

## Trousseau type (à titre indicatif)

### *Pour les beaux jours*

- Crème Solaire
- Casquette ou chapeau
- Des lunettes de soleil

### *Pour les moins beaux jours*

- Un vêtement de pluie ou un coupe vent
- un pull chaud

### *Vêtements et sous vêtements*

- 1 paire de chaussettes par jour
- 1 tee-shirt ou débardeur par jour
- 1 slip ou caleçon par jour
- Pantalon(s) et short(s)
- Des chaussures de sport
- Des chaussures pour la détente
- 1 ou 2 pull léger ou sweat
- 1 veste
- 1 sac de linge sale

### *Pour la toilette*

- Serviette de toilette
- Trousse de toilette

### *Pour les nuits*

- Un sac de couchage
- Un matelas mousse (largeur 50-60 cm max)
- Oreiller si besoin (pas trop gros)
- Tenue de nuit (pyjama, t-shirt et caleçon, comme vous le sentez)
- Une lampe de poche
- Un anti moustique

### *Pour les activités*

- Une paire de chaussures qui ne craint rien (activités nautiques...)
- Une tenue complète qui ne craint pas l'eau
- Gourde
- Un petit sac à dos
- Maillot de bain
- Serviette de bain
- Claquettes

### *Pour la COVID-19*

- 2 masques de protection grand public

## Informations pratiques

**Départ:** lundi **9h** de la **Maison Pour Tous**,  
10 route de Paimboeuf à St Père en Retz  
ou 9h15 du **CSC Mireille Moyon**,  
33 bd Dumesnildot à Paimboeuf

Prévoir un **pique-nique** pour le premier midi

**Retour:** vendredi

**17h15** à Paimboeuf,

**17h30** à St Père en Retz

Nécessite un  
**Test d'aisance aquatique**  
pour les activités nautiques.



Les pharmacies personnelles seront transmises aux animateurs ainsi que les ordonnances en cas de traitement pendant le séjour.

### *Affaires perso...*

Il peut y avoir un peu d'argent de poche pour le séjour (raisonnablement)

Les jeunes peuvent emmener jeux, instruments de musique.

Les portables, jeux vidéo et objets de valeurs restent à la maison

**Les jeunes seront responsables de leurs affaires et de leur argent de poche!**