

<https://quebecnature.info/Comment-se-vetir-en-foret-Comment-vivent-les.html>



Comment se vêtir en forêt ?

Comment vivent les...

- Aventures en Guyane - Le matériel du broussard -



Date de mise en ligne : jeudi 12 juillet 2018

Copyright © Nature Québec - Tous droits réservés

Sommaire

- [Comment se vêtir en forêt \(...\)](#)
- [Le jour à pied en forêt \(...\)](#)
- [En bateau](#)
- [Au bivouac](#)
- [Tenue de navigation](#)

Comment se vêtir en forêt ?

Comment vivent les habitants originels de la jungle, les Indiens ?

Presque nu, avec un pagne. Ils s'enduisent le corps d'une substance qui les protège des insectes, du soleil, c'est leur seul vêtement. Et ils se meuvent avec aisance en forêt pied nus !!!

Hélas, nous avons perdu leur simplicité et nous avons les pieds tendres. Pour tout un tas de raisons nous préférons nous vêtir, raisons dues au climat, aux pressions sociales, à la fragilité de notre épiderme toujours enfermé dans des vêtements...

Nous adapterons donc notre vie en forêt à notre culture et à notre physiologie plus délicate. Mais rien n'est perdu. Je voyais sur France O, un Ami, guide de jungle qui se déplaçait en forêt seulement vêtu d'un collier et d'un caleçon ! Et il y était parfaitement à l'aise... j'y ai moi-même vécu 10 ans de manière très simple et sans vêtements aussi coûteux qu'inutiles... souvent nu ou en caleçon

Pour un amