

LISTE MATERIEL POUR RAID

Liste à adapter au type de raid :
(S)ki - (P)édestre - (G)lacier - (B)ivouac

www.alpimages.net 10/2004

MATERIEL INDIVIDUEL

Désignation	Nbre	Poids	Type
VETEMENTS			
Pantalon Gore Tex			S
Pantalon toile			P
Passe montagne			
Casquette			
Foulard			
Tee-shirt			
Slips			
Polaire épaisse			
Polaire fine			
Veste Gore Tex			
Collant			S
Short			P
Chaussettes			
Chaussures			
Gants polaire ou laine, soie			
Gants chauds			
CUISINE & BIVOUAC			
Bol (plastique léger)			
Cuillère			
Matelas			B
Duvet			B
SKI & MONTAGNE			
Skis, attache skis			S
Lanières ski			S
Bâtons			
Peaux			S
Couteaux à ski			S
Baudrier, cordelettes			G
Piolet			
Crampons			
AUTRES			
Sac à dos			
Lunettes de soleil			
Lunettes de vue, lentilles			
Gourde			
Couteau			
ARVA			S
Sifflet			
Frontale			
Crème solaire			
Papier hygiénique			
Shampooing			
Gant toilette			
Petit savon			
Petite serviette			
Boules Quies			
Couverture survie			
Sac poubelle			
Papier journal			
Dentifrice, brosse à dents			
Carte identité, Passeport			
Licence CAF, FFME ...			
Montre			
Argent			
Schéma moufflage			G

MATERIEL COLLECTIF

Désignation	Nbre	Poids	Fourni par	Type
CUISINE				
Réchaud				
Cartouche				
Gamelle				
Briquet, allumettes				
MATERIEL MONTAGNE				
Corde				
Sangles				
Dégaines, mousquetons				
Broche à glace, poulie				G
PHARMACIE DE MONTAGNE				
Aspirine (attention aux risques d'hémorragies) ou paracétamol (ex.Efferalgan®), sparadrap, ciseaux, désinfectant en sachets, tulle gras (brûlures), gaze, compresses, bandes, Stéristrips® (pour rapprocher les berges d'une plaie), Primpéran® (nausées), pommade anti-inflammatoire (ex Voltarène®) ou compresses Flector Tissugel®, collyre (ex.Biocidan®), anti diarrée (ex.Tiorfan®), pansement hémostatique (ex.Coalgan®), pansements pour ampoules (ex.Compeed®), anti-douleurs (ex.Di-Antalvic®), Spasfon® (douleurs abdominales)... <i>Liste à adapter en fonction de chacun</i>				
REPARATION				
Tournevis, poinçon, rivets, fil de fer, lime, ficelle, colle, pince, rondelle bâton				S
Aiguilles couture, fil à coudre, épingle à nourrice				
ORIENTATION				
Cartes				
Topos				
Boussole				
Altimètre				
Carnet, crayon				
GPS				
AUTRES				
Bougies				
Tente				B
Pelle à neige				S
Sonde à neige				S
Lunettes de secours				S G
Fart, colle à peaux ski				S
Téléphone portable				
Une peau de secours				S
Matériel photos ...				
TELEPHONE METEO - SECOURS				
Portail Météo France		3250 (Option 4 - Montagne - 7j, département ou massif)		
Prévision département		08 92 68 02 XX (XX : numéro du département)		
Secours (portable)		112		
QUELQUES CONSEILS				
<ul style="list-style-type: none"> • Papier journal : le laisser toute la nuit dans les chaussures pour les sécher. Peut aussi servir à allumer du feu. • Un sac poubelle permettra de mettre le contenu du sac à dos au sec ou de laisser provisoirement une partie des affaires, par exemple pour faire un sommet en aller retour. • Prévoir suffisamment de cartouches de gaz en hiver : il n'y a pas d'eau en montagne, et il faut faire fondre la neige. 				