

Bonjour à tous

Je vous partage ma liste d'équipements pour sortie en kayak de mer.
Version 2 05/2005

C'est une liste exhaustive, je préférais la construire en essayant de ne rien oublier pour qu'il soit possible de choisir selon l'équipement disponible et/ou nécessaire pour une sortie de un ou de plusieurs jours.

En espérant qu'elle puisse s'avérer utile... si toutefois vous y trouvez des manques ou des erreurs, faites-le moi savoir

Mon adresse courriel : michel.stl@videotron.ca

Page 2 : Liste kayak 1 randonnée d'un jour

Page 3 : Liste kayak 2 randonnée camping (qui devrait être utilisé avec liste 1)

Page 4 : Liste kayak 2 suite

Page 5 : Liste kayak 3 Trousse de premiers-soins

LISTE KAYAK 1 randonnée d'un jour

KAYAK		SACS AU SEC	
6 premiers items obligatoires (FQCK)		Vêtements de rechange	
VFI : vêtement de flotaion individuel approuvé au Canada (ULC)... sur vous		Trousse de premiers-soins	
Sifflet et/ou corne de brume		Médicaments (presc) voir Liste 3	
Pompe ou écope		Lampe de poche étanche	
Feux de navigation / lampe de poche étanche		Portefeuille, argent	
Corde d'attrape flottante 15mètres min.		Lunettes, verres ou lentilles et accessoires (prescription)	
Une pagaie		Clefs (cordon)	
Attache pagaie		Papier hygiénique / couches /sacs	
Flotteur / ballon à pagaie		Serviettes humides	
Pagaie de secours		Serviettes sèches	
Jupette		Chaussures	
Corde d'amarrage		Insectifuge / calamine	
Bouteille d'eau / sac-gourde		Kit réparation / outils... selon	
Jumelles + flotteur			
Lunettes soleil(presc) + attache flottante			
Lampe frontale		ITEMS ACCESSIBLES	
Lasso / cadenas		SAC de PONT / SUR le PONT	
Cache îlot		HABITACLE / sac au sec	
Mousse confort		Cartes marines / topo (étui étanche)	
Matelas protège kayak		Tables des marées	
Bouteille pipi (Freschette pour femme)		Météo/ vents,force,direction/courants/ brouillard/ température/ évolution	
Éponge		Crayons , papier	
Petit couteau		Radio VHF /cellulaire/ GPS (piles?)	
Étanchéité kayak, cloisons, couvercles		Plan de route / d'urgence	
		Noms, téléphones, adresses	
		Boussole, règle, compas... carte	
		Boussole de pont	
VÊTEMENTS kayak		Fusées de détresse (étoile/parachute) 3	
Habit néoprène (haut/ bas) combinaison étanche		Fusées éclairantes à main	
Chaussures (néop. / autre)		Fusée fumigène	
Gants (néop)		Miroir secours	
Cagoule (néop/lycra)			
Chapeaux (beau temps/ pluie)			
Tuque		Livres (références)	
Cache-oreille		Feu de position / lumière clignot.	
Cache-col		App. photo (piles, pellicules)	
Imper submersible		Crème solaire / labiale	
Anorak, imper / coupe-vent		Allumettes	
Vêtements (température de l'eau)			
		sac au sec NOURRITURE	
		Collation (barres d'énergie)	
TRANSPORT		Repas	
Supports / sangles / élastiques		Thermos café,tisane,soupe (chaud)	
styromousses / cache îlot		Ustensils	
câble lasso, cadenas		Jus	
corde avant,arr. , guenille		Prévoir un surplus !	
roues chariot, sangles		Sacs à ordures	

LISTE KAYAK 2 randonnée camping (+liste 1... certains items sont ici répétés)

sac au sec VETEMENTS		sacs au sec DIVERS	
		Clefs / portefeuille / argent	
Néoprène / lycra / combinaison étanche		Papier hygiénique / couches / sacs	
Chapeau moustique		Serviettes humides et sèches	
Chapeaux beau temps / pluie		Dentifrice / brosses / soie	
Sous vêtement court/long		Déodorant	
T-shirt court/long		Savon corps bio	
Pantalon court/long		Trousse premiers-soins (voir liste 3)	
Pantalon pluie		Médicaments (prescription)	
Bas		Lunettes / verres+accs (presc)	
Anorak, coupe-vent / imper		Rasoir / coupe-ongle / pince	
Chandails		Condoms	
Chaussures.bottes (kayak / camp)		Crème calamine	
Sandales douche		Cachets antihistaminiques	
Maillot		Crème solaire	
		Crème labiale	
		Serviettes / tampons sanitaires	
		Sacs à ordures	
sac au sec compressible DODO		Sac réservoir pliant 5gallons pour eau	
Sac de couchage		Plusieurs bouteilles d'eau	
Oreiller		Filtre purificateur d'eau + accs.	
Matelas (sac au sec)		Agent de traitement de l'eau/ Pristine	
		Pastilles désinfectantes pour l'eau	
		Insectifuge (muskol, citronnelle)	
sac au sec TENTE		Encens spirale insectifuge	
Tente		App. photos(piles/pellicules)	
Piquets / barres		Cadran réveil / montre	
Tapis de sol (sous tente)		Lampe de poche (submersible)	
Petites cordes / guenilles		Lanterne / combustible (prop.butan)	
Lampe frontale		Corde / épingles à linge	
Matelas		Scie / petite pelle / hache	
		Sacs pour portage	
		Bois / catalyseur pour feu	
		Jeux / livres / papier / crayons	
		Sacs à ordures	
sac au sec REPARATION		Lanterne tente, bougies + briquet	
Clé , ruban «duck tape », vis, boulons		Hamac (courroies, crochets)	
trn-vis, câble, silicone, pince,			
kit réparation... selon		Bâche / poteaux / cordes / piquets	
		Sac filet (bouffe) poulie, corde	
		Filet moustiquaire / corde	

