

FAMILLES



Des vacances en Famille !

Le centre social et culturel Christiane Faure vous accompagne pour concocter vos prochaines vacances en famille !



Mes informations :

Nom :

Prénom :

VALISE 4 :

Préparer mon départ en vacances



Centre social et culturel Christiane Faure
41, rue Thiers, 17 000 La Rochelle
05 46 41 06 73 / www.christianefaire.fr

ETAPE 1 : Les informations utiles sur place

MES NUMEROS D'URGENCE :

SAMU : 15

POLICE : 17

EUROPE : 112

CENTRE ANTI-POISON :

POMPIERS : 18

EN MER : 196

→ Mes contacts santé sur place

Qui	Adresse	Téléphone	Informations
Médecin			
Pharmacie			
Hôpital le plus proche			

→ Mes contacts vie quotidienne à proximité

Qui	Adresse	Téléphone	Informations
Transports en commun			
Camping			

→ Les lieux importants, m'y rendre :

Quoi	Adresse	Comment y aller
Camping		
Activité		
Activité		
Arrêts de bus à proximité		
Supermarché		
Boulangerie		
Pharmacie		
Médecin		

→ A faire en arrivant au camping :

- Demander plan du lieu
- Demander programme des animations et liste des choses à faire à proximité
- Liste des services et numéros importants
- Animations enfants (mini-club) : modalités pour y mettre les enfants
- Activités du camping

Mon trousseau

Papiers administratifs :

- Carnets de santé de chaque enfant,
- Carte vitale et mutuelle pour les adultes
- Cartes d'identités pour les adultes.

Trousse à pharmacie (Le minimum) :

- Pansements,
- Pince à épiler,
- Un désinfectant,
- Crème solaire et crème après soleil (Biafine par exemple),
- Médicaments de base (doliprane /paracétamol pour les enfants et les adultes...),
- Crème pique d'insectes et produit anti-moustiques
- Traitement en cours.

Linge de maison :

- Drap housse,
- Taies d'oreiller,
- Draps ou duvets pour chaque literie (attention regarder la grandeur des lits),
- Serviettes de toilettes,
- Drap de plage,
- Torchons à vaisselles et mains.

Nécessaire de toilette :

- Brosse à dents et dentifrice
- Gel douche ou savon,
- Shampoing

Vêtements :

- Des vêtements d'été et chaud (pantalons, short, gilet, tee-shirt, imperméable en cas de pluie, sous vêtement...), maillots de bain.
- Des chaussures fermées, tennis pour les balades, activités et des sandalettes pour la plage.
- Les casquettes et les lunettes de soleil.

Autre matériel :

- Sac à dos pour les activités à la journée, les pique-niques, brumisateur
- Boîte hermétique et bouteille d'eau ou gourde pour les pique-niques,
- Des rouleaux de papier toilette, papier essuie-tout, éponges, sacs poubelles, produit vaisselle, produit de nettoyage, sel, poivre, vinaigrette, huile...
- Bouées et ou flotteurs pour les enfants qui ne savent pas nager,
- Jeux pour les enfants et les adultes
- Poussettes pliables si enfants en bas âge, lit parapluie.
- Sièges auto adaptés aux âges des enfants si nécessaire.
- Chargeur de téléphone...

Complément si séjour en tente :

- Tente
- Maillot
- Sardines
- Matelas pneumatique
- Lampe à piles
- Table de camping
- Réchaud gaz
- Glacière
- Fauteuils de camping
- Caisses pour stocker l'alimentation
- Vaisselle et ustensiles de cuisine
- Bassine
- Fil à linge et pinces à linge

Lucile :

- Menu de semaine équilibré à construire soi-même
- Outil pour lister les achats (base)
- Outil pour lister les courses de frais chaque jour ou tous les 2 jours

Nos 6 règles d'or pour passer nos vacances ensemble ?



Nos besoins à respecter ?

Parent 1 :

Parent 2 :

Enfant 1 :

Enfant 2 :

Nos engagements :