



DOSSIER SPÉCIAL

---

# 5 C LA LISTE COMPLÈTE DU MATÉRIEL RECOMMANDÉ PAR SYLVESTRE

# 5 C

## LA LISTE COMPLÈTE DU MATÉRIEL RECOMMANDÉ PAR SYLVESTRE

---

### SOMMAIRE

1er C : Le Contenant .....	4
2e C : Le Coupant .....	7
3e C : Le Couvrant .....	11
4e C : La combustion .....	16
5e C : Le Cordage .....	19
Ma Liste de matériel complète .....	22

Le bushcraft, ce n'est pas seulement bûcheronner à l'ancienne. C'est tout un art de vivre dans les bois !

Il faut pouvoir trouver de l'eau, manger, s'abriter, se réchauffer dans des conditions plus ou moins difficiles.

Passer la nuit dans le froid ou sous une pluie incessante peut rapidement s'avérer franchement désagréable si vous êtes mal équipé.

Je vous ai rassemblé dans ce dossier tout le matériel à toujours avoir avec vous lors de vos sorties dans la Nature.

La règle des 5 C permet de répartir ce matériel en 5 grandes familles pour vous en rappeler plus facilement, chacune des familles étant résumée par un mot débutant par C.

Je vous explique à quoi ils correspondent et je vous donne à la fin la liste complète du matériel que j'emporte à chaque sortie !



# 1er C : Le Contenant



La première de ces 5 familles est le **CONTENANT** : sac à dos, sacs étanches, gourdes, popotes...

## Les sacs à dos et sacoches

Un sac à dos contient la quasi-totalité de vos affaires et vous allez devoir subir le poids de ce matériel sur votre dos. Il faut donc choisir un sac adapté à votre morphologie, muni d'une sangle abdominale pour éviter qu'il se balade si vous devez sauter ou courir.

Le plus important est de choisir un sac avec la bonne contenance : vous n'allez pas prendre un sac de 70L pour une sortie de 2 jours. N'oubliez pas que le cerveau déteste le vide, si vous prenez un grand sac, vous allez vouloir le remplir inutilement.

Un sac de 45L maximum est amplement suffisant pour la majorité des sorties les plus longues, surtout s'il comporte des sangles pour accrocher du matériel en périphérie, et pour les plus courtes, entre 20 et 30L peuvent suffire.

La plupart des sacs à dos type randonnée sont maintenant équipés d'un sur-sac imperméable, si le vôtre n'en a pas vous pouvez en trouver à part facilement ou opter pour un poncho qui vous protégera vous et votre sac en même temps. Ou encore mettre vos affaires dans un simple sac poubelle.



J'ai un sac à dos classique *Tasmanian Tiger* de 45L pour le bushcraft que j'emmène quand je veux établir un camp. Il présente des panneaux en sangles MOLLE tout autour du sac pour moduler des contenants périphériques. Ce sac à dos s'ouvre à plat pour accéder au contenu facilement.

Pour des longs treks, j'ai un sac étanche de 60 litre, que je porte dans un sac à dos "harnais". C'est cet équipement que j'utilise pour mes sorties en packraft. J'ai aussi un sac à dos ultra-léger de 30L pour les petites sorties. Avec ces types de sacs à dos, vous devrez retirer toutes vos affaires pour accéder au fond.

**J'emporte en appoit, une sacoche de poitrine** indépendante du sac à dos pour avoir accès rapidement à du matériel de première nécessité comme un couteau, des cordelettes, mon kit feu...

## Les sacs de compression

Les sacs de rangement et de compression étanches protègent vos affaires de l'humidité et offrent un gain de place pour organiser vos affaires dans votre sac à dos. Le sac de compression est idéal pour ranger son sac de couchage et ses vêtements de rechange. Il ne faut pas négliger leur utilité : un sac de couchage et des sous-vêtements mouillés peuvent vous mettre en réel danger, une hypothermie arrive vite !

**Vous pouvez trouver des sacs de compression faits de 2 matières différentes:**

- PU : Polyuréthane. Un tissu étanche mais fragile qu'on ne peut pas exposer à l'extérieur.
- Le nylon ripstop est résistant à l'abrasion et évite que les accrocs s'étendent à la surface du tissu.

