

BAGAGES A APPORTER :

Pour vos bagages : prévoyez un sac à dos ou un sac de voyage, plutôt qu'une valise. C'est plus pratique. Vous allez porter vous même vos sacs donc n'empportez pas avec vous toute votre penderie !

Vêtements d'été :

- T-shirts, chemises, sweat-shirts
- 2 pulls bien chauds pour les soirées
- jeans/joggings/shorts
- sous-vêtements
- chaussettes
- pyjamas
- maillots de bain
- de bonnes chaussures de sport
- chaussures et/ou sandales
- chapeau/casquette contre le soleil
- chaussures de sport qui ne craignent pas l'eau**
(comme des basket avec semelle rigide) pour le canyoning
- vêtement imperméable (genre K-way)

Articles de toilette :

- 1 grande serviette de toilette
- 1 serviette de plage/piscine
- gel douche/savon/shampoing
- trousse de toilette
- brosse à dent et dentifrice
- brosse à cheveux / peigne
- lotion anti-moustique
- stick de protection pour les lèvres
- crème solaire haute protection

Et puis :

- sac de couchage chaud**
- éventuellement un drap plat 1 personne
- lunettes de soleil
- gourde ou bouteille d'eau** pour les excursions
- petit sac à dos** pour les excursions
- Lampe de poche
- 2 stylos pour les ateliers de langue
- un **adaptateur électrique pour pouvoir brancher vos téléphones** et autre
- des MP3 de votre musique préférée pour soirée dansante
- Eventuellement votre instrument de musique
- argent de poche (env. 60/80 Euro)
- un sac pour le linge sale
- un **cadenas** pour pouvoir fermer votre valise dans votre chambre

Important :

- votre **passport** ou carte d'identité (selon les pays) en cours de validité / **Visa** au besoin
- votre numéro de sécurité sociale / **carte d'assurance médicale**
- si vous apportez des médicaments, veillez à venir avec une **ordonnance médicale** faite par un médecin pour chaque médicament. FIL n'a pas le droit d'administrer quelconque médicament sans ordonnance.
- Si vous portez des lunettes, nous vous conseillons d'apporter un système d'attache approprié pour les sports nautiques
- adresse et téléphone de FIL (mettez-la dans votre portefeuille)

Les objets de valeurs, comme les billets de train, les cartes de paiement, l'argent seront récupérés par les animateurs afin de les garder dans un endroit sécurisé. Vous n'aurez ainsi pas besoin de les apporter partout avec vous durant votre séjour.

Seulement pour le séjour "CHEVAL"

- pantalon confortable (jogging)
- bottes ou chaussures de sport (pas de fermeture "Velcro")
- bombe (si vous n'en avez pas, le centre équestre vous en prêtera une gratuitement)

Nous faisons des lessives de linge uniquement pour les jeunes qui restent plus d'un séjour.