



## *Bienvenue pour l'aventure en forêt !*

*Le stage sera l'occasion de rencontrer de nouveaux amis, de découvrir la nature et surtout de vivre ensemble une super aventure. Tu découvriras au fil des jours les trucs et astuces de la « survie douce ». Tu trouveras dans ces quelques notes, toutes les infos nécessaires à ta participation au stage.*

Le premier jour du stage sera consacré à la préparation de notre randonnée : vérification des sacs à dos et du matériel individuel, installation du 1er bivouac, préparation du matériel collectif...

Nous marcherons environ 10 à 12 kilomètres par étape avec les sacs à dos. Nous nous répartirons les différentes tâches journalières et chacun aura des responsabilités à assumer pour que l'aventure se déroule au mieux.

A l'étape, il faudra installer le bivouac, récolter les plantes, allumer le feu, préparer le repas...

Et à la nuit tombante, nous nous retrouverons autour du feu pour rêver sous les étoiles. Le matin, après une bonne nuit de repos au bivouac, nous préparerons le déjeuner. Ensuite, rangement du matériel et en route pour l'étape suivante.

# Stage bivouac 2025

18 au 22 août

Nous aurons l'occasion de pratiquer de nombreuses techniques de vie en pleine nature : allumage de feu et cuisine sauvage, orientation, travail du bois, pistage... Comme toujours des surprises sont prévues au programme.

Début et fin de stage

Rendez-vous le lundi 18 août 2025, en Ardenne. Accueil entre 10h et 10h30.

Le lieu précis vous sera communiqué samedi 16 août au plus tard.

Fin du stage, le vendredi 22 août 2025 à 16h30

Contact-CRIE de Modave :  
Info.modave@natagora.be  
085/613 611  
Pierre Rasse 082/678 954

*A très bientôt !*

*Pierre*



## Quelques remarques importantes :

En randonnée, l'équipement individuel doit être complet, adapté au climat belge et léger. Un équipement en mauvais état ou incomplet peut, très vite, rendre la rando pénible, ce qui n'est certainement pas notre objectif.

**Nous insistons donc pour que chacun emporte le matériel indiqué sur cette liste.**

N'hésite surtout pas à nous contacter si tu éprouves la moindre difficulté pour rassembler l'équipement nécessaire. Il y a toujours moyen de s'entraider.

Pense à emmener un **bon sac à dos** suffisamment grand avec ceinture ventrale.

Nous porterons nos effets personnels mais aussi le matériel de bivouac, de cuisine et la nourriture. Il faut donc veiller à notre bien être en nous surchargeant le moins possible.

Donc, un maître mot : **LEGER**. Le sac (sans les gourdes) pèsera 7 kg maximum (les sacs seront pesés avant le départ !).

**Tous les éléments seront emballés dans des sacs en plastique y compris sac de couchage et matelas.**

Tout rentrera dans le sac, mieux vaut ne rien perdre en route.

Afin d'être organisé de façon pratique, ton équipement sera réparti dans 2 sacs.

# Equipement bivouac 2025

## Dans un sac de voyage

### Equipement pour le lundi et le mardi + vêtements de réserve

Ce sac sera étiqueté et restera en réserve. Comme cela, nous disposerons de vêtements qu'on pourra nous acheminer sur le lieu de la randonnée, si nécessaire.

Vêtements que tu porteras pour le départ en randonnée, mardi matin :

- chaussures de randonnée
- short (très pratique s'il pleut) ou pantalon (pas de jeans : mouillé, il devient lourd et sèche lentement)
- tee-shirt
- chaussettes de randonnée
- sous-vêtements

Vêtements de réserve :

- 1 short
- 1 pantalon (pas de jeans)
- 2 tee-shirts
- 1 pull
- 2 paires de chaussettes de randonnée
- sous-vêtements pour 2 jours
- 1 essuie main

## Dans ton sac à dos

### Equipement de randonnée pour 3 jours (3 nuits)

- 1 short (pratique pour la pluie)
- 1 pantalon (éviter le jeans qui sèche lentement)
- 3 tee-shirts
- 2 pulls/polars fins à superposer si nécessaire
- 3 paires de chaussettes de randonnée
- sous-vêtements pour 3 jours
- maillot

Pour dormir :

- tee-shirt
- sac de couchage dans son sac de compression
- matelas de randonnée léger mousse, autogonflant ou gonflant.

Trousse de toilette contenant le strict minimum :

- 1 petit essuie de randonnée en microfibre (léger, sèche rapidement)
- 1 gant
- 1 petit morceau de savon bio (pour se laver 5 fois, nous pouvons le fournir).
- brosse à dents et 1 tube de dentifrice presque vide
- pour les filles, nécessaire éventuel d'hygiène intime
- Le shampoing bio est prévu dans le matériel collectif

Divers :

- 1 paire de sandales (qui ne craignent pas l'eau)
- Lampe frontale avec piles neuves + piles de réserve
- opinel
- gants de travail
- carte d'identité (à remettre éventuellement à l'animateur)
- mouchoirs

Equipement de randonnée facilement accessible :

- 1 veste imperméable couvrant bien le short. Cette veste doit vraiment être imperméable et pas pour 30 minutes uniquement, car nous serons à l'extérieur quel que soit le temps.
- 1 des 2 pulls/polars (dans un sac plastique) en fonction du temps du jour
- protection solaire : chapeau de soleil et crème solaire
- 2 gourdes de 1 litre
- gilet fluo de sécurité

Encore quelques remarques :

- A oublier chez soi évidemment : objets de valeur, gsm...
- Du matériel collectif sera ajouté dans ton sac à dos.
- Sur demande par mail avant le stage, nous pouvons te prêter un matelas.