## Les gourdes

J'ai d'abord une gourde classique en aluminium. Vous pouvez l'utiliser pour faire chauffer de l'eau rapidement et la verser dans une gamelle. Elle est très résistante et polyvalente. En hiver, je la complète ou la remplace par un thermos, afin d'avoir toujours à disposition de l'eau chaude pour me faire un thé ou une soupe.

Vous pouvez aussi emporter une gourde souple de type poche d'eau *hydrapak* de 2 L. Elle ne prend aucune place quand elle est vide. Le tuyau à portée de la bouche vous incitera à boire régulièrement et permet d'éviter la déshydratation.

Une pochette à eau s'avère très utile pour la vie d'un groupe sur le camp. On peut y brancher un tuyau et la suspendre à un arbre pour avoir une fontaine d'eau à disposition sur le camp et s'épargner ainsi de nombreux allers-retours à la ressource en eau la plus proche.

## Filtrer l'eau

Si vous partez pour une expédition ultralégère et que vous souhaitez filtrer l'eau sans matériel, vous pouvez toujours improviser un filtre avec une chaussette et des couches de sable plus ou moins gros. La dernière couche devra être constituée du sable le plus fin. Quoi qu'il en soit, avec cette technique vous serez obligé de faire bouillir l'eau après l'avoir filtrée.

Personnellement, je privilégie l'utilisation d'un filtre *LifeStraw Flex* ou *Sawyer Mini*. Ils sont très versatiles. Utilisables comme paille, ils peuvent être branchés à un tuyau de poche à eau ou vissés au goulot d'une bouteille d'eau. Les deux filtres utilisent la technologie de l'ultrafiltration membranaire pour éliminer les micro-organismes, les virus et les polluants. Le *LifeStraw Flex* rajoute en plus un filtre à **charbon actif** pour retenir les polluants. C'est les systèmes les plus pratiques, sûrs et légers, je vous les recommande vivement !

Pour tout type de filtration, je conseille de commencer avec une préfiltration à l'aide d'un simple tissu pour éviter d'encrasser le filtre.

## La popote

La popote va vous permettre de cuisiner. Elle doit être faite d'un métal inoxydable pour résister au feu et à l'humidité. La mienne est en duralumin (un aluminium anodisé) et fait 70 cL mais vous en trouverez de toutes les contenances et formes, en acier inoxydable, titane... Je préfère qu'elle soit graduée pour mesurer les quantités et ne pas perdre inutilement de l'eau.



## 2e C : Le Coupant



Le 2e C concerne tout ce qui est **COUPANT**. Du couteau suisse à la hachette, il y a toute une série de lames qui vous permettront de préparer un feu et de monter des abris. Chaque lame aura son utilité :

- Le couteau de poche pliant pour le petit travail de précision, couper une corde...
- Le couteau à lame fixe pour le travail un peu plus gros, creuser, bâtonner pour fendre des bûches de petit diamètre ;
- La hachette, tomahawk ou très gros couteau pour fendre de plus grosses bûches ;
- La scie pour couper des branches ou des troncs.

J'aime bien avoir le coupant en périphérie de mon sac à dos. J'ai toujours mon couteau *Schnitzel* à disposition sur la bretelle. J'ai fixé ma hachette bien à plat sur les plateformes modulables de mon sac à dos et une lame de scie passée dans les sangles sur le panneau de côté, enfin, j'ai à disposition dans une poche de mon pantalon un couteau suisse et un Mora dans ma sacoche ventrale.

## Les couteaux de poche

J'ai toujours quelques petits couteaux pour le travail fin et les multi-outils comme sur le couteau suisse de *Victorinox*. J'utilise également un *Leatherman*. Ces petits outils pliants manquent de puissance et de robustesse pour les applications vraiment bushcraft mais ils sont très utiles pour tous les petits gestes du quotidien. Et puis les pliants ont des mécanismes fragiles dont il faut prendre soin parce qu'ils s'encrassent vite et risquent de se gripper. Vous devrez les regraisser une fois propre.

