



ÉQUIPEMENT RECOMMANDÉ

POUR LE FORFAIT RANDO-DODO-CANOT



RANDONNÉE PÉDESTRE

- Un minimum d'eau potable** (1 à 2 litres/personne/jour) 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.)
- Collations ou une autre source d'énergie.**
- Vêtements de pluie**
- Trousse de premiers soins**
- Sac à dos confortable pour transporter votre équipement**
- Bottes ou souliers de marche**
- Bâtons de marche** (afin de faciliter la progression et limiter les blessures)
- Carte des sentiers** (disponible dans tous les points d'accueil de la Vallée Bras-du-Nord)
- Huile à mouche** (particulièrement en mai et juin)
- 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)



CHAQUE HÉBERGEMENT INCLUS:

Un **GROS CHAUDRON** pour faire chauffer l'eau ou faire fondre la neige, un **BAC À VAISSELLE**, des **MATELAS MOUSSES**, le **BOIS DE CHAUFFAGE** et une **HACHE** pour faire du bois d'allumage.

PRÉVOYEZ CECI:

- 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.)
- Ustensiles, vaisselles et chaudrons**
- Nécessaire pour faire la vaisselle;** savon à vaisselle biodégradable, lavette et linges à vaisselle
- Réchaud et carburant**
- Nourriture suffisante pour la durée de votre séjour**
- Papier journal, allumes-feux et allumettes** (nécessaire dans les refuges éloignés pour faire un feu)
- 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 d'hygiène et médication, le cas échéant**
- Papier de toilette**
- Sacs de poubelle pour rapporter TOUS VOS DÉCHETS S.V.P.**



VOS NOTES PERSONNELLES



Il convient de prévoir toute éventualité. En cas de mauvaise température ou même d'accident, vous pourriez être appelé à demeurer au même endroit longtemps en attendant que les conditions météorologiques soient plus clémentes ou que les secours arrivent.



DESCENTE DE RIVIÈRE EN CANOT

- Carte de la rivière** (disponible à la mise à l'eau)
- Sac étanche pour transporter votre équipement de valeur en canot** (un sac de poubelle à l'intérieur de votre sac à dos peut être une alternative afin de conserver vos effets personnels au sec)
- Chapeau et lunettes de soleil**
- Protection solaire**
- Maillot de bain et serviette de plage**
- Chaussures confortables pouvant aller dans l'eau**

