



ÉQUIPEMENT RECOMMANDÉ

POUR LA NUITÉE EN YOURTE ET REFUGE



CHAQUE HÉBERGEMENT INCLUT:

Un **GROS CHAUDRON** pour faire chauffer l'eau ou faire fondre la neige, un **BAC À VAISSELLE**, des **MATELAS EN MOUSSE** et le **BOIS DE CHAUFFAGE**

PRÉVOYEZ CECI:

- Ustensiles, vaisselle et chaudrons
- Nécessaire pour faire la vaisselle; savon à vaisselle biodégradable, lavette et linges à vaisselle
- Réchaud et carburant
- Sac de couchage ou literie
- Source de lumière (fanal et/ou bougies)
- Lampe de poche ou frontale avec batteries de rechange
- Vêtements de rechange
- Trousse de premiers soins
- Trousse d'hygiène et médication, le cas échéant
- Nourriture suffisante pour la durée de votre séjour
- Eau potable
(l'eau sur le territoire de la Vallée Bras-du-Nord n'est pas considérée potable. Nous vous conseillons fortement de faire bouillir votre eau, d'apporter un filtre ou un traitement de purification d'eau (ex. : Pristine) afin de la traiter)
- Sacs de poubelle pour rapporter TOUS VOS DÉCHETS S.V.P.

LORS DE SÉJOUR EN REFUGES ÉLOIGNÉS

(MONTAGNE ART, FALAISES, ORIGINAL, PHILOSORE ET YOURTE DELANEY),

PRÉVOYEZ AUSSI:

- Papier journal, allume-feux et allumettes
- Une hache pour faire du bois d'allumage
- Sac à dos confortable pour transporter votre équipement
- Bâtons de marche
(afin de faciliter la progression et limiter les blessures)
- Bottes de marche
- Carte des sentiers
(disponible dans tous les points d'accueil de la Vallée Bras-du-Nord)
- Trousse de réparation adaptée à votre matériel
- Téléphone cellulaire (ne fonctionne qu'à quelques endroits sur les sentiers; généralement sur le sommet de certaines montagnes)
- Papier de toilette



VOS NOTES PERSONNELLES

EN HIVER:

SOYEZ CONSCIENT QUE VOUS PARTEZ EN MILIEU NATUREL ET QUE LE PLUS GRAND DANGER EN HIVER AU QUÉBEC EST LE FROID.

Il convient donc de prévoir toute éventualité, d'autant plus que le climat est plus rigoureux et changeant en hiver qu'en été.

En cas de mauvaise température ou même d'accident, vous pourriez être appelé à demeurer longtemps au même endroit en attendant les secours.

PRÉVOYEZ EN SUPPLÉMENT L'ÉQUIPEMENT DE BASE CI-DESSOUS:

- Raquettes de montagne (avec crampons)
- Bottes de marche chaudes
- Options vestimentaires de rechange (bas chauds, gants ou mitaines, tuque et couche de vêtements supplémentaires).
- Un minimum d'eau potable (1 à 2 litres/personne/jour), des collations ou une autre source d'énergie.
- Lampe frontale avec piles de rechange
(les journées sont courtes en hiver)