## Les couteaux à lame fixe

C'est l'outil bushcraft le plus versatile. Que ce soit pour le travail fin, fendre des bûchettes, récolter de la résine pour le feu, gratter un firesteel, il vous servira quasiment à tout faire !



L'épaisseur de la lame doit faire au moins 3mm pour pouvoir bâtonner sans problème et la lame doit se prolonger le plus possible dans le manche (la soie de la lame) pour assurer une plus grande solidité.

Les marques avec le meilleur rapport qualité/prix selon moi sont Morakniv (je possède un Garberg) et Schnitzel (j'ai le modèle TRI toujours à portée de main).



### **Les deux types d'acier :**

Pour les lames de vos couteaux, vous avez le choix entre un acier carbone et un acier inoxydable. Personnellement, j'utilise l'acier carbone parce que je trouve que les lames s'aiguisent plus facilement. Comme il craint la rouille, il faut bien penser à essuyer sa lame avant de la ranger et passer une couche d'huile de temps en temps. L'acier inoxydable est très pratique et ne nécessite presque pas d'entretien.

## **Les hachettes**

Pour fendre des bûches d'un diamètre plus grand que la longueur de votre lame de couteau, vous n'aurez plus le choix que d'utiliser une hachette ou un tomahawk. Ils ont une grande puissance de frappe et nécessitent donc de grandes précautions.

Pas la peine de partir avec une grosse hache de bûcheron, vous n'aurez pas besoin de très grosses bûches pour votre feu de camp, des billons de 20cm de diamètre maximum suffiront amplement

Le Tomahawk présente un manche droit et deux outils sur une même tête. D'un côté la lame pour fendre, et de l'autre, un marteau ou un pic. N'utilisez jamais votre hachette comme marteau, elle n'est pas prévue pour.

## **Les scies**

Enfin, pour couper des troncs ou des branches et en faire des tronçons à fendre, il vous faudra une scie. Elle vous permettra d'obtenir des surfaces bien droites aux extrémités des rondins, ce qui facilitera le travail pour les fendre.

Je possède également une scie pliable Kershaw. On en trouve pour un budget raisonnable au rayon jardinerie des magasins de bricolage, il s'agit d'une scie de paysagiste.

Enfin l'outil le plus ergonomique en bushcraft pour découper des billons, c'est la scie à cadre de 40 à 50 cm. J'emporte avec moi une lame de scie à bois, et je fabrique sur place un cadre à partir de bois récolté et de cordelettes. Un couteau suisse muni d'une lame de scie suffit pour fabriquer le cadre en bois. Je transporte ma lame de scie dans un étui fait à partir d'un tube en PVC prévu à l'origine pour les gainages électriques, je l'ai chauffé et aplati pour l'adapter à ma lame.



### Mon kit minimaliste

Dans une optique ultralégère, je n'emporte qu'une mini-scie *Outdoor Edge Flip'n'zip*, associée à mon mini couteau *Esee Izula* à lame fixe de 3mm d'épaisseur. C'est un kit minimaliste suffisant pour préparer du petit bois pour le feu.





## 3e C : Le Couvrant



Le **COUVRANT** regroupe tout le matériel pour s'abriter des intempéries et se protéger du froid.

Comme lorsque vous partez en randonnée sur plusieurs jours, la pratique du bushcraft demande de prêter attention au matériel qui va isoler votre corps des conditions climatiques. Si vous passez une nuit récupératrice, vous pourrez vous adonner en toute sécurité aux activités de bushcraft qui vous attendent le lendemain.

Dans cette partie, j'aborderai aussi bien les vêtements que tout l'équipement utile au bivouac et qui vous garantira de rester au chaud, au sec et protégé des nuisibles.

### La tarp

La tarp est une bâche conçue dans un tissu en silnylon, silpoly, ou encore en DCF pour un budget plus élevé, qui sont des tissus imperméables, résistants et qui ne font pas de bruit lorsqu'ils sont agités par le vent, contrairement aux grosses bâches bleues que l'on trouve en magasin de bricolage. Elle est également très légère, ne prend pas beaucoup de place et est très modulable, ce qui en fait un excellent abri principal pour le bivouac.



Le silnylon est un nylon *ripstop* imprégné de **silicone** qui permet d'éviter qu'une déchirure ne se propage à toute la bâche. Associée à des sardines et des cordelettes, la tarp peut s'installer de multiples façons : entre des arbres, maintenue uniquement par un bâton et des sardines, en hauteur pour laisser circuler l'air s'il fait chaud ou au contraire proche du sol pour protéger du vent.

La tarp peut être complétée en fonction des conditions par un sur-sac de bivouac, qui vous protégera d'avantage du froid et des intempéries, ou d'une moustiquaire.

Pour plus de compacité, vous pouvez utiliser un deux-en-un, le poncho-tarp. À la fois un abri et un vêtement contre la pluie.

Et pour vous isoler du sol, vous pouvez fabriquer vous-même votre footprint à partir de Tyvec, un matériau de construction vendu au mètre qui isole très bien du sol, est très résistant, léger et bon marché.

## Le sac de couchage

Comme je bouge beaucoup en dormant, je suis plutôt exigeant pour le couchage. Avec les années et par suite d'expériences, j'ai finalement décidé d'adopter le *quilt*, c'est un sac de couchage plus proche de la couverture que du sarcophage.



L'isolation d'un sac de couchage lui vient de sa capacité à emprisonner de l'air. Plus le pouvoir gonflant du sac est grand, plus il est isolant.

Le problème c'est qu'en étant allongé, on écrase toute la partie en contact avec le sol, qui n'est alors plus isolante. Le *quilt* se passe donc de cette partie. L'isolation du sol va donc être confiée au matelas : on en reparle plus bas.

Le *quilt* se referme autour du matelas grâce à des cordelettes, ce qui permet de bien « refermer » le tout. L'inconvénient du *quilt* c'est qu'il ne possède pas de capuche, j'utilise donc un bonnet et un tour de cou en supplément si besoin.

Avec un simple sac en soie glissé dans le sac de couchage, on peut gagner quelques degrés et plus encore avec les sacs de type *thermolite* produits par Sea to Summit.

## La garniture

La garniture du sac de couchage continue d'alimenter les débats. On peut choisir entre le duvet d'oie ou de canard et le synthétique. Ces dernières années, il y a eu énormément d'évolutions sur le domaine du synthétique, on se rapproche de la fibre naturelle au niveau compacité, poids et pouvoir isolant. Les fibres synthétiques gardent un pouvoir isolant plus efficace dans des conditions humides que le duvet. C'est pour cette raison principalement que je me suis tourné vers le synthétique.

## Le matelas pour s'isoler du sol

Le matelas gonflable maintient une couche d'air entre votre corps et le sol et assure une meilleure isolation qu'un matelas en mousse.

La marque *eXped* a mis en place une échelle de valeur notée R pour connaître le niveau d'isolation de votre matelas. Si vous partez bivouaquer en hiver, je vous recommande un matelas d'une valeur R au-dessus de 7. Autrement, un R=4 suffit pour les trois saisons et R<3 pour l'été.

## Les habits

J'utilise une veste GoreTex légère pour un usage régulier. Quand il n'y a pas de doublure intérieure dans la veste, le GoreTex s'use plus vite parce que la couche isolante va s'encrasser et la fibre sera moins respirante et moins étanche.



Dans tous les cas, une veste en GoreTex s'entretient, il faut la nettoyer et la réimperméabiliser avec des produits adéquats régulièrement, ce qui vous évitera de devoir en racheter tous les deux ans !

J'ai également un poncho pour protéger toutes les parties du corps ainsi que le sac à dos en cas de très grosses pluies. Mais le poncho peut gêner les mouvements, je ne l'utilise donc qu'en terrain dégagé.

Pour tous les habits en général, je vous conseille de fuir le coton parce qu'il prend l'humidité et sèche très mal.

La laine est un excellent matériau pour la vie en extérieure. Elle ne prend pas feu contrairement au synthétique et la laine mérinos a des propriétés de régulation de la chaleur très intéressantes et est naturellement antibactérienne, elle retient donc très peu les odeurs de transpiration.

J'ai donc un pull en laine que je porte quasiment à toutes les saisons. J'ai également des collants et t-shirt à manches longues en mérinos comme « seconde peau », que je garde au sec dans un sac de compression étanche pour les porter la nuit, ou la journée en hiver lorsqu'il fait très froid.

### **La règles des 3 couches**

Pour lutter efficacement contre le froid, pensez à la règle des 3 couches :

1. Une première couche dite seconde peau, proche du corps, respirante et qui sèche vite (j'utilise principalement du mérinos ou du synthétique) ;
2. Une deuxième couche isolante type pull en laine ou doudoune ;
3. Une troisième couche coupe-vent et imperméable type veste en goretex.

Ces 3 couches sont modulables (1+2 quand il fait froid mais qu'il ne pleut pas, 1+3 lorsqu'il fait chaud mais qu'il pleut, etc...) et vous pouvez doubler voire tripler les couches 1 et 2 si la température continue de baisser.

## Les chaussures

Par expérience, j'ai abandonné les chaussures étanches parce que l'eau finit toujours par entrer et qu'elles ne sont pas respirantes. Je privilégie des chaussures qui respirent et sèchent vite avec des chaussettes en synthétique étanches type *Sealskinz* ou *Dexshell* ou en laine en hiver.

## Le couvre-chef

On l'oublie trop souvent, mais 30 % de la chaleur du corps se dissipe par la tête. N'oubliez pas d'emmener avec vous un petit bonnet en laine pour les soirées fraîches, Je dors également très souvent avec ce bonnet sur la tête. La journée, je porte un chapeau qui me protège du soleil et sur lequel la pluie ruisselle en cas d'averse légère.

## 4e C : La combustion



Le 4e C pour **COMBUSTION** regroupe le matériel qui va vous permettre d'allumer un feu.

Le feu est au cœur de l'activité de bushcraft. Il va vous servir à cuisiner, à chauffer et à faire bouillir de l'eau, à vous réchauffer le corps. Or, lancer un feu peut s'avérer difficile, surtout par temps humide

### Les réchauds

Tout d'abord, j'emporte toujours mon réchaud à gaz, par sécurité.

Le feu de bois, même avec les bonnes techniques et l'habitude, il y a des jours où ça ne veut pas... Dans ces cas-là, un réchaud à gaz vous assure de pouvoir cuisiner et vous réchauffer dans n'importe quelle situation.





Avec un réchaud à gaz, vous dépendez des cartouches qui ne sont pas toujours universelles et peuvent se vider malencontreusement. J'emporte donc aussi un réchaud à bois alimenté avec des brindilles, des bouts de branches, pommes de pin et pives. L'inconvénient des réchauds à bois se concentre dans leur faible inertie, le foyer s'éteint vite si on ne veille pas à l'alimenter en continu.

## Créer une flamm

Pour allumer un feu, il faut toujours emporter plusieurs solutions pour parer à toute éventualité.

Ça paraît bête à dire, mais le plus simple pour allumer un feu est d'utiliser un briquet. C'est la première solution, j'emporte toujours un ou deux briquets bic.

L'inconvénient est qu'il est fragile, la pierre peut se gripper, on peut perdre le silex ou il peut se vider.

Ensuite, j'ai toujours un firesteel avec moi. C'est un alliage de métal, le ferrocérium, qui produit des étincelles lorsqu'on le gratte. Même mouillé, il produira des étincelles et vous permettra d'allumer un feu.

J'ai accroché un grattoir de secours à mon firesteel parce qu'il n'en était pas équipé à l'origine. C'est une lame de ciseaux pour enfants, mais vous pouvez aussi utiliser le dos de la lame de votre couteau à condition qu'il soit à angle droit. N'utilisez pas le tranchant, vous risqueriez de l'émousser rapidement.



## Les allume-feu

Veillez à partir avec des allume-feux naturels. J'emporte avec moi des boules de résine ainsi que de l'écorce de bouleau et un morceau de fatwood, récupérés en forêt quand j'en trouve de grosses quantités.

