



Bivouac en Pleine Nature

*Le temps d'un week-end, oubliez qui vous êtes et d'où vous venez;
Remontons le temps et réapprenons à vivre*



Nous vous proposons de vous déconnecter, le temps d'un week-end, de votre quotidien, de vos préoccupations personnelles, professionnelles en vous immergeant dans la vie en pleine nature.

Avant de partir, nous nous retrouverons pour prendre le temps de faire vos sacs, nous aborderons les principes de bases. En chemin, nous nous imprègnerons de ce qui entoure et qui peut nous servir dans la nature. Une fois arrivé à notre camp, nous confectionnerons notre feu en abordant plusieurs techniques d'allumage, puis nous montrons notre bivouac. Nous prendrons le temps de vivre notre vie de camp et nous partagerons notre soirée au coin d'un feu de camp si les conditions le permettent.

Durant le bivouac, plusieurs thématiques (suivant les envies du groupe) seront abordées : Trouver et purifier de l'eau/ Fonds de sacs et gestes de premiers secours/ Orientation/ Cordes et noeuds...

Le but de ce week-end est de prendre le temps de vivre simplement, au rythme de la nature, de partager une vie de camp et d'apprécier le moment présent en lâchant prise.

Les points forts du week-end :

- Un encadrement par un professionnel diplômé d'Etat, passionné par la vie en pleine nature, le bushcraft, la survie et la vie paléolithique
- Apprendre à lâcher prise et à être attentif à l'environnement naturel, à ses ressources
- Apprendre à reconnaître les traces d'animaux sauvages
- Apprendre à monter un bivouac
- Apprendre à reconnaître les plantes sauvages et les arbres.
- Apprendre à se débrouiller en pleine nature: travail du bois/ Fabrication d'objets primitifs
- Apprendre à allumer, transporter et gérer un feu
- Petit groupe pour un impact réduit sur le milieu et favoriser des conditions d'apprentissage idéales
- Un équipement de qualité afin d'assurer le confort nécessaire (Nuit à la belle étoile possible)

Informations pratiques :

Date : De mai à Octobre. Dates sur notre page Facebook

Durée : Du samedi 13h30 au dimanche 11h

Effectif : Maximum 8 personnes (Départ assuré à partir de 5 participants)

Public : Week-end "tout public" (A partir de 10 ans)

Repas : Repas du samedi soir et petit déjeuner pris en compte

(Produit frais biologique ou local)

Transport: Pensez au covoiturage

(Faites nous savoir si vous êtes intéressés afin de vous mettre en relation)

Prix : 220 euros par personne (+ 15 euros de frais de dossier)

« Réalisé en partenariat avec Amarok l'esprit nature » (Immatriculation Atout France IM 038190009)



Préparation physique :

Les randonnées se feront en terrain montagnard, accessibles. Nous avons pour but la découverte du milieu et le partage des connaissances. Ainsi, nous nous baladerons en prenant le temps de découvrir ce qui nous entoure.

Nous aurons tous un sac à dos à porter qui comprendra vos affaires personnelles

Le week-end ne demande aucune condition physique particulière, cependant il est nécessaire d'être prêt moralement à ce genre d'expérience du fait du climat et du temps passé en extérieur. En cas de doute, n'hésitez pas à nous contacter.

Matériel à prévoir (non fourni) :

- Vêtements chauds et imperméables à adapter suivant la saison.
- Sous-vêtements thermiques. (Si possible pas de coton)
- Bonnet/ 1 paire de gants
- 2 paires de chaussettes dont 1 paire chaudes
- Pantalon long (Afin de se protéger des tiques).
- Chaussures de marche montante
- Lunettes de soleil
- Lampe frontale avec piles de rechanges.
- Couteau à lame fixe ou avec sécurité pour bricolage.

Nous serons en pleine nature où les amplitudes thermiques varient énormément entre le jour et la nuit et où la météo peut rapidement évoluer. Il est important de posséder le matériel personnel nécessaire. (En cas de doute, n'hésitez pas à nous contacter)

Matériel que nous fournissons pour le week-end:

- Tapis de sol
- Sac de couchage grand froid avec sac à viande thermolight
- Sursac pour le bivouac - Oreiller gonflable
- Couvert/ bol/assiette/ tasse/ verre (En inox)

Matériel que nous pouvons prêter pour le week-end sur demande:

- Gourde 1L (En inox)
- Bâtons de randonnée
- Sac à dos de 60 litres et/ou 35 litres pour enfant
- Housse étanche de 25 litres pour vos affaires

Pour plus de renseignements, contactez-nous au 06.40.64.50.65

Page Facebook: www.facebook.com/viepleinenature

Site internet: <https://lappeldelanature.com>

