



## MATÉRIEL POUR SORTIE MULTIJOURS

N'oubliez rien de rien pour votre prochaine expédition de plusieurs jours, qu'elle soit en planche à pagaie, en canot ou en kayak. **Rappel** : Il y aura des portages ou des rapides ? Vos sacs devront donc être étanches et faciles à porter.

---

### ÉQUIPEMENT NAUTIQUE

- Canot, kayak ou planche à pagaie adaptés à votre sortie
  - Pagaie en bonne condition et adaptée à votre sortie (1 pagaie en plus pour le groupe)
  - VFI adapté à votre sortie (1 supplémentaire pour le groupe)
  - Pompe ou écope pour canot et kayak
  - Dispositifs de signalisation (sifflet nautique, fusées de repérage, miroir)
  - Lampe de poche étanche Corde flottante de 15 m (sac à corde)
  - Téléphone ou appareil de communication et dispositif de chargement (pile ou bloc de recharge)
  - Sacs étanches ou étuis étanches pour appareils électroniques
  - Sacs adéquats pour le portage (le cas échéant)
  - Chariot de portage
  - Casque (lors de vos sorties en eau vive)
  - Trousse de réparation
  - Trousse de matériel de secours en eau vive (voir la liste de matériel obligatoire et suggéré)
- 

### MATÉRIEL DE CAMPING

- Tente
- Matelas de sol
- Sac de couchage
- Chaise de camping
- Trousse pour réparation
- Permis de camping ou droit d'accès
- Réchaud et combustible
- Matériel de cuisson
- Ustensiles, assiettes, tasses et bols
- Savon biodégradable
- Filtre à eau ou produit pour le traitement de l'eau
- Nourriture et contenants
- Cordelette
- Bois et allume-feu (si permis sur le site et sans interdiction de la SOPFEU)

## ARTICLES DE SÉCURITÉ ESSENTIELS

- Trousse de premiers soins
  - Couteau
  - Allumettes résistantes aux intempéries et allume-feu
  - Carte et carte marine dans un étui étanche
  - GPS ou boussole
  - Lampe frontale et piles (ou bloc de recharge)
  - Crème solaire
  - Bouteille d'eau
  - Lunettes de soleil
  - Itinéraires pour tous les membres du groupe
  - Plan de sortie d'urgence
- 

## VÊTEMENTS

- Sandales fermées ou souliers
  - Chaussettes
  - Sous-vêtements
  - Pantalons ou shorts à séchage rapide
  - Couche de base
  - Hauts à manches courtes
  - Hauts légers à manches longues (vêtement solaire)
  - Chapeau et tuque
  - Pantalon et manteau de pluie
  - Haut chaud à manches longues
  - Pantalons chauds Gants ou mitaines
  - Combinaison isothermique ou étanche
  - Gants et bottillons en néoprène
  - Maillots de bain
- 

## ARTICLES PERSONNELS ET ACCESSOIRES

- Articles d'hygiène corporelle (brosse à dents, peigne, déodorant, médicaments, etc.)
- Papier hygiénique ou le nécessaire selon les principes Sans trace
- Savon biodégradable
- Serviette légère à séchage rapide
- Antimoustiques ou vêtements antimoustiques
- Dispositifs de protection contre les ours et animaux sauvages
- Sacs pour les déchets
- Appareil photo et accessoires
- Livre

