

# La charte de la Bonne Copine

## AVANT VOTRE SÉJOUR

- Vérifiez la validité de vos papiers d'identité.
- Renseignez bien vos informations de voyage dans les temps.
- Prenez le temps d'étudier le programme pour anticiper les vêtements et équipements à prévoir et vérifiez que la catégorie sportive vous convienne.
- Renseignez vous sur la culture du pays, sa religion, sa langue (ça peut être sympa d'apprendre "merci", "bonjour", "au revoir", 😊).
- Suivant la destination, rapprochez vous de votre médecin traitant pour connaître les vaccins recommandés.
- Pensez à enregistrer sur votre téléphone les contacts d'urgence communiqués sur la fiche voyageuse lors de l'envoi de vos documents de voyage.
- Anticipez et échangez avec vos futures Copines de voyage, pour mieux vous connaître et mieux vous préparer au départ.
- S'il y a des Copines de votre région, lancez le mouvement... Retrouvez vous avant pour boire un verre !

## PENDANT VOTRE SÉJOUR

- Un petit mot ça fait toujours plaisir alors pensez à prévenir vos proches dès que vous arrivez sur place !
- Échangez avec les locaux et imprégnez vous de leur culture :
  - Pas de tenue ostentatoire ou dénudée lorsque l'on visite des lieux sacrés
  - On veille à respecter les consignes de sécurité sur les lieux ancestraux
  - On se renseigne ou on demande l'autorisation pour prendre des photos avant de s'imposer
- Déconnectez vous, lâchez prise, profitez enfin de vos vacances ! Et place à la découverte !



### *Pendant vos activités*

- Si vous ne souhaitez pas participer à une activité prévue, prévenez les moniteurs ou guides sur place.
- Si le niveau ne vous convient pas, parlez en rapidement à votre moniteur pour qu'il adapte certains exercices pour vous.



## *Vous partagez vos chambres*

- Respectez l'intimité de l'autre.
- Veillez à conserver un environnement propre et agréable pour votre colocataire.
- Profitez du changement d'hébergement pour changer de Copine de chambre afin d'apprendre à toutes vous connaître.
- Les chambres sont attribuées de façon aléatoire, si vous voulez être avec une Copine en particulier n'hésitez pas à nous le signaler avant le départ !



## *Vous voyagez en groupe*

- Pour prendre des décisions à plusieurs, n'hésitez pas à échanger ensemble
- S'il y a des différences d'âge, ce n'est qu'un chiffre ! Chez les Copines ce qui compte c'est l'état d'esprit !
- Si vous venez avec une copine que vous connaissez déjà... le but est de rencontrer de nouvelles personnes alors ouvrez vous aux autres et ne restez pas juste entre vous 😊
- Rappelez vous, les raisons qui vous ont amenées sur notre site sont les mêmes que toutes nos voyageuses, vous avez déjà des points communs !



## *Votre responsabilité sur place*

- Limitez votre impact écologique : restez sur les sentiers indiqués ; ne gaspillez pas l'eau ; limitez vos déchets en laissant les emballages à l'hébergement ; lorsque c'est possible, venez avec une gourde afin d'éviter d'acheter des bouteilles en plastique.
- Respectez les animaux : ne leur donnez pas à manger, ne les touchez pas et dérangez les le moins possible.

**APRÈS VOTRE SÉJOUR, PENSEZ À REMPLIR VOTRE QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION ET À PARTAGER VOS PHOTOS !**

