CLUB VOSGIEN
VILLAGE-NEUF

# LA TROUSSE DE SECOURS

Vous trouverez, sur la page suivante, la liste du matériel recommandé pour une trousse de premiers secours.

En complément, nous vous conseillons de prévoir également quelques produits comme du gel hydroalcoolique, des mouchoirs en papier, du papier hygiénique, un couteau multifonctions, ...

N'oubliez pas de remplacer le matériel utilisé !

Et bonne randonnée en espérant ne pas en avoir besoin !

L'équipe du Club Vosgien

**Et les numéros d'urgence :**



## Liste recommandée mais non exhaustive

- Une paire de gants jetables
- Une paire de ciseaux
- Une pincette
- Des épingles à nourrice
- Un tire-tique
- Une couverture de survie
- Des compresses stériles sous sachet
- Des compresses désinfectantes sous sachet *
- Des bandes de gaze
- Une écharpe de soutien
- Un garrot
- Du savon
- Un rouleau de sparadrap *
- Des pansements de différentes tailles *
- Un briquet *
- Un sifflet (à mettre à portée de main)
- Du sérum physiologique (solution nasale et ophtalmique) *
- Quelques morceaux de sucre emballés
- Petits sacs poubelle (pour mettre le matériel utilisé)

* vérifier régulièrement leur efficacité et/ou la date de validité

Novembre 2025