suite

LISTE KAYAK 2 randonnée camping (+liste 1... certains items sont ici répétés)

CUISINE			sacs au sec NOURRITURE	
Réchaud (support?, accs.)			Menu	
Combustible / briquet			Déjeuner	
Protège vent			Dîner	
Chaudrons (poignée), gamelles			Collation	
Poêles			Souper	
Chaudron, poêle, grille pour feu			Dessert	
Assiettes / bols / tasses			Jours?	
Filtre à café			Surplus?	
Cafetière				
Contenants de réhydratation			Huile de cuisson	
Contenant pliant à vaiselles			Sel (aux plantes),poivre	
Thermos (2) soupe / tisane			Sucre,cassonnade,miel	
Sac à lunch (sac au sec)			Bouillons en cubes	
Gourde			Farines	
Ustensiles couteaux			Poudre à pâte	
cuillères			Oeufs déshydratés	
fourchettes			Lait déshydraté	
spatule			Vinaigre / gaze pour fromage	
passoire en forme de spatule			Beurre d'arachides/nutella	
fouet			Café	
Ouvre bouteille / boîte			Tisanes / thé	
Tire-bouchon			Barres d'énergie	
			Vin / liqueur	
Savon bio			Eau ?	
Éponge rugueuse				
Chiffons-J				
Zip-lock, sacs				
Linges à vaisselle				

NOTES PARTICULIÈRES

AUTRES

Plan de route			Faune	
Plan d'urgence			Écologie	
Itinéraire			Zone protégée	
Moyen de communication			Parcs Canada	
Participants / partenaire			SEPAQ	
Contacts / no d'urgence			KQCK	
Responsable(s) / compétences			Pourvoyeur	
Informations / ressources			Respect	
Zone de pratique (niveaux de difficultés)			Propreté	
Véhicule(s)				

version#2 05/2005

Michel.stl@videotron.ca

LISTE KAYAK 3 Trousse de premiers-soins dans un sac étanche toujours accessible
(relever régulièrement les stocks, l'état et les dates d'expiration)

N.B. :ceci n'est pas une liste officielle

	Prescription ? (médicaments, verres, lentilles, etc...)		
	Allergie ?		
	Épipen ?		
	Tétanos ?		
	Manuel de premiers-soins		

100 ml	Antiseptique : povidon-iodine 10% (ex; Betadine)		
30gr	Onguent antibiotique (ex : tube Polysporin 3)		
10	Aspines (trouble cardiaque)		
10	acétaminophènes		
3.5 gr.	"cool jel" pour brûlure		
	Savon – nettoyeur à mains à base d'alcool		
	Autres Médicaments ? :contre diarrhée/ laxatif/ analgésique/ charbon activé		
	Lotion anti-démangeaisons		
	Pristine (pour purifier l'eau)		

1	Kit seringue - pour nettoyer une plaie profonde		
12	Épingles de sûreté		
1	Ciseaux pour pansement		
1	Pince à écharde		
5	Paires de gants de latex jetables ou en vinyle (non allergènes)		
	Kit "steril strip" points de rapprochement		
1	Couverture de sauvetage (métallique)		
1	Masque de réanimation avec valve anti-retour		
1	Thermomètre		

12	Pansements adhésifs stériles (style band-aid) différentes dimensions		
1	Ruban adhésif imperméable		
20	Tampons antiseptiques / petites serviettes humides		
18	Tampons de gaze stériles (6X 2''X2'' – 6X 4''X4'' – 6X 4''X4'')		
6	Pansements compressifs stériles (2X 2''X2'' – 2X 4''X4'' – 2X 8''X10'')		
6	Rouleaux de bandage de gaz stériles (3X 2''X13' – 4''X15')		
2	Rouleaux de bandages élastiques (2''X16'')		
5	Compresses chimiques "froid instantané"		
2	Écharpes triangulaires (approx. 36''X36'')		
3	Compresses oculaires		
	"water jel" pansement pour brûlure		
2	Compresses abdominales		

Autres

1	Sifflet		
1	Lampe de poche		
4	Fusées de détresse (éclairante,parachute, à main, fumigène)		
1	Petit couteau portatif		
	Radio émetteur et/ou récepteur VHF et /ou cellulaire		
	Allumettes (pour stériliser ou pour allumer un feu)		