

# Trousseau – Check-list et informations importantes

À mettre dans le bagage pour le camp :

## Heroes Academy

- ✓ Chaque participant-e doit pouvoir porter son bagage seul-e !
- ✓ Privilégier des vêtements pas dommages et pratiques, à adapter en fonction de la météo.
- ✓ Placer ce trousseau dans le bagage et y noter d'éventuelles remarques (suggestion : noter le nombre pour les vêtements).\*

Prénom et Nom du/de la participant-e :

Merci d'inscrire le **PRÉNOM** et **NOM** sur toutes les affaires (vêtements et autres)

### ☀ Affaires de base

- Sous-vêtements ( )\*
- Chaussettes chaudes ( )\*
- Pyjama chaud + Training chaud
- T-shirts / tops ( )\*
- Pulls légers à manches longues  
Sweat-shirts ( )\*
- Pull chaud à manches longues (polaire ou laine)
- Pantalons longs ( )\*
- Trousse de toilette (linge, savon, shampoing, brosse à dent, dentifrice)

- ✓ Une casquette MJSR est offerte en début de camp 😊
- Veste adaptée selon la saison et l'altitude
- Veste imperméable
- Pantoufles/chaussons d'intérieur
- Chaussures fermées imperméables de marche (ou baskets) confortables
- Selon la météo : bottes de pluie en plastiques, chaussures ouvertes confortables, etc.
- Sac de couchage
- Taie d'oreiller (format 60x60cm)
- Sac pour le linge sale
- Petit sac à dos (pour les excursions)

- Une tenue pour la boum
- Gourde (si possible thermique)
- Boîte pour les pique-niques (Tupperware)
- Lampe frontale + piles de rechange
- Lunettes de soleil
- Crème solaire + stick pour lèvres
- Argent de poche
- Livre(s), BD(s), etc. (pour les temps calmes)

- Carte d'assurance maladie famille/enfant

### ☀ Affaires spécifiques au camp et aux activités

- Vêtements souples, confortables et pas dommages, avec un pull léger en plus pour l'extérieur
- Baskets ou chaussures de marche bien ajustées à la taille
- Durant le camp, le groupe peut prévoir une activité baignade. Merci de préparer un maillot + linge et sac pour les affaires mouillées.

### Médicaments

Pour tout traitement (même homéopathique), veuillez noter sur l'emballage :

- Nom et prénom
- Posologie

→ Transmettre directement à un-e encadrant-e au début du camp.

### Téléphones portables et appels aux parents

**Téléphones autorisés mais vivement déconseillés pour les moins de 12 ans.**

- Nous déclinons toute responsabilité en cas de prix élevé de communications, perte, vol ou dégâts sur l'appareil.

L'équipe d'animation est en droit de « confisquer » les téléphones et autres appareils. Elle réserve alors des horaires quotidiens pour que les participant-es aient accès à leur téléphone.

**Un téléphone de l'équipe d'animation est disponible pour que les participant-es puissent contacter leurs parents si besoin.**

Les familles désireuses de nouvelles de leur enfant peuvent s'adresser à notre secrétariat : 022 733 55 13.

### Jeux électroniques et autres appareils technologiques (incl. Montres connectées)

**Ne sont PAS AUTORISÉS dans nos camps !**

Pour celles et ceux qui iraient à l'encontre de cette consigne, nous déclinons toute responsabilité en cas de perte, vol ou dégâts sur ces appareils.

**Les affaires oubliées en camp** sont à signaler dès que possible à [info@mjsr.ch](mailto:info@mjsr.ch). Après 2 mois sans demande, ces affaires seront données à des associations caritatives locales.