

1. ÉQUIPEMENT SUGGÉRÉ

- a. bas de laine (6)
- b. bas de coton (3)
- c. sous-vêtements (3)
- d. chandails chauds (2)
- e. bottes chaudes (hiver)
- f. vieux pantalons (2) (style survêtement)
- g. manteau d'hiver et pantalon de neige
- h. nécessaire de toilette (savon, brosse à dent, pâte dentifrice, nécessaire de rasage, serviettes hygiéniques, etc.)
- i. débarbouillette
- j. élastiques et filets à cheveux pour les filles
- k. mouchoirs
- l. **CARTE D'ASSURANCE MALADIE**
- m. papiers et crayons pour prendre des notes
- n. élastiques pour lunettes
- o. sac pour transporter tous ces articles (peut-être un sac à dos, un sac pour articles de sport, etc.)
- p. gants chauds d'hiver (2 paires)
- q. tuque (une 2^e pour dormir à l'extérieur)
- r. foulard
- s. ficelle
- t. espadrille (pour déplacement intérieur seulement)
- u. 2 sacs à poubelle
- v. 2 ziplocs blocs grand format
- w. crème à main
- x. baume à lèvres
- y. gourde d'eau (rempli avant le départ)

2. ÉQUIPEMENT FACULTATIF

- a. sac de couchage
- b. matelas de sol
- c. pastille pour la gorge
- d. petit canif (longueur maximum de 4 pouces)
- e. lampe de poche avec batteries supplémentaires
- f. allumettes
- g. pelle à neige (format portatif)
- * *recommandé pour le niveau argent et or*
- h. lunettes de soleil

3. ÉQUIPEMENT INTERDIT

- a. bijoux
- b. baladeurs / Ipod / mp3
- c. maquillage
- d. tout objet de valeurs
- e. jeans