



**Camp Quatre Saisons**  
1192, ch. du Lac Caché  
La Macaza, Québec, J0T 1R0  
Tél : 450.435.5341  
Tél : 819.686.2123  
[info@campqs.org](mailto:info@campqs.org) / [www.campqs.org](http://www.campqs.org)

## GUIDE DE PRÉPARATION DU MATÉRIEL

Chers parents,

Ci-joint les listes des effets à apporter pour un séjour au camp. Ce document contient aussi des informations importantes et utiles pour bien préparer les bagages.

### Vêtements :

Le climat de l'été au camp se résume en quelques mots : beaucoup de soleil, ennuagé par moment avec probabilité de précipitations. Les températures estivales varient de très chaudes à fraîches. Prévoir des vêtements en conséquence.

- Laveuse et sècheuse sont disponibles en cas d'urgence seulement (\$)
- Les couleurs pâles attirent moins les moustiques
- Les vêtements longs réduisent les piqûres
- Le polar et la laine gardent la chaleur même lorsqu'ils sont mouillés et sèchent rapidement (matériaux synthétiques de préférence).

### Matériel :

Si votre enfant a une expédition pédestre dans son séjour, vous devez fournir un sac à dos d'expédition pour votre enfant. La grandeur de celui-ci doit, au minimum, contenir un sac de couchage et des vêtements pour quelques jours (voir la quantité de litres recommandés dans la liste). Le sac à dos doit, autant que possible, être conçu pour l'expédition. Il devrait être muni de bretelles confortables, solides et dans la mesure du possible correspondre à sa taille. Par mesure préventive, le poids total du sac à dos ne devrait pas excéder 20% du poids de l'enfant.

- Le CQS fournit : tentes, lits, matelas au camp, VFI, avirons et tout le matériel de plein air requis pour les activités au programme.

### Article à ne pas apporter au camp :

- Objets de grande valeur, montre, bijoux, etc.
- Tout appareil électrique.
- Collations sauf lorsque c'est indiqué (Voir la liste correspondante au groupe d'âge).
- Couteaux et canifs.

### Correspondance :

- **Par la poste** : Nous vous suggérons de faire parvenir vos lettres dès les premiers jours de camp ou de nous remettre vos lettres à votre arrivée afin d'éviter les délais postaux. L'envoi de lettre par poste prioritaire ne sont pas reçus directement au camp, il faut calculer un délai supplémentaire. À NOTER : les lettres qui seront reçues après le séjour de votre enfant ne vous seront pas retournées, elles seront jetées tout simplement. (Adresse du camp en haut de la page).
- **Par Courriel**: ([chefanimation@campqs.org](mailto:chefanimation@campqs.org)) Nous sommes en mesure d'imprimer et de distribuer au moment jugé opportun des lettres à vos enfants. Dû au grand volume de courriel reçu, nous vous demandons votre collaboration **en limitant vos messages à 1 par semaine, par enfant, svp!**
- Les enfants n'ont pas accès aux ordinateurs mais ils sont autorisés à correspondre pas la poste seulement. Veuillez prévoir le matériel nécessaire (enveloppe pré-adressé, feuilles et timbre.)

**\*\*Arrivée le dimanche à 18h30 et départ le vendredi à 13h\*\***

Votre enfant doit avoir soupé avant son arrivée le dimanche soir. À noter qu'un buffet collation sera servi avant le coucher.



## Liste de matériel pour les Découvreurs (8-10 ans, 6 jours)

### **Linge de jour**

- 5 sous-vêtements, 5 paires de bas (dont 2 en laine)
- 3 chandails manches courtes
- 2 shorts
- Imperméable (Haut et bas)
- Espadrilles ou souliers de course
- Casquette ou chapeau
- Maillot de bain de sport
- Vieux souliers ou souliers d'eau pour les activités aquatiques (Tenues par le talon)

### **Linge de soir**

- 2 chandails chauds à manches longues
- 1 ou 2 pantalons à séchage rapide
- Pyjama

### **Hygiène et accessoires**

- Brosse à dents et dentifrice
- Shampoing, peigne/brosse
- Savon biodégradable
- Crème solaire biodégradable résistante à l'eau
- Insecticide en crème (prévoir des produits pour 12 ans et moins)
- 2 serviettes (une plage, une douche)
- Lampe de poche portative ou frontale (batteries supplémentaires)
- Lunettes de rechange si l'enfant porte des verres (prévoir des cordes pour attacher les lunettes)
- Sacs poubelle en plastique (4)
- Trousse d'hygiène féminine au besoin

