

# TROUSSEAU L'ÎLE D'ARZ

## PAPIERS A METTRE DANS LA VALISE POUR LE DÉPART

Sans ces documents papiers, votre enfant ne pourra pas participer au séjour

- Fiche sanitaire de liaison remplie et signée
- Une copie du carnet de vaccination
- Une copie ou carte nationale d'identité
- Une copie de l'attestation d'aisance aquatique
- Le livret FFV (si le stagiaire en a un)
- Argent de poche
- UNIQUEMENT** pour stage grand raid:  
caisse de bord en liquide 70 €  
+ Licence FFVoile 2025

## TROUSSEAU

- 6 tee-shirts ou équivalents
- 2 pulls, sweat ou polaires
- 2 pantalons ou jeans
- 2 shorts /jupes
- 1 pyjama
- 6 jeux de sous-vêtements et chaussettes + 2 maillots de bain
- 2 shorts /jupes
- 2 casquettes ou bobs
- 1 paires de chausson de voile ou baskets usagées
- 1 paire de chaussures pour marcher + une paire de claquettes
- 1 sac de couchage adapté à la saison
- 1 petit coussin (nous n'en fournissons pas pour des raisons d'hygiène)
- 1 serviette de bain + 1 serviette de toilette
- 1 trousse de toilette (brosse à dents, dentifrice, savon, shampoing)
- Affaires sanitaires personnelles: protections périodiques / etc...
- 1 crème solaire haute protection
- Une paire de lunettes de soleil avec cordon pour les attacher
- Une lampe de poche (frontale de préférence)
- 1 crayon bille + carnet pour prendre des notes
- 1 gourde
- Des gants de voile (sauf pour planche à voile)

## En + pour Avril et Octobre

- 1 bonnet
- 1 veste chaude / coupe vent + 2 pulls ou polaires supplémentaires
- 1 paire de bottes de pluie ou étanche
- 1 ensemble haut et bas de ciré OU veste de quart et salopette étanche

## Si votre enfant voyage avec Jeunesse et Marine

- Un pique nique pour le train
- Un livre et/ou un jeu de cartes pour les trajets

## Spécial grand raid

- 1 sac étanche de 40 à 50L pas de valise solide !

## Spécial Jeunes navigateurs + Golfe aventure

- 1 ensemble haut et bas de ciré OU veste de quart et salopette étanche
- 1 paire de bottes de pluie ou étanche

## Spécial Cata aventure

- En + 1 sac étanche de 30L pour la nuit en raid

## À FAIRE AVANT LE DÉPART

- Faire passer le test d'aisance aquatique si votre enfant ne l'a jamais passé. Le document n'a pas de date de péremption. Conservez le précieusement.
- Remplir le questionnaire d'allergie reçu dans le mail de confirmation uniquement si votre enfant à une allergie ou un régime alimentaire particulier
- Remplir le questionnaire d'auto évaluation médicale: Si vous répondez oui à une question, consultez un médecin
- Télécharger l'application Kidizz pour suivre le blog du séjour (hors grand raid)
- Remplir et renvoyer la fiche voyage 1 mois avant le départ