

## LISTE VESTIMENTAIRE COMMUNE

### Pour un séjour « Souffle le vent » 7 jours

- Sous-vêtements pour 1 semaine
- 1 équipement de pluie
- 1 veste coupe vent
- 1 pull léger
- 2 maillots de bain + crème solaire + lunettes de soleil (bon indice de protection des UV) + couvre-chef
- 1 équipement de plongée soit tuba masque et palmes
- 3 serviettes de bain
- 4 tee-shirts manches courtes et 2 manches longues
- 2 pantalons en toile légère et 2 shorts
- 1 couteau opinel en inox n°7
- 1 nécessaire de toilette (produit 100% biodégradable)

#### **Facultatif :**

Jumelles, livres, carnet de voyage, musique sur clef USB ou CD

#### **A proscrire**

Le tabac, l'alcool, l'iPhone, l'ipod, le GSM et autres instruments émettant des ondes électromagnétiques. Ceci pour le respect de ceux qui ne supporteraient pas les effets nocifs de ces objets. Merci