

# Besoins des marcheurs-se-s...

**ALIMENTS:** lait, céréales/muesli, fruits secs, chocolat en poudre, café, infusions, soupe en sachets, sucre, miel, fructose, édulcorants, sel et poivre, fruits, jus de fruits, riz/pâtes, pommes de terre, oignons, ail, huile/vinaigre/épices. Conserves: tomate/tout type de conserves. Crudités: salade, carottes, maïs... Légumes. **PAIN.** charcuterie/fromage/viande/poisson/oeufs... Tout type de boissons. Sauces. Bouillon cube. Soja.

**ELEMENTS DE CUISINE:** Des bruleurs et du gaz; marmites et grandes poêles; Ustensiles de cuisine: écumoire, louche... Assiettes, verres, couverts en plastique dur. Matériel pour nettoyer: balais, chiffons laveurs, torchons, détergent, lessive, gants de cuisine, etc...

**COMMUNICATION:** Téléphones-clés internet français, modem 3G, imprimante, ordinateurs, carte routière, dictionnaire espagnol/français, mégaphone, équipement sono, rétroprojecteur, draps blancs, sources d'énergie (générateur, dynamo), MP3/REC.

**AUTRES:** Gilets fluorescents, essence, véhicule qui puisse gérer l'essence, bidons pour l'essence, grande fougoulette qui se joigne à la Marche. Dentifrice (?), savon (si possible biodégradable), crèmes de protection solaire, spray anti-moustiques, soins de toutes sortes pour les pieds (pansements pour ampoules, talc, etc)  
**TAGS:** Bombes de peinture, carnets, stylos, papier cartonné, ciseaux... - Vêtements de toutes sortes, tentes, lampes.