée** (de 1 à 21 jours) avec un minimum de 2 jeunes de -18 ans. La réduction famille peut s'appliquer aux familles recomposées, aux grands-parents avec leurs petits-enfants et aux familles monoparentales.

Promo Internet

Skiez 6 jours pour le prix de 5 !

En réservant en ligne votre forfait sur www.saintgervais.ski au moins 10 jours avant votre séjour, vous bénéficiez d'1 jour de ski offert.

Le + famille : cette offre est cumulable avec la réduction FAMILLE ! soit 10% de réduction supplémentaire.

Pour accompagner les enfants...

Forfait piéton 6 jours pour les non-skieurs qui accompagnent leurs enfants aux cours de ski.

Valable pour la télécabine Saint-Gervais / Le Bettex ou le télésiège du chef-lieu à Saint-Nicolas-de-Véroce.

Tarif : 27 € (non-nominatif)

Moins de 5 ans ?

Le forfait est offert sur présentation d'un justificatif.

Un accès illimité à de nombreuses activités

PASS SAINT-GERVAIS

Piscine, patinoire, bibliothèque, Musée d'Art Sacré, Maison Forte de Hautetour.

En vente à l'Office de Tourisme de Saint-Gervais

Tarifs PASS 3 jours : plein tarif : 15 €, tarif réduit* : 12 €

Tarifs PASS 6 jours : plein tarif : 30 €, tarif réduit* : 24 €

Tarif TRIBU : tous les membres de la tribu au tarif réduit (2 adultes et au minimum 1 enfant payant)

* enfant de 5 à 14 ans, personne handicapée, + de 65 ans, famille nombreuse

Enjoy a choice of...

SPECIAL OFFERS

FAMILY DISCOUNT - 10% discount!

For the simultaneous purchase of at least **4 Evasion Mont-Blanc ski passes for the same duration** (from 1 to 21 days), including a minimum of 2 ski passes for children under the age of 18.

Family discount applies to single-parent families, blended families and grandparents with their grandchildren.

Internet Offer

Ski 6 days for the price of 5!

Book your ski pass online at www.saintgervais.ski at least 10 days prior to your stay and get 1 free ski day.

PLUS: this offer can also be combined with FAMILY discount (10% extra discount)!

To accompany your children...

A 6 day pedestrian lift pass is available for non-skiers who wish to accompany their children to ski lessons.

Valid for the Saint-Gervais / Le Bettex gondola or the 'Chef-Lieu' chairlift at Saint-Nicolas-de-Véroce.

Price : €27 (non-nominative)

Children under 5?

A ski pass is available free of charge on presentation of proof.

Unlimited access to numerous activities

PASS SAINT-GERVAIS

Swimming pool, ice rink, library, Museum of Sacred Art, Hautetour strong house.

On sale at the Tourist Information Office in Saint-Gervais

3 day PASS: full price: €15, reduced rate*: €12

6 day PASS: full price: €30, reduced rate*: €24

FAMILY PASS: all members of the family pay the reduced rate (2 adults and at least 1 child)

* children age 5 to 14, the disabled, over 65s and large families

En cas de bobo - In case of injury

- **NUMÉRO D'URGENCE EUROPÉEN : 112**

EUROPEAN EMERGENCY NUMBER

- **POMPIERS : 18**

FIRE BRIGADE

- **GENDARMERIE : 17**

POLICE

- **SAMU : 15**

EMERGENCY MEDICAL ASSISTANCE

MÉDECINS

DOCTORS

SAINT-GERVAIS

- Cabinet Lombard – Maison médicale : +33 (0)4 50 47 76 04
- Cabinet Fleurs des Alpes : +33 (0)4 50 93 51 78

LE FAYET

- Dr Chapelet Marine : +33 (0)4 50 54 73 90
- Dr Knapp Carole : +33 (0)4 50 55 80 59
- Dr Merlin Pierre (homéopathe) : +33 (0)4 50 78 33 11
- Dr Prelot-Mathey Laurence : +33 (0)4 50 78 33 11
- Dr Topsent Annick : +33 (0)4 50 93 61 20

- **PHARMACIE DE GARDE : 3237**

EMERGENCY CHEMIST

- **HÔPITAL DE SALLANCHES (11KM)**

SALLANCHES HOSPITAL (11KM)

+33 (0)4 50 47 30 30

380, rue de l'Hôpital - 74700 SALLANCHES



Office de Tourisme de Saint-Gervais

Maison de Saint-Gervais - 43, rue du Mont-Blanc - 74170 SAINT-GERVAIS
+33 (0)4 50 47 76 08 - tourisme@saintgervais.com - www.saintgervais.com