### **Matériel d'expédition**

- Sac de couchage léger et compact dans une pochette de transport
- Gamelle (Assiette et bol en plastique avec ustensiles de camping)
- 1 gourde de 1 litre minimum
- Tapis de sol (De type mousse bleu ou gonflable)
- Le camp fournit un baril de 60L pour 2 campeurs

### **Facultatif**

- Sacs étanches ou grands sacs Ziploc
- Sac de linge sale
- Oreiller
- Drap contour pour les nuits au camp
- Filet de tête pour insectes (si séjour en juin)
- Bottes de pluie
- Lunettes de soleil (avec attaches)



## Liste de matériel pour les Découvreurs (8-10 ans, 13 jours)

### **Linge de jour**

- 12 sous-vêtements, 12 paires de bas (dont 2 en laine)
- 5 chandails manches courtes
- 4 shorts ou pantalons
- Imperméable (Haut et bas)
- Espadrilles ou souliers de course
- Casquette ou chapeau
- Maillot de bain de sport
- Vieux souliers ou souliers d'eau pour les activités aquatiques (tenues par le talon)

### **Linge de soir**

- 3 chandails chauds à manches longues
- Veste en polar
- 2 ou 3 pantalons à séchage rapide
- Pyjama

### **Hygiène et accessoires**

- Brosse à dents et dentifrice
- Shampoing
- Peigne et/ou brosse
- Savon biodégradable
- Crème solaire biodégradable résistante à l'eau
- Insecticide en crème (prévoir des produits pour 12 ans et moins)
- 2 serviettes (Une plage, une douche)
- Lampe frontale (batteries supplémentaires)
- Lunettes de rechange si l'enfant porte des verres (prévoir des cordes pour attacher les lunettes)
- Sacs poubelle en plastique (4)
- Trousse d'hygiène féminine au besoin

### **Matériel d'expédition**

- Sac de couchage léger et compact dans une pochette de transport
- Gamelle (assiette et bol en plastique avec ustensiles de camping)
- 1 gourde de 1 litre minimum
- Sac à dos d'expédition ± 30 litres
- Tapis de sol (de type mousse bleu ou gonflable)
- Le camp fournit un baril de 60L pour 2 campeurs

### **Facultatif**

- Sacs étanches ou grands sacs Ziploc
- Sac de linge sale
- Oreiller
- Drap contour pour les nuits au camp
- Filet de tête pour insectes (si séjour en juin)
- Bottes de pluie
- Lunettes de soleil (avec attaches)



## Liste de matériel pour les Trappeurs (11-14 ans, 13 jours)

### **Linge de jour**

- 12 sous-vêtements, 12 paires de bas (dont 2 en laine)
- 5 chandails manches courtes
- 4 shorts ou pantalons
- Imperméable (Haut et bas)
- Espadrilles ou souliers de course
- Casquette ou chapeau
- Maillot de bain de sport
- Vieux souliers ou souliers d'eau pour les activités aquatiques (tenues par le talon)

### **Linge de soir**

- 3 chandails chauds à manches longues
- Veste en polar
- 2 ou 3 pantalons à séchage rapide
- Tuque et gants (Pour les séjours en début et en fin d'été)
- Pyjama

### **Hygiène et accessoires**

- Brosse à dents et dentifrice
- Shampoing
- Peigne et/ou brosse
- Savon biodégradable
- Crème solaire biodégradable résistante à l'eau
- Insecticide en crème (prévoir des produits pour 12 ans et moins)
- 2 serviettes (Une plage, une douche)
- Lampe frontale (batteries supplémentaires)
- Lunettes de rechange si l'enfant porte des verres (prévoir des cordes pour attacher les lunettes)
- Sacs poubelle en plastique (4)
- Trousse d'hygiène féminine au besoin

### **Matériel d'expédition**

- Sac de couchage léger et compact dans une pochette de transport ou un sac de compression
- Gamelle (assiette et bol en plastique avec ustensiles de camping)
- 1 gourde de 1 litre minimum
- Sac à dos d'expédition ± 50 litres
- Tapis de sol (de type mousse bleu ou gonflable)
- Le camp fournit un baril de 60L pour 2 campeurs

### **Facultatif**

- Sacs étanches ou grands sacs Ziploc
- Sac de linge sale
- Oreiller
- Drap contour pour les nuits au camp
- Filet de tête pour insectes (si séjour en juin)
- Bottes de pluie
- Lunettes de soleil (avec attaches)
- Sandales (tenues par talon)



## Liste de matériel pour les OA (14-16 ans, 13 jours)

### Linge de jour

- 12 sous-vêtements, 12 paires de bas (dont 2 en laine)
- 6 chandails (Longs et courts, éviter le coton)
- 4 shorts ou pantalons
- Imperméable (Haut et bas)
- Espadrilles ou souliers de course
- Casquette ou chapeau
- Maillot de bain de sport
- Vieux souliers ou souliers d'eau pour les activités aquatiques (tenues par le talon)

