



Marche jacquaire du 06 juillet au 11 juillet

La foi en chemin au cœur du limousin

Pour la marche :

Des chaussures adaptées à la marche de randonnée, une tenue pour être à l'aise, et un petit sac à dos

Dans mon petit sac à dos pour la journée, il y a ...	Pour le Bivouac, dans mon sac, il y a ...
<ul style="list-style-type: none">• 1 polaire, 1 coupe-vent avec capuche• Une gourde ou poche à eau (minimum 1 litre)• Des en-cas pour la journée• De quoi écrire• Un peu d'argent de poche, ses papiers (carte d'identité, carte vitale)• Sa petite infirmerie /pansements/ masques / gel• Un couteau• Un sac poubelle / mouchoirs• Chapeau casquette• Crème solaire• Lunette de soleil	<ul style="list-style-type: none">• Un duvet• un tapis de sol• Oreiller et taie d'oreiller• Des affaires de toilettes,• Une serviette de toilette et une paire de tongs en plastique pour la douche• 3 paires de chaussettes• 3 hauts : 2 T-shirt courts et 1 T-shirt manches longues,• 3 bas : bermuda ou shorts• 1 pyjama. Chaussettes pour la nuit• 1 tenue plus 'décontract' pour le soir• Une gamelle (bol, verre, assiette fourchette, cuillère)• Un torchon pour essuyer sa vaisselle• Une lampe de poche

ATTENTION : Le sac du bivouac sera transporté dans les mini-bus. Il est indispensable de mettre une étiquette solide avec votre nom, prénom et numéro de portable.

*La marche jacquaire est aussi l'occasion de découvrir/pratiquer une sobriété heureuse (des repas sobres, un hébergement simple, voir rustique et **un sac à dos rempli uniquement de l'essentiel**)*

Au plaisir de marcher ensemble au cœur du limousin

