

## Liste du matériel recommandée

Vêtements		
O Affaires de rechange	O Polaire / vêtement thermique	O Paire de chaussure / tongues
O Pantalon de toile	O Serviette de bain	O Hygiène (savon, dentifrice, etc.)
O	O	O
Vêtements pour naviguer		
O Vêtement de sport / thermique	O Chapeau / casquette	O Serviette de bain
O Coupe-vent	O Lunettes de soleil	O Crème solaire / stick à lèvres
O Chaussures fermées pouvant	O Cordon lunettes	O
aller dans l'eau		
O Table (a language and	Matériel de camping  Duvet	O Matelas
O Tente (autoporteuse)		
O Bâche	O Couverture	O Lampe / frontale
O Ensemble popotte + passoire	O Couverts (fourchette, cuillère)	O Couteau
○ Réchaud	O Cartouche de gaz	O Gourde / thermos
<b>○</b> Grille	O Eponge	O Torchon
O Briquet	O Liquide vaisselle bio dégradable	O
O Papier toilette biodégradable	O Cordelette	O Pelle pliable
O Sac poubelle pour rapporter tous vos déchets		O
Pharmacie		
O Désinfectant	O Compresses	O Pansements
O Paracétamol	O Sérum physiologique	O Bande élastoplast
O Double peau (pour les ampoules)	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	- James Gastopiass
, and the second second		
Matériel divers		
<b>○</b> Smartphone	O Chargeur et cordon	O Batterie
O Pochette étanche	O Appareil photo	O Chargeur solaire
O	O	O
Ma liste		
O	O	O
O	O	O
O	O	<u> </u>
_		_