

# Faites vos bagages !

Trouvez l'équilibre entre voyager léger, se sentir confortable et être équipé pour l'imprévisible.

## VÉRIFIEZ LA POLITIQUE SUR LES BAGAGES DE VOTRE COMPAGNE AÉRIENNE :

- Dimensions et poids des bagages;
- Restrictions concernant les liquides et les gels;
- Formalités de douane pour votre destination et point d'origine.

## CONSEILS POUR VOS BAGAGES :

- Utilisez un sac à dos de voyage (environ 60 litres) comme bagage enregistré et un autre sac à dos (environ 20 litres) comme bagage à main. Limitez le poids autant que possible. Votre dos et vos épaules vous remercieront !
- Étiquetez vos bagages avec votre nom, votre adresse et le numéro de téléphone de votre domicile.
- En cas de doute, transférez tous vos liquides et lotions dans des contenants de plastique respectant les normes de votre compagnie aérienne.
- Si vous devez apporter des aérosols, assurez-vous de les mettre dans votre bagage à main et de respecter le format permis.

## BAGAGE À MAIN :

Préparez votre bagage à main en cas de perte de votre bagage enregistré (hautement improbable). Voici ce que nous recommandons :

- Un chandail chaud, un coupe-vent ou une veste
- Tous vos documents de voyage et de l'argent comptant en devises locales ou étrangères (selon la destination)
- Tous vos articles de toilette (placez-les dans un sac imperméable)
- Une gourde réutilisable VIDE (vous la remplirez après avoir passé les douanes)
- Un imperméable (avec capuchon si possible)
- Votre appareil photo avec chargeur
- Un adaptateur de prise (ne branchez rien dans une prise électrique sans ça!)
- Des vêtements de rechange
- Un pyjama (facultatif)
- Vos effets personnels approuvés par votre enseignant (tablette, téléphone, livres, etc.)

## BAGAGE ENREGISTRÉ :

Rentabilisez l'espace dans votre sac à dos :

- Apportez des sacs de plastique (pour garder vos items bien rangés et séparer ce qui est sale ou mouillé);
- Portez vos vêtements les plus volumineux durant le vol (chandails, souliers, veste, etc.);
- Utilisez l'intérieur de vos souliers de rechange pour emballer de petits objets tels que des bas, des ceintures et des articles fragiles;
- Placez vos objets fragiles au milieu pour qu'ils soient protégés des chocs;
- Prévoyez de la place pour rapporter des souvenirs!

## \* N'oubliez pas

- Des vêtements chauds (manteau, coupe-vent et veste)
- Un sac à dos imperméable pour protéger vos choses au quotidien
- Un chandail à manches longues et une paire de pantalons longs pour le travail communautaire (nylon ou jeans)
- Une paire de gants robustes pour le travail communautaire
- Assez de bas et de sous-vêtements pour toute la durée de votre voyage
- Suffisamment de vêtements de tous les jours (T-shirts, chemises, pantalons, shorts, etc.) pour toute la durée de votre voyage
- Un pyjama
- Un maillot de bain (vérifiez si vous aurez également besoin d'une serviette pour la plage)
- De la crème solaire (60 FPS et plus), savon biodégradable, 1 ou 2 rouleaux de papier toilette et des lingettes
- Un chapeau qui vous protège efficacement du soleil
- Des lunettes de soleil (et leur étui)
- Une paire de souliers de rechange

### EN PARLANT DES SOULIERS :

Il est primordial que vous emportiez des souliers de marche confortables. Porter de nouveaux souliers est risqué. Vous ne voulez pas avoir à les casser pendant votre voyage. Les sandales de type « gougounes » sont parfaites pour se promener à l'hôtel et à la plage, mais PAS pour se déplacer ou travailler.

### LA TROUSSE MÉDICALE :

- Les médicaments sur ordonnance (avec copie des prescriptions)
- Onguent antibiotique et crème antiseptique
- Baume pour les lèvres
- Chasse-moustique avec DEET
- Des solutions de réhydratation orale
- Crème contre les coups de soleil

### LES AUTRES INDISPENSABLES :

- Lampe de poche avec piles de rechange
- Petit dictionnaire en espagnol
- Cartes à jouer
- Ceinture de voyage

### LA TENUE VESTIMENTAIRE... C'EST IMPORTANT !

Respecter les us et coutumes vestimentaires du pays d'accueil facilite l'intégration à une culture qui n'est pas la sienne, et favorise le contact et l'échange avec la communauté locale.

Il est important d'éviter de porter des vêtements susceptibles de provoquer les gens qui nous accueillent les bras ouverts. De plus, évitez tout message ou logo politique, religieux ou portant sur un sujet controversé.

En voyage, il vaut mieux mettre en valeur sa personnalité que son apparence vestimentaire !

### ATTENTION ÉLÈVES ET PARENTS :

Ce guide n'inclut pas les instructions concernant les documents de voyage nécessaires pour votre destination. Nous vous recommandons de contacter le consulat du pays que vous allez visiter. N'oubliez pas de vérifier auprès de votre enseignant ou organisateur si vous avez des instructions spécifiques concernant votre passeport, les devises étrangères, les médicaments avec et sans ordonnance, etc.

