

## ANNEXE : LE MATÉRIEL INDIVIDUEL, POUR CHAQUE JEUNE

**LES JOURNÉES ET LES NUITS SONT TRÈS FRAICHES... ET PEUVENT ÊTRE HUMIDES. IL FAUT ÊTRE SÛR DE POUVOIR RESTER AU SEC ET AU CHAUD ! IL EST PRIMORDIAL DE SUIVRE CE TROUSSEAU POUR BIEN VIVRE SON RASSEMBLEMENT.**

Voici la liste du matériel individuel :

Points de  
vigilance

### »»» **Couchage :**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 bon sac de couchage (0° à -4° au minimum) | <input type="checkbox"/> 1 couverture « polaire » ou en laine |
| <input type="checkbox"/> 1 sac à viande (drap de sac)                | <input type="checkbox"/> 1 bouillotte                         |
| <input type="checkbox"/> 1 matelas isolant                           |   |

### »»» **Vêtements de plein air :**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 2 pulls de laine ou polaire (il fera froid, surtout le soir)                          | <input type="checkbox"/> 2 paires de chaussures imperméabilisées |
| <input type="checkbox"/> 2 sous-pulls ou 5 te-shirts thermiques de ski   | <input type="checkbox"/> 1 paire de bottes                       |
| <input type="checkbox"/> 2 vêtements de pluie (kaways imperméables)  | <input type="checkbox"/> 2 pyjamas chauds                        |
| <input type="checkbox"/> 8 paires de chaussettes chaudes (type chaussettes de ski, chaussettes de bottes, ...) |  |
| <input type="checkbox"/> 6 rechanges complets (6 sous-vêtements, 6 tee-shirt, 3 pantalons, ...)                |  |
| <input type="checkbox"/> 1 paire de gants, 1 bonnet et 1 écharpe, 1 casquette (s'il y a du Soleil).            |  |



Une seule paire de chaussures ne suffit pas. Quand on a les pieds mouillés, c'est l'ensemble du corps qui a froid. Fais donc bien attention en préparant ton sac. Prévois également un sac pour ranger tes affaires mouillées (un sac poubelle peut faire l'affaire).

### »»» **L'essentiel pour l'hygiène :**

- 1 trousse de toilette (savon et shampoing bio-dégradable, brosse à dents, dentifrice, ...)
- 2 serviettes de toilette
- 1 maillot de bain, il y aura des douches individuelles, mais aussi collectives
- 1 paire de tongs/claquettes pour sortir de la douche

### »»» **Les indispensables :**

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1 foulard et/ou tenue de ton groupe | <input type="checkbox"/> 1 popote (et couverts associés) |
| <input type="checkbox"/> 1 couteau (type opinel)             | <input type="checkbox"/> 1 gourde                        |
| <input type="checkbox"/> 1 lampe de poche ou frontale        | <input type="checkbox"/> 1 stylo/crayon                  |

Et en plus : carnet de chants, instrument de musique, jeux de cartes, ton carnet PISTES, ton carnet de fonction, ... De quoi s'occuper durant le voyage.

»»» **Note concernant les traitements :** en cas de traitement, merci de prévoir l'ordonnance avec les médicaments suffisants pour une semaine, dans une trousse/pochette au nom de l'enfant. Si PAI, merci de fournir le protocole d'urgence adapté.

**Pour les Éclé.es :** les téléphones et autres appareils numériques ne sont pas souhaités sur le CAP Éclé.es afin de vivre pleinement le rassemblement, merci de les garder chez vous. Il ne sera pas possible pour les Éclé.es de les recharger.

- 2 bocaux d'une capacité d'au moins 500 grammes chacun

**Pour les Aîné.es :** les téléphones ne sont pas utiles sur AineRgie, les possibilités de les recharger seront limités (peu de prises).