

# Checklist

## Échange individuel en Suisse

### Pour ne rien oublier avant de partir chez ton/ta partenaire :

- Pièce d'identité (carte d'identité, passeport, permis de séjour)
- Ta carte d'assurance maladie
- De l'argent de poche
- Ton téléphone, chargeur, écouteurs
- Tes affaires pour l'école (de quoi écrire, sac pour l'école)
- Habits adaptés à la saison (sans oublier les sous-vêtements, les chaussettes, le pyjama)
- Eventuellement des linges -> Demande ta famille d'accueil
- Brosse à dent, dentifrice, brosse pour les cheveux
- Produits de soins corporels et d'hygiène
- Les médicaments dont tu aurais besoin
- Matériel pour le temps libre (livres, magazines)
- Chaussons

### Des conseils des pros des échanges :

- Il n'est pas nécessaire de t'encombrer d'une grande valise. Demande à ta famille d'accueil si tu as la possibilité d'utiliser la machine à laver de la famille.
- Demande si tu dois amener quelque chose de particulier (affaires de sport, matériel de ski, vélo, maillot de bain)
- Apporte à ta famille d'accueil et ton/ta partenaire un cadeau. Ça ne doit pas être quelque chose de grand ou de cher. Tu peux par exemple leur faire plaisir avec une spécialité de ta région.
- Fais quelques photos de ta famille, de ton école, du lieu où tu habites etc., que tu peux ensuite montrer aux nouvelles personnes que tu vas rencontrer.
- Réfléchis si et comment tu veux noter les mots que tu as appris ainsi que tes impressions et tes expériences. Emporte des objets utiles (p. ex. un carnet de notes) ou télécharge des applications utiles sur ton smartphone.
- Enregistre le numéro de téléphone de ta famille d'accueil, de ton/ta partenaire d'échange et leur adresse dans ton smartphone. Note les numéros et l'adresse sur un papier au cas où tu oublierais ou perdrais ton smartphone.

**Bon voyage ! Gute Reise ! Buon viaggio ! Bun viadi !**