

# TROUSSEAU SEJOUR PUIGMAL CAMPER

Du 29 juillet au 1<sup>er</sup> aout 2025

**1 SAC A DOS QUE L'ENFANT PORTERA (ATTENTION LES ENFANTS PORTERONT LEURS AFFAIRES PENDANT LA RANDONNEE PREVOIR UN SAC A DOS DE RANDOS DE 40 L MINIMUM ET PAS TROP LOURD ! 10 KG MAXI)**

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 1 Gourde (de 1,5 L minimum)</li> <li><input type="checkbox"/> Crème solaire</li> <li><input type="checkbox"/> 1 K-way ou veste technique</li> <li><input type="checkbox"/> 1 maillot de bain</li> <li><input type="checkbox"/> 1 Casquette</li> <li><input type="checkbox"/> 1 polaire (ou veste chaude)</li> <li><input type="checkbox"/> 2 shorts</li> <li><input type="checkbox"/> Claquettes ou sandales</li> <li><input type="checkbox"/> 1 pantalon</li> <li><input type="checkbox"/> 1 sac de linge sale</li> <li><input type="checkbox"/> 2 jogging (ou survêtement)</li> <li><input type="checkbox"/> 4 paires de chaussette</li> <li><input type="checkbox"/> 4 slips/ culottes</li> <li><input type="checkbox"/> 1 sweat</li> <li><input type="checkbox"/> 1 serviette (bains/douches)</li> <li><input type="checkbox"/> 4 t-shirts</li> <br/> <li><input type="checkbox"/> 1 pyjama</li> <br/> <li><input type="checkbox"/> 1 K-way ou veste technique</li> </ul> | <p>Pour le Bivouac :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> kit vaisselle plastique dur réutilisable (bol/ assiette/couverts/gobelet)</li> <li><input type="checkbox"/> 1 duvet chaud</li> <li><input type="checkbox"/> 1 matelas léger qui se porte sur le sac à dos</li> <li><input type="checkbox"/> 1 tente à partager avec les autres jeunes</li> <li><input type="checkbox"/> 1 trousse de toilette contenant : 1 brosse à dent, 1 brosse ou peigne</li> <li><input type="checkbox"/> Pique-nique du mardi midi (chips/sandwichs/ compote ou fruit) Ne pas mettre de produit nécessitant une conservation au froid) ainsi que le gouter</li> <li><input type="checkbox"/> 1 Lampe de poche ou frontale</li> <li><input type="checkbox"/> 1 Paire de chaussure de randonnée (conçue pour la marche en montagne)</li> <li><input type="checkbox"/> couteau suisse (facultatif)</li> </ul> |
|---|--|

## RECOMMANDATIONS :

**POUR LE Bivouac, les tentes et les matelas seront apportées la veille (lundi 28 juillet) et véhiculées sur le lieu de campement. Participation obligatoire le lundi 28 juillet pour préparer le séjour : répartition des tentes, et des affaires non porté (duvet/ matelas...)**

**CONSIGNES : - ne pas charger inutilement le sac à dos (A savoir : on portera toutes les affaires sur le dos)**

**-prévoir de mettre les affaires dans des sacs plastiques (en cas pluie)**

**-évités les affaires trop fragiles nous sommes en montagne !**

**- PAS de téléphone et tout appareil électronique (c'est un séjour de montagne ! seuls les accompagnateurs auront leurs appareils en cas d'urgence)**

**-Le SIVU prévoit des savons et dentifrice Biodégradable (pour ne pas polluer l'eau des montagnes)**

**INCONTINENCE URINAIRE :** Dans ce cas, prévenir l'animateur référent, afin que ce dernier puisse prendre les dispositions nécessaires.

**TRAITEMENT MEDICAL :** Les médicaments (sur lesquels on aura inscrit le nom de l'enfant) et les ordonnances du médecin devront être remises à l'animateur assistant sanitaire le jour du départ.

**CONTACTS :**

**Sur place Justin Schmitt : 06.25.22.86.28- 06.68.00.38.19**

**Au centre de loisirs Joan Cayrol : Lagaesse Marie-Ange 06 47 29 03 7**

**LIEU D'HERBEGEMENT :**

EN Bivouac au refuge de las Planès, massif du Puigmal 66800 ERR  
(coordonnées GPS : 31T 424359 4694077)