

# Trousseau – Check-list et informations importantes

À mettre dans le bagage pour le camp :

## Sportmania

- ✓ **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 ( )\*
- Pyjama + Training
- T-shirts / tops ( )\*
- Pulls légers à manches longues  
Sweat-shirts ( )\*
- Pull chaud à manches longues  
(polaire ou laine)
- Pantalons longs ( )\*
- Shorts / Robes / Jupes  
(selon la météo) ( )\*
- Trousse de toilette (linge, savon,  
shampooing, brosse à dent,  
dentifrice)

✓ Une casquette MJSR est offerte en début de camp 😊

- Veste adaptée à la saison
- Veste imperméable
- Pantoufles/chaussons d'intérieur
- Chaussures de marche (ou baskets)  
étanches et confortables
- Bottes de pluie en plastique,  
chaussures ouvertes confortables,  
etc. (selon météo)
- Taie d'oreiller (format 60x60cm)
- Sac pour le linge sale
- Une tenue pour la boum

- Petit sac à dos (pour les excursions)
- 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

- Sortie au lac (paddle) : maillot + linge de bain + 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

**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.

**Un téléphone du Centre Aéré est disponible pour que les participant-es puissent contacter leurs parents si besoin – ce numéro vous est communiqué par e-mail.**

Les familles désireuses de nouvelles de leur enfant peuvent s'adresser à notre secrétariat (022 733 55 13), ou directement au numéro du Centre Aéré.

### 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.

« **ZECKE – TIQUE** » est une app suisse gratuite pour vérifier si le lieu du camp est une zone à tiques. Si oui, prévoir :

- Habits longs et clairs
- Produit anti-tiques  
(ex : Anti-Brumm Naturel)

L'équipe d'animation est sensibilisée à ce sujet et sera vigilante.

**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.