La checklist « fond de sellette »

Objet	Pilote concerné
☐ Téléphone + batterie externe + câble	Tous
☐ Couverture de survie	Tous
☐ Sifflet	Tous
☐ Cordelette de sauvetage (ex : 40 m Dyneema léger)	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ Kit hélico (longe + mousqueton)	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ Pod + poignée de secours de rechange (voyage, stage)	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ Coupe-suspente	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ 2 ou 3 suspentes de rechange	Vol rando
☐ Trousse de secours	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ Radio + chargeur + accus	Vol rando / Cross / Vol bivouac
☐ Miroir réfléchissant (CD)	Vol rando / Cross / Vol bivouac
☐ Poche à eau 2 L min.	Vol rando / Cross / Vol bivouac
☐ Frontale	Tous
☐ Kit réparation (ripstop + suspentes 3 diam. + petite paire de ciseaux)	Vol rando / Cross / Vol bivouac / Paralpinisme
☐ Barres de céréales (2–3)	Tous
☐ Briquet	Vol bivouac
☐ Objets fétiches	Optionnel mais tellement réconfortant !
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Notes explicatives

Kit hélico : longe d'environ 1 m et mousqueton permettant de se sécuriser sur un arbre ou un point fixe lors d'un posé délicat ou d'un hélitreuillage.
Trousse de secours : pansements, compressifs, bandelettes, désinfectant, gants stériles… pour traiter plaies, entorses, saignements légers, immobilisation de fortune.
Corde de sauvetage : suspente ou cordelette très fine permettant de faire monter une corde ou du matériel quand on est coincé en hauteur (arbre).
Coupe-suspente : indispensable en cas de suspente ou de sangle coincée, sangle dangereusement serrée sur un membre ou enlacement dans les branches.
Couverture de survie : simple ou modèle "sac bivy" réutilisable, pour limiter l'hypothermie en attente de secours.
Sifflet / miroir / signal lumineux : très utiles pour être localisé en forêt ou en brouillard.
Frontale : essentielle si on doit descendre à pied et que la nuit arrive.