

PROGRAMME DU STAGE « 7ÈME COMPAGNIE »

Accueil au camp de base à 14h

Présentation du programme :

- Débriefing consignes de sécurité et réglementation en forêt domaniale
- Les 7 grands principes de base de survie
- Briefing sur les techniques de survie : Comment s'orienter en montagne ; Comment installer un campement ; Comment se protéger de la nature ; Comment faire du feu, filtrer l'eau, se nourrir ; Comment faire face à une situation imprévue, Comment prodiguer des gestes de 1^{er} secours seul ou en groupe ; Comment communiquer ; Comment se protéger mutuellement ; etc.

Connaître les bases et les priorités en survie

- ★ Faire face aux imprévus de la nature
- ★ Prodiguer des gestes de premiers secours
- ★ Prendre en compte une hygiène efficace et nécessaire
- ★ Maîtriser carte et boussole
- ★ Construire un abri avec ses techniques
- ★ Savoir communiquer
- ★ Assurer ses besoins vitaux (eau, nourriture)
 - Faire un feu efficace
 - Filtrer et purifier l'eau
 - Préparer son repas

Dans l'action, il vous faudra aussi :

- ★ Gérer le stress et ses effets
- ★ Préparer le biberon de la vedette du jour
- ★ Border un lit de branches
- ★ Se confondre au petit poucet
- ★ Trouver Qui est Qui ?
- ★ Savoir donner de la voix
- ★ Etre adroit (ou maladroit)
- ★ Etc...

Préparation du matériel avant départ

- Remise des cartes, des boussoles, des Road books
- Vérification des sacs (matériels obligatoires)

Départ dans l'après-midi pour se confronter au Road book.



SOIRÉE : Installation du campement, préparation du repas, organisation de la nuitée, découvertes d'imprévus, activités ludiques...

MATIN : Démontage/Nettoyage du camp

RETOUR CAMP de BASE :

- Déjeuner en commun
 - Clôture du stage en milieu d'après-midi. (Vers 16h30 à J+1, J+2 ou J+3)
-

DURÉE :

- ❖ 24 heures (1 nuit en bivouac),

Début du stage : 15H à J

Fin du stage : 16h30 à J+1