

EQUIPEMENT RANDONNEE CHAMELIERE



Liste des bagages - Saison froide (décembre, janvier, février)

Bagages

- 1 sac de voyage solide ou 1 sac à dos sans armatures de 15 kg maximum (Pensez au confort de nos chers porteurs !) - Surtout pas de valise.
- 1 petit sac à dos pour le portage des affaires de la journée (gourde, appareil photo, pull, crème solaire...), le même que vous avez utilisé en cabine dans l'avion.
- Eventuellement 1 banane, bien pratique pour les choses que l'on utilise très régulièrement.

Le climat désertique se caractérise par des écarts de températures importants entre le jour et la nuit. Cette différence se fait particulièrement sentir en hiver. Il est alors judicieux de prévoir des vêtements que l'on peut superposer, à enfiler et enlever facilement au cours de la journée.

Une pluie est toujours possible. Il est prudent de prévoir un Kway ou pancho.

Pour la journée :

- 1 ou 2 pantalons légers, confortables, si possible avec poches (bien pratiques pour mettre le papier toilette et le briquet).
- De 3 à 5 T-shirts, à manches courtes ou longues.
- 1 gilet ou polaire fine à ouverture complète, bien pratique à mettre et à enlever sans être obligé de remettre à chaque fois son chèche.
- Sous-vêtements.
- 1 chèche (longue bande de tissu), multifonction, que vous achèterez sur place (environ 5 €) ou 1 casquette ou 1 chapeau à large bord.
- 1 paire de chaussures de marche (chaussures de randonnée ou sandales de trek) et chaussettes en conséquence. Le sol étant essentiellement sableux, pas besoin de

chaussures spécifiques : une paire de basket banale suffit. Seulement, il faudra les vider un peu plus souvent du sable qui s'infiltrer partout. Surtout, éviter les chaussures neuves si vous êtes sujets aux ampoules. Prévoir éventuellement des chaussures de remplacement.

Pour la soirée et la nuit :

Nous vous conseillons de vous changer dès l'arrivée au campement, en prévoyant à la fois la tenue de soirée et de nuit. Encore une fois, superposez les vêtements. Pour vous mettre dans votre duvet, vous quitterez les couches supérieures. Vos vêtements de corps (haut et bas) vous permettront de garder la chaleur accumulée autour du feu. Rien de pire que de se déshabiller dans le froid et d'enfiler un pyjama encore plus glacé ! Il est conseillé de ne pas trop s'habiller dans un duvet. Vous n'aurez pas plus chaud, au contraire. Pour chauffer très vite le duvet, respirez dedans, tout simplement. Très important : pensez aux extrémités : une paire de grosses chaussettes que vous pourrez enfiler sur d'autres plus fines dans la soirée (mais à enlever dans le duvet) et surtout, rester la tête couverte, aussi la nuit, avec son chèche et/ou un bonnet.

- 1 pantalon confortable et chaud et/ou un caleçon long à enfiler sous le pantalon.
- 1 vêtement de corps chaud + 1 sous-pull. Vous pourrez garder le tout pour la nuit.
- 1 polaire épaisse et 1 coupe-vent ou la doudoune avec laquelle vous êtes venus.
- 1 écharpe, un bonnet, éventuellement une paire de gants de soie.
- 1 paire de chaussettes épaisse.
- Eventuellement une autre paire de chaussures plus confortables et chaudes. Ce peut être des chaussons.

Le sable abîme tout, aussi n'empportez pas vos plus beaux vêtements.

Pensez à une tenue non ensablée pour le retour du désert après la douche, c'est plus agréable. Cela peut être la même tenue que pour l'aller. Nous pouvons vous les garder.

Toilette et Médicaments

L'eau est rare dans le désert. Nous ne nous restreignons ni pour la boisson, ni pour la cuisine, mais nous n'en utilisons pas ou très peu pour la toilette. Vous verrez qu'on s'en passe très bien et qu'on n'est même pas sale au bout de 6 jours. Le sable, si fin qu'il se faufile partout, nettoie sans cesse. Pour une toilette plus proche de nos habitudes occidentales, vous pourrez utiliser des lingettes. Vous pourrez également, comme les nomades, profiter de l'eau lors d'un passage à une source, mais l'usage de tout produit non biodégradable est nocif.

- Une trousse de toilette qui se ferme entièrement avec vos affaires de toilette.
- Une petite serviette de toilette.
- Des lingettes humides pour bébé.
- De la crème solaire, de l'écran total (Attention, on brûle très vite dans le désert, même et surtout en hiver), de la crème hydratante pour les lèvres, de la crème type «biafine» contre les coups de soleil.
- Des pastilles purifiantes pour l'eau. L'eau est potable. Nous préférons toutefois que vous la purifiiez pour plus de sûreté. Certaines, à base d'ions d'argent, n'ont pas de chlore qui donne un mauvais goût. Nous vous suggérons de prendre avec vous 2 gourdes, vous permettant d'avoir toujours à disposition de l'eau potable sans avoir à attendre à chaque fois les deux heures nécessaires à la purification. Vous pouvez prévoir du sirop ou autre pour donner un peu de goût à votre eau.
- Des soins pour des éventuelles ampoules ou coupures (plutôt de la gaze et des bandes adhésives que des pansements qui se décollent très vite avec le sable).

- Anti-diarrhéique, désinfectant intestinal, paracétamol, éventuellement antibiotique à spectre large.
- Sérum physiologique et collyre en doses uniques pour le nettoyage des yeux (et du nez) après une tempête de sable.

Nous emportons une pharmacie qui sert à couvrir les premiers soins et les désagréments physiques liés à ce type de voyage. Contenu minimum de la pharmacie collective : aspivenin, garrot, bandages, anti-douleurs, anti-inflammatoire (gélules et crème).

Equipement divers

- 1 duvet sarcophage très chaud (adapté aux températures négatives) ou un duvet sarcophage avec couverture polaire pour l'intérieur ou même 2 duvets l'un dans l'autre.
- 1 (voire 2 en cas de perte ou casse) paire de lunettes de soleil de très bonne qualité et bien couvrantes.
- 2 gourdes de ½ à 1 litre.
- Une lampe, éventuellement frontale, avec piles et ampoule neuves.
- Du papier toilette et/ou mouchoirs en papier et un briquet ou allumettes dans un petit sac non transparent.
- 1 couteau de poche (que vous rangerez dans votre bagage de soute pour l'avion).
- Une paire de lacets de rechange, du fil et une aiguille.
- Des petits sacs plastiques ou mieux en papier à utiliser comme poubelle que vous mettez au feu le matin juste avant de quitter le bivouac.
- Quelques sacs de congélation étanches pour protéger vos affaires, particulièrement l'appareil photo.

Tout l'équipement structurel, y compris les couverts, les tapis de sol, matelas et couvertures, est fourni par l'agence.



HAMADA TOURS

CENTRALE DE RESERVATION

 +34 628 25 25 51