Les copeaux de fatwood s'allument très facilement avec les étincelles produites par le fire steel, ils vont brûler quelques secondes, suffisamment pour enflammer l'écorce de bouleau qui à son tour va enflammer la résine. Celle-ci va prolonger la flamme assez longtemps pour propager le feu aux plus gros morceaux de bois que vous aurez trouvé dans la forêt puis fendu.

On peut aussi emporter des tampons hygiéniques en ouate qui peuvent se révéler très efficaces eux aussi



## 5e C : Le Cordage



Enfin, le **CORDAGE** a de nombreuses applications comme le montage du camp, la fabrication d'objets, la sécurisation de votre matériel...

Les cordelettes sont indispensables quand vous vous aventurez en forêt. Elles servent à tendre la bâche de la tarp, à étendre du linge à faire sécher, à ligaturer des morceaux de bois pour les transporter, etc.

Il existe plusieurs types de cordelettes et chacune à son utilité.

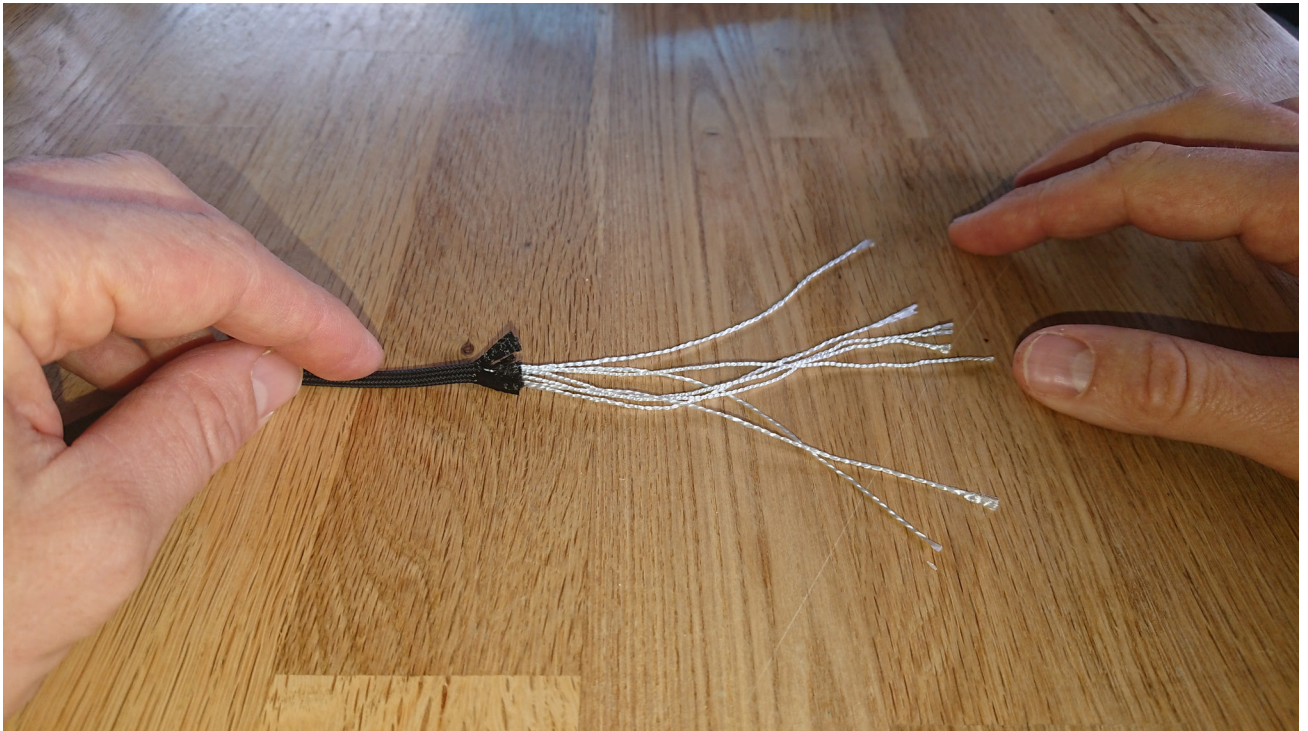
### La paracorde

C'est la cordelette de survivalisme classique, issue des suspentes de parapentes.

