

LE TROUSSEAU DU SEJOUR AU SKI :

MATERIEL OBLIGATOIRE AVEC ETIQUETTE NOM TRAITEMENT MEDICAL AVEC ORDONNANCE

MERCI de ne pas prendre de NOURRITURE !

Car trop d'enfant sont malades en mangeant n'importe quoi durant le séjour !!!



UN SAC A DOS SPORTIF avec:

- Un repas froid pour le jour du départ uniquement,
- 1 bouteille d'eau ou gourde pleine,
- 1 cahier de brouillon et des stylos
- Des mouchoirs
- 2 barres énergétiques au cas où
- UNE PROTECTION SOLAIRE (Écran total) VISAGE et LEVRES. (attention aux UV en Montagne)

LES AFFAIRES POUR SKIER (être en tenue lundi matin en montant dans le BUS pour gagner de la place dans la valise) avec :

- UNE PAIRE DE GANTS IMPERMEABLES.
- UNE COMBINAISON ou UN FUSEAU ou UNE SALOPETTE ou UN PANTALON de SKI



N'investissez pas inutilement ! N'oubliez pas que nous partons sur le temps scolaire. Il est alors facile d'emprunter au sein de la famille, des amis, du voisinage....

- UN ANORAK ou UN BLOUSON EPAIS IMPERMEABLE.
- UNE PAIRE DE LUNETTES DE SOLEIL et/ou **MASQUE** (efficace en montagne et pour la pratique du ski). adaptés au ski.
- 1 PAIRE de Chaussette chaude



1 VALISE ou Grand SAC DANS LA SOUTE

- Nécessaire habituel de toilette et de vêtements pour 5/6 jours
- Des chaussures chaudes Pour l'extérieur en montagne.
- Des chaussons pour l'intérieur centre !
- UN BONNET
- UNE ECHARPE ou Tour de COU
- PLUSIEURS PAIRES de CHAUSSETTES EPAISSES
- **1 maillot De BAIN (si pas de neige pour aller aux THERMES)**

MATERIEL CONSEILLE

- Serviette de table
- Mouchoirs en papier
- Un sac pour le linge sale (Sac Poubelle)
- DES BARRES ENERGETIQUES (céréales et/ou chocolatées) 1/2 PAR JOUR.
- Carte de ski pour ceux qui en ont une pour valider le niveau