TROUSSEAU DU SÉJOUR **VIVRE AU MILIEU DES CHEVAUX**

Association Séjours Plein Air

Pour un séjour d'une semaine :

- 8 slips ou culottes
- 8 tee-shirts ou polos
- 8 paires de chaussettes
- 1 tenue pour la nuit (pyjamas fortement conseillé)
- 3 pantalons ou survêtements
- 4 shorts / **pantacourts**
- 2 à 3 pulls polaires
- 2 gants de toilette
- 2 serviettes de toilette
- 2 grandes serviettes de douche
- 1 serviette de plage
- 2 slips de bain ou maillots
- 1 sac à linge sale
- papier à lettres, timbres, enveloppes (pré adressées) et un crayon
- 1 paire de « tongs » ou sandales en plastique fermées aux chevilles
- 1 paire de chaussures de sport

- **1 paire de bottes**
- 1 trousse de toilette
- 1 brosse à dent
- 1 tube de dentifrice
- 1 gel shampooing/douche
- cotons tiges
- peigne/brosses
- 1 shampooing antiparasitaire
- mouchoirs
- **1 casquette** ou bob
- **1 crème solaire**
- 1 paire de lunettes de soleil
- **1 k-way** ou ciré
- **1 sac à dos**
- **1 gourde + 1 lampe Torche**
- **1 matelas de camping 1 place**
- **1 duvet** + oreiller (conseillé)

(les éléments en **caractères gras** sont indispensables)

Important :

- Le trousseau doit être composé d'affaires qui ne craignent rien et ne doit pas comporter d'objets de valeur.
- Si le jeune désire apporter un instrument de musique, du matériel de cirque, un déguisement ou autres..., vous pourrez les confier à la direction lors de l'accueil.
- **Le linge doit être marqué au nom du jeune**.
- La liste des affaires doit être collée à l'intérieur de la valise.
- Possibilité de laver du linge, en priorité le linge de corps, pour les séjours de plus d'une semaine.

Association Séjours Plein-Air – Centre « La Rose Des Vents » – Route de Port Kennet - 44420 PIRIAC SUR MER
Tél. 02 40 91 78 70 - email : meraspa@orange.fr