



# PROMENADE DANS LA NATURE

Faites des découvertes, apprenez des choses passionnantes et amusez-vous dans la nature comme jamais auparavant ! Que vous soyez dans votre cour, dans un parc ou au fond des bois, cette liste conviendra parfaitement à votre prochaine aventure. Si vous planifiez une sortie en plein air, il est toujours préférable de bien se préparer. Et si jamais vous êtes accompagné de votre chien, n'oubliez pas d'apporter des sacs! Soyez prudent et laissez aller votre curiosité ! Voici quelques articles dont vous pourriez avoir besoin :



Collations



Eau



Chapeau et gants



Chaussettes et lunettes de soleil



Vêtements de rechange



Manteau



Imperméable



Chaussures confortables



Crème solaire et baume à lèvres avec facteur de protection solaire (FPS) approprié



Insectifuge ou moustiquaire



Désinfectant/lingettes



Trousse de premiers soins



Laisse pour chien et sacs pour chien



Jumelles



Carte de sentiers



Journal de randonnée