



# École de vie dans la nature

## Stage de survie et de vie en pleine nature

### Liste de matériel minimum nécessaire pour un stage

Cette liste est une liste minimaliste de matériel à apporter pour effectuer votre stage dans de bonnes conditions. Toutefois, elle peut être agrémentée de plus de choses si vous en éprouvez le besoin et si vous êtes capable de tout transporter. (Guêtres, pantalon de rechange, sifflet, popote complète, nourriture...)

- 
- |  |  |
|--|--|
| - Lampes : frontale et manuelle                    | - Couverture de survie   |
| - Un récipient alimentaire type « Quart en acier » | - Petite cordelette (20m)                                      |
| - Sac de couchage : température 0°C                | - Tarp   |
| - Sac à dos de 50 litres minimum                   | - Très bonnes chaussures de randonnées                         |
| - Trousse à pharmacie                              | - Briquet /firesteel   |
| - 2 Gourde d'eau                                   | - Boussole   |
| - Couteau  | - Petit carnet avec crayon en bois                             |
| - Vêtement imperméable                             | - Affaires de toilette minimale (brosse à dent, savon bio,...) |
| - Tapis de sol                                     | - Serviette  |
| - Gants  | - Bonnet   |
-