

KIT DE SURVIE POUR JEUNES VOYAGEURS

➤ AVANT LA MOBILITE

1. Vérifiez la validité de vos pièces d'identité
2. Vérifiez la validité de la carte Européenne d'assurance maladie
3. Argent : - rencontrez votre conseiller banquier au moins 3 semaines avant votre départ
- informez-vous sur les frais bancaires ; dans quelles banques faut-il retirer votre devise afin d'éviter les frais ?
- Nota : méfiez-vous des bureaux de change !
4. Vérifiez votre forfait téléphonique et son utilisation à l'étranger
5. N'utilisez pas votre 3G/4G mais les réseaux wifi gratuits et communiquez avec des applications gratuites telles *Whatsapp/ Skype*
6. N'oubliez pas vos chargeurs
7. Munissez-vous d'un adaptateur de prise du pays
8. Recherchez les indicatifs internationaux. ex : vers la France, composer +33 (ne pas composer le 0 du numéro de téléphone)
9. Consultez le site France - diplomatie – pays concerné – informations utiles – sécurité - ambassade ou consulat
10. Vous pouvez effectuer une demande en ligne sur le site de l'office de tourisme de la ville concernée : brochures, carte/plan de la ville, informations sur les transports, lieux à visiter, etc.
11. Préparez une ordonnance de survie
12. Renseignez-vous sur le climat au moment du voyage afin de savoir ce que vous allez mettre dans votre valise
13. Préparez votre valise au fur à mesure 15 jours avant le départ
14. Prenez contact avec les autres participants et les accueillants si possible
15. Enregistrez les numéros et adresses des participants
16. Veillez à avoir un espace de stockage suffisant dans vos appareils numériques

➤ Pendant la mobilité

Numéro d'urgence en GB : 999 ou 112

aux Etats Unis : 911

1. Rendez-vous à l'office du tourisme pour obtenir plus d'informations sur les transports et activités touristiques
2. Réglez vos montres à l'heure
3. Repérez votre quartier d'accueil : où se trouvent les lieux de formation/stage, la pharmacie, le supermarché, les gares/stations....
4. CONSERVEZ TOUS VOS RECUS afin de pouvoir justifier les frais et demandes de remboursement
5. Adoptez une attitude professionnelle correspondant à celle du pays d'accueil

REGLES DE CONDUITE

Comme dans l'établissement, le comportement doit être exemplaire

- Soyez poli et courtois
- Respectez le matériel
- Respectez la propreté
- Ramassez vos papiers
- ...

LORS DES VISITES

Respectez les horaires

Respectez les consignes et les lieux de visites

Prévenez immédiatement votre référent local ou vos professeurs en cas de problèmes

DANS VOTRE VIE QUOTIDIENNE

Parlez au maximum en anglais

Apprenez à être tolérant à une nourriture étrangère, aux habitudes de vie et à la culture différente

Restez discret et respectueux

DANS LES TEMPS LIBRES

Evitez de rester seul(e)

Ne sortez pas seul le soir

Evitez de vous faire remarquer

NE SORTEZ PAS AVEC TOUT VOTRE ARGENT

ATTENTION AUX PICKPOCKETS !

PAS D'ALCOOL NI DE PRODUIT STUPEFIANTS

APPRENEZ A GERER VOTRE BUDGET

FAITES VOUS UN CARNET DE BORD ; il pourra vous être utile pour le séjour, vos souvenirs, ainsi que pour votre CCF Anglais et pour l'épreuve facultative de mobilité'

N'oubliez de rester en contact avec vos familles et vos amis en France !

Useful Expressions. Help !

ENGLISH

When you arrive

Nice to meet you
Can I ring my parents?
I've brought you a little present from...
I had a very nice trip
I'm a bit /very tired
I'm (not) hungry/ thirsty

Daily routine

Make good use of:
(YES) PLEASE
(NO) THANK YOU
EXCUSE ME, PLEASE
How are you ?
See you tonight!
What time are we getting up tomorrow?
Will you call me at (seven o'clock)?
I've forgotten (to...)
I slept very well, thank you
Please, may / can I have a shower/ a bath?
I've forgotten to bring some soap/ a towel
Have I got time to wash my hair?
Can I borrow a hairdryer?
Where shall I put my shoes / my coat?

Can I borrow...?
Can you lend me...?
Can I have another coat hanger, please?
Can I have another blanket / pillow?

What time are we leaving?
I enjoyed myself a lot today
I felt bored
I don't know how to...

Meals

What time is breakfast/dinner?
Can I lay the table?
Where are the knives/ forks/ spoons/
plates/ glasses?
Can I / may I have some more?

