

BIVOUAC : DE LA THÉORIE À LA PRATIQUE

Descriptif	Êtes-vous prêt-e à passer 36 heures dehors par tous les temps? Durant ce week-end, nous apprendrons les bases légales, la planification et quelques considérations théoriques sur le bivouac avant de partir nous installer sur le terrain, cuisiner un repas à base de plantes sauvages au feu de bois et nous endormir à l'écoute de la forêt
Date	Samedi 2 et dimanche 3 mai 2026
Durée	1 jour et demi
Formateur	Mathieu Hänni, CFC de forestier-bûcheron, Bachelor of Arts enseignement primaire, accompagnateur en montagne avec brevet fédéral
Horaire et Lieu	8h15 Rendez-vous à la gare de Rolle (VD), samedi 2 mai 13h15 Retour à la gare de Rolle (VD), dimanche 3 mai
Objectifs	Apprendre les bases légales de la pratique du bivouac Apprendre les éléments théoriques à garder en tête lors de la planification d'un bivouac Apprendre à monter concrètement un bivouac en découvrant notamment différentes techniques de pliage de tarp, les nœuds spécifiques, etc. Apprendre les pratiques respectueuses de la faune, la flore et l'environnement lors d'un bivouac (feu, vaisselle, petite et grosse commission...) Apprendre une ou deux recettes simples pour cuisiner les plantes sauvages au feu de bois
Matériel	Chaussures montantes, dotées d'un bon profil Veste imperméable et coupe-vent Deux couches chaudes dans le sac Chapeau ou casquette, bonnet, gants et tour de cou Lunettes de soleil et crème solaire Répulsif contre les tiques et les moustiques Pique-nique pour le repas de samedi midi De quoi agrémenter le repas du samedi soir Déjeuner pour le dimanche matin Au minimum 1,5 litres de boisson par personne Médicaments personnels Tarp carré de 3X3m Huit sardines 6m de cordelette de 3mm 4 x 2,5m de cordelette de 3mm Une sangle et un mousqueton Sac de couchage trois saisons Sac de bivouac étanche Matelas Lampe frontale Couteau de poche Gants de travail, idéalement en cuir

	<p>Gobelet, assiette, cuillère, petite planchette à découper</p> <p>Brosse à dent et dentifrice</p> <p>Habits de rechange pour la nuit</p> <p>Si déjà en possession : réchaud à gaz et casserole</p> <p>Eventuellement hachette et/ou petite scie pliante</p> <p>En cas de pluie : Pantalon de pluie et éventuellement parapluie</p>
Prérequis	<p>Être prêt-e à passer 36 heures dehors par tous les temps</p> <p>Profil de la journée maximum 4km et 200m de dénivelé en T2</p>
Préparation	Aucune
Nombre de participants	Minimum 4
Prix	<p>300.- CHF</p> <p>200.- CHF pour les «membres en formations» et les «membres aspirant-e-s» de l'ASAM, sur justificatif</p>
Validation ASAM	Connaissances générales
Inscription	info@horizons-nature.ch