

Contenu du sac à dos

Annuaire des marées (Granville/ St Malo) de l'année en cours	
Carte de carroyage	
Bouteille d'eau	
Corde flottante d'une longueur de 15 mètres minimum	
Boussole (type Sylva , recta.....)	
GPS	
Montre	
Couteau	
Lampe étanche	
Dispositif sonore -sifflet ou corne de brume-	
Téléphone portable et/ou VHF	
Trousse de secours avec le contenu ci-dessous :	
Matériel en cas d'hypoglycémie - hypothermie	
1 paire de ciseau	
5 chlorexidine (antiseptique cutané plaie légère)	
5 paquets de compresses stériles	
2 bandes de 5 cm	
2 bandes de 10 cm	
1 bande Cohéban (étanche pour maintien d'un pansement)	
1 rouleau de sparadrap	
1 coussin hémostatique d'urgence Thuasne (CHUT) pour hémorragie veineuse	
2 pansements absorbants	
5 dosettes d'eau stérile (nettoyage oculaire)	
5 couvertures de survie	
1 pocket masque (insufflation - bouche à bouche)	
3 à 4 paires de gants latex	
1 pince à échardes	