FRANCAIS

Quand vous arrivez

Ravi(e) de faire votre connaissance
Est-ce que je peux téléphoner à mes parents ?
Je vous ai apporté un petit cadeau de. ..
J'ai fait un bon voyage
Je suis un peu/très fatigué(e)
J'ai (je n'ai pas) faim/ soif

Routine quotidienne

Usez et abusez de :
(Oui) je veux bien / S'il vous plaît
(Non) Merci
Pardon, excusez-moi
Comment allez-vous?
A ce soir!
A quelle heure se lève-t-on demain?
Voulez-vous bien me réveiller à 7 heures ?
J'ai oublié (de...)
J'ai bien dormi, merci
Puis-je prendre une douche/ un bain, svp?
J'ai oublié d'apporter du savon / une serviette
Est-ce que j'ai le temps de me laver les cheveux?
Puis-je emprunter un sèche-cheveux ?
Où dois-je mettre mes chaussures / mon
manteau?
Puis-je emprunter...?
Peux-tu me prêter...?
Puis-je avoir un autre cintre s'il vous plaît?
Puis-je avoir une autre couverture / un autre
oreiller ?
A quelle heure part-on ?
Je me suis bien amusé(e) aujourd'hui
Je me suis ennuyé(e)
Je ne sais pas comment...

Repas

A quelle heure est le petit déjeuner / dîner?
Est-ce que je peux mettre la table ?
Où sont les couteaux/ fourchettes/ cuillères/
assiettes/ verres?
Est-ce que je peux / Puis-je en avoir encore ?

I'm a vegetarian
I can only eat Kosher / Muslim / Halal food /halal
I'm very sorry, I am not allowed to eat... manger...
(meat / pork / beef / shellfish)
I don't like eating / drinking. ..
May I have a little of this, please
Can I help you with the washing-up?

Health

I don't feel very well
I've got a headache / stomachache / toothache / ear ache
My period has started
I need some tampons / towels
I've got diarrhoea
I'm allergic to...
I'm asthmatic
I need my inhaler
I'd like to take an aspirin / a paracetamol
Can I have an aspirin, please?
I feel sick
I've been sick

Making arrangements

What time does it start?
What time will it finish?
Our pick up point time is 7.30 tomorrow morning
How do we get there?
Can you show me the way?
What time should I be back?
How much will it cost?
I haven't got much money left
How long will it last?

Is it compulsory?
It's up to you
I don't mind at all
I've forgotten to...

Language

I didn't hear you
Can you repeat / say that again, please?

Je suis végétarien / végétarienne
Je ne mange que des aliments cachère / musulman

Je suis vraiment désolé, je n'ai pas le droit de
(de la viande / du porc / du boeuf / des crustacés)
Je n'aime pas manger / boire...
Puis-je prendre / goûter un peu de. ..?
Puis-je vous aider à faire la vaisselle ?

Santé

Je ne me sens pas très bien
J'ai mal à la tête / au ventre / aux dents / aux oreilles
J'ai mes règles
J'ai besoin de tampons / serviettes périodiques
J'ai la diarrhée
Je suis allergique à / aux ...
Je suis asthmatique
J'ai besoin de mon inhalateur
Je voudrais prendre de l'aspirine / un paracétamol
Puis-je avoir un comprimé d'aspirine ?
J'ai mal au coeur
J'ai vomi

Les sorties, les projets

A quelle heure ça commence ?
A quelle heure ça finit ?
Nous avons rendez-vous à 7h30 demain matin
Comment y va-t-on ?
Est-ce que vous pouvez me montrer le chemin?
A quelle heure dois-je rentrer / être de retour ?
Ça coûtera combien?
Je n'ai plus beaucoup d'argent
Ça durera combien de temps ?



C'est obligatoire?
C'est comme tu veux / à toi de décider
Cela ne me dérange pas du tout
J'ai oublié de

Langage

Je ne vous ai pas entendu
Pouvez-vous répéter ça s'il vous plaît ?

Can you speak (more) slowly?
I don't understand very well.
I didn't understand
I didn't quite catch what you said
dit
How do you say...in French / English?
How do you spell that?

Asking your way

Excuse me, I'm lost. Can you tell me where
...Street is?
Can you show me on the map?
Is there a public toilet around here
Excuse me, where's the nearest post/
office bank / exit?

Shopping

How much is it, please?
Have you got anything cheaper / smaller /
bigger?
Sorry, I haven't got enough **money**
Sorry, I haven't got any **change**

Last but not least...

I've got a problem. I need to speak to my teacher.
Can I ring Miss. ./ Mrs... / Mr...?

Pouvez-vous parler (plus) lentement ?
Je ne comprends pas très bien
Je n'ai pas compris
Je n'ai pas bien saisi ce que tu as / vous m'avez
dit
Comment dit-on... en anglais / français ?
Ca s'écrit comment?

Demander son chemin

Je suis perdu(e). Pourriez-vous me dire où se
trouve la rue. ..?
Pouvez-vous me montrer sur la carte ?
Y a-t-il des toilettes publiques par ici ?
Excusez-moi, où se trouve la poste/ banque
/sortie la plus proche?

Achats

C'est combien s'il vous plaît ?
Avez-vous quelque chose de moins cher /plus
petit /grand ?
Désolé(e), je n'ai pas assez d'**argent**
Désolé(e), je n'ai pas de **monnaie**

Enfin et surtout...

J'ai un problème. Je dois parler à mon professeur.
Est-ce que je peux téléphoner à Mlle... / Mme.../
M... ?