Elle est faite en deux parties, l'âme et la gaine. L'âme, c'est tout simplement l'intérieur d'une corde. Ici, l'âme est composée de 7 brins enveloppés dans une gaine tressée finement



La paracorde est épaisse et facile à manipuler. Vous pouvez séparer les brins intérieurs de la gaine externe en coupant un segment de la paracorde et en sortant les brins de l'âme pour faire des ligatures plus fines. Cela peut servir à faire un collet pour attraper un animal, à faire de la couture et réparer un vêtement avec l'aiguille du couteau suisse si vous n'avez pas emporté votre nécessaire à couture.



La paracorde sert aussi à envelopper la poignée nue des couteaux et se prêtera bien à l'apprentissage des nœuds.

## La cordelette en polypropylène

Sur ce type de cordelette, il n'y a que la tresse et pas l'âme.

Vous pouvez faire des épissures à partir de cette cordelette. Une épissure consiste à créer des boucles sur la corde elle-même en écartant les brins de la tresse pour plonger l'autre extrémité à l'intérieur. Les épissures ont une bien meilleure résistance à la rupture que les nœuds.

Chaque fois que vous faites un nœud sur une corde, vous diminuez sa résistance, les fibres n'étant plus alignées dans le même sens, certaines vont subir des contraintes plus fortes que d'autres et pousser la corde à la rupture. Une corde conçue pour résister à 150 kilos va perdre environ 50 % de sa résistance à la rupture quand elle présente des nœuds. Dans certains cas, une épissure pourra même augmenter la résistance de la corde.

La corde en polypropylène est moins dense que l'eau, elle flotte alors que la paracorde, une fois imbibée, coule. Légère, très bon marché, elle est parfaite pour apprendre et se créer un kit de cordage pour votre abri.

## **Le haut de gamme : la dyneema**

La dyneema c'est la corde de bushcraft pour ceux qui veulent améliorer leurs performances. Elle est conçue dans une fibre brevetée, ultra légère et 4 à 5 fois plus résistante qu'un câble en acier du même diamètre. Vous pouvez y appliquer des tensions vraiment fortes.

À partir de 6mm de diamètre, la dyneema est certes très épaisse, mais elle peut supporter plusieurs tonnes. En faisant une boucle, je peux crocheter une remorque à un véhicule ou la tendre entre deux voitures pour dépanner un usager.

Là encore, vous pouvez faire des épissures. Comme elle est très légère, à poids égal avec une bobine de paracorde, je peux emmener beaucoup plus de longueur de cordelette. Cependant, elle est beaucoup plus chère.

Vous pouvez vous en procurer sur les sites de nautique et d'équipements de bateau.

Je prépare en amont des boucles en épissure sur ma corde dyneema et j'en glisse une dizaine dans mes kits. Cela me permet de gagner du temps, d'éviter d'avoir à faire des nœuds quand j'ai les mains froides ou mouillées.

Toutes les cordes subissent des dégradations photochimiques au contact des rayons du soleil, mais leur capacité de résistance aux rayons UV varie. La cordelette en polypropylène est plus sensible au soleil tandis que la dyneema résistera bien mieux. Quant à la paracorde, la gaine protège les brins de l'âme. Dans tous les cas, évitez d'exposer vos cordelettes au soleil sur un montage fixe pendant plusieurs années. Elles se prêtent mieux au bushcraft et aux camps éphémères.

# Ma Liste de matériel complète

Voici la liste du matériel que j'emporte à chaque sortie dans des conditions de mi-saison. Je vous donne également les marques du matériel que je possède. C'est du matériel de qualité que j'utilise depuis longtemps, ça vous donne une base mais il en existe bien d'autres. Vous devrez l'adapter à votre climat, vos besoins et vos moyens.