### Linge de soir

- 3 chandails chauds à manches longues
- Veste en polar
- 2 ou 3 pantalons à séchage rapide
- Tuque et gants
- Cache-cou ou tube (De type Buff)
- Souliers de soirs (Crocs ou souliers légers)
- Pyjama

### Hygiène et accessoires

- Brosse à dents et dentifrice
- Shampoing
- Peigne et/ou brosse
- Savon biodégradable
- Crème solaire biodégradable résistante à l'eau
- Insecticide en crème
- 2 serviettes (Une plage, une douche)
- Lampe frontale (batteries supplémentaires)
- Lunettes de rechange si l'enfant porte des verres (prévoir des cordes pour attacher les lunettes)
- Sacs poubelle en plastique (4)
- Petite trousse de soins personnels (Pansements, after-bite, polysporin, etc)
- Trousse d'hygiène féminine au besoin

### Matériel d'expédition

- Sac de couchage léger et compact dans un sac de compression
- Gamelle (assiette et bol en plastique avec ustensiles de camping)
- 1 gourde de 1 litre minimum
- Tapis de sol (Gonflable)

### Expéditions canot

- Sifflet nautique sans bille (Style Fox 40)
- Sacs étanches 10 ou 20L
- VFI (facultatif)
- Le camp fournit un baril de 60L pour 2 campeurs

### Expéditions randonnée

- Bottes de randonnée (Ayant déjà été portées)
- Sac à dos (60-70L)
- Protège-sac imperméable et/ou liner de sac à dos imperméable.

### Facultatif

- Sac de linge sale
- Oreiller
- Drap contour pour les nuits au camp
- Filet de tête pour insectes
- Collations nutritives supplémentaires sans arachides et noix (Pour l'expédition seulement)
- Lunettes de soleil (avec attaches)
- Petit calepin et crayon
- Appareil photo (Imperméable pour le canot)
- Canif



## Liste de matériel pour les séjours CDB et GE (15-17 ans, 27 jours)

### Linge de jour

- 12 sous-vêtements, 12 paires de bas (dont 6 en laine)
- 6 chandails (Longs et courts, éviter le coton)
- 4 shorts ou pantalons
- Imperméable (Haut et bas)
- Espadrilles ou souliers de course
- Casquette ou chapeau
- Maillot de bain de sport
- Vieux souliers ou souliers d'eau pour les activités aquatiques (tenues par le talon)

### Linge de soir

- 3 chandails chauds à manches longues
- 2 veste en polar ou isolée
- 2 ou 3 pantalons à séchage rapide
- Tuque et gants
- Cache-cou ou tube (De type Buff)
- Souliers de soirs (Crocs ou souliers légers)
- Pyjama

### Hygiène et accessoires

- Brosse à dents et dentifrice
- Lingettes personnelles (Éviter les lingettes à l'alcool)
- Shampoing
- Peigne et/ou brosse
- Savon biodégradable
- Crème solaire biodégradable résistante à l'eau
- Insecticide en crème (prévoir des produits pour 12 ans et moins)
- 1 serviette compacte
- Lampe frontale (batteries supplémentaires)
- Lunettes de rechange si l'enfant porte des verres (prévoir des cordes pour attacher les lunettes)
- Sacs poubelle en plastique (4)
- Petite trousse de soins personnels (Pansements, after-bite, polysporin, etc)
- Lunettes de soleil (avec attaches)
- Trousse d'hygiène féminine au besoin

### Matériel d'expédition

- Sac de couchage léger et compact dans un sac de compression
- Gamelle (assiette et bol en plastique avec ustensiles de camping)
- 2 gourdes de 1 litre minimum
- Canif
- Tapis de sol (Gonflable)

### Expéditions canot et Coureurs des bois

- Sifflet nautique sans bille (Style Fox 40)
- Sacs étanches 10 ou 20L
- VFI (facultatif)
- Le camp fournit un baril de 60L pour 2 campeurs

### Expédition randonnée et Coureurs des bois

- Bottes de randonnée (Ayant déjà été portées)
- Sac à dos (70-80L)
- Bâtons de randonnée
- Protège-sac imperméable et/ou liner de sac à dos imperméable.

### Facultatif

- Oreiller / Sac de linge sale
- Drap contour pour les nuits au camp
- Filet de tête pour insectes
- Collations nutritives supplémentaires sans arachides et noix (Pour l'expédition seulement)
- Petit calepin et crayon
- Appareil photo (Imperméable pour le canot)
- Un peu d'argent de poche