



Informations pour les parents et les élèves Séjour de classe nature au Camp Bruchési



Pour garantir un séjour agréable et sûr, veuillez lire attentivement ce guide de préparation. Il contient des informations utiles pour vous assurer une expérience inoubliable ainsi qu'une liste d'effets à emmener. Bonne préparation!

Fiches Santé

Remplissez la fiche santé fournie avec soin, en mentionnant toutes les allergies, restrictions alimentaires, prise de médicaments (d'ordonnance ou non) et conditions médicales. Pour les cas d'allergies graves, le participant doit porter son auto-injecteur (Épipen) sur lui en tout temps (excepté lors des activités nautiques). Vous devez fournir le sac de transport et le participant doit l'avoir sur lui à son arrivée.

Médicaments

Remettez à l'enseignant le jour du départ les médicaments inscrit sur la fiche santé dans un pilulier (ceux-ci sont fourni gratuitement sur demande au comptoir de pharmacie). Assurez vous que le nom et la posologie (avec heure d'administration) est clairement indiqué.

Aucun médicament ne peut être laissé dans la valise pendant le séjour, incluant les médicaments en ventre libre tel que le l'actéminophene, l'ibuprophene, les gravol, la métanonine, etc.

Exeptions : pompes d'asthme et crèmes

Vêtements

- Habillez vos enfants en fonction de la météo (pensez aux couches, aux imperméables, aux chaussures de sport, etc.)
- Prévoyez des vêtements de rechange en cas de pluie ainsi que beaucoup de paires de bas
- Priorisez les vêtements longs afin de se protéger des insectes et du soleil
- On conseille de mettre dans la valise des vêtements de sports, confortables et qui peuvent être tachés
- Prévoyez un sac de linge sale et mettez le sur le dessus des choses dans le sac.

On vous invite à faire le sac pour le camp avec votre jeune : prenez le temps de bien identifier ses effets personnels avec lui, qu'il ne manque de rien et surtout qu'il sache se que contient son sac. Ça évite les explosions de bagage dans les dortoirs à l'arrivé!

Selon le niveau d'autonomie du campeur, assurez vous qu'il soit à l'aise avec les étapes de choisir et mettre ses vêtements par lui même, prendre sa douche et se brosser les dents.

Équipement

- Sac à dos de jour avec une gourde d'eau réutilisable
- Casquette ou chapeau pour se protéger du soleil
- Crème solaire et insectifuge en crème

Hygiène personnelle

Brosse à dents, dentifrice, savon, shampoing, serviettes sanitaires, tampons, etc

Literie

Sac de couchage ou couverture, drap contour et oreiller

Fournitures utiles

Lampe de poche avec piles de rechange