## Le Conteant

- 1x sac à dos *Tasmanian Tiger*, 45 L avec deux pochettes externes et une trousse de secours accrochées sur le panneau MOLLE
- 3x sac de compression *Exped*, étanche et solide avec des sangles de compression et une valve pour vider l'air, idéal pour protéger les vêtements et le sac de couchage
- 1x gourde en aluminium
- 1x gourde souple ou bouteille d'eau en plastique
- 1x filtre à cartouche *Lifestraw Flex* ou *Sawyer Mini* compatible avec une gourde souple ou une bouteille en plastique
- 1x popotte en duraluminium et une tasse

## Le Coupant

- 1x couteau suisse *Victorinox* **ou** pince multifonctions *Leatherman*
- 1x petit couteau *Esee*, modèle *Izula* (épaisseur 3 mm)
- 1x gros couteau *Schnitzel TRI* **ou** *Morakniv Garberg*
- 1x hachette *Esee Gibson* **ou** gros couteau *Terävä Skrama 240* **ou** *Tomahawk* de *CRKT*
- 1x scie pliable *Kershaw*
- 1x lame de scie de 40 à 50 cm



## Le Couvrant

- 1x tarp (2 x 3 m)
- 1x footprint en *Tyvec*
- 1x *quilt* de la marque *GramXpert*.
- 1x sac à viande *thermolite* de *Sea to Summit*, s'il fait vraiment froid
- 1x matelas gonflable *d'eXped*
- 1x veste goretex **ou** poncho-tarp
- 1x pull en laine
- 1x pantalon synthétique à poches cargo
- 1x paire de chaussures respirantes
- 1x sous-pull thermique *Icebreaker*
- 2x t-shirt en laine mérinos, *Woolpower*, *Smartwool* ou *Woolpower*
- 2x paires de chaussettes synthétiques
- 1x paire de chaussettes en laine pour la nuit
- 1x collant en laine mérinos pour la nuit

## La Combustion

- 1x briquet *Bic*
- 1x fire-stee
- 1x morceau de fatwood récupéré sur un tronc
- Un peu d'écorce de bouleau et de résine
- 1x réchaud à gaz **ou** réchaud à bois pliable *Picogrill 85*

## Le Cordage

- 2m de paracorde
- 4x 3m de cordelette en polypropylène
- 10x boucles de cordelette en polypropylène préparées à la maison pour gagner du temps sur les raccords

Maintenant, gardez en tête que vous n'avez pas besoin d'avoir tout et de tout acheter ! Faites d'abord avec ce que vous avez déjà sous la main. Partez dans la forêt quelques heures avec le minimum vital pour voir ce qui vous plaît et ce dont vous manquez pour les prochaines fois.

Voici une idée de kit minimaliste que vous pouvez emporter lors d'une petite randonnée :

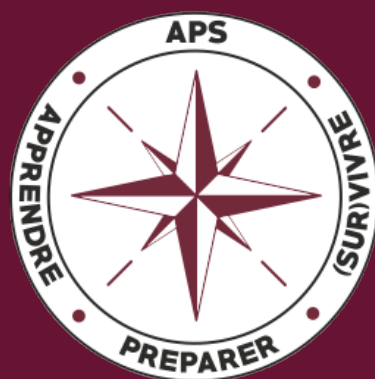
- Contenant : un petit sac à dos de 20L et une pochette étanche pour vos clefs, téléphone, papiers.
- Coupant : un couteau de poche (*Opinel*, couteau suisse) et un couteau à lame fixe (*Mora* ou même un petit type *ESEE Izula*)
- Couvrant : de bonnes chaussures de marche, un pull et une veste imperméable
- Combustion : un firesteel et un petit sachet ziplock avec de la ouate ou de l'écorce de bouleau et de la résine
- Cordage : 2x 3m de cordelette en polypropylène

Avec ça vous pouvez déjà vous amuser et tenter de faire votre premier feu.

Allez dehors et essayez !

Sylvestre





**Apprendre Préparer (Sur)vivre - Dossier spécial**  
**LA LISTE COMPLÈTE DU MATÉRIEL RECOMMANDÉ PAR SYLVESTRE**

Directeur de la publication : Antoine Ledu

Responsable de la rédaction et rédacteur en chef : Sylvestre Grünwald

Crédits photos : APS Formations

Société éditrice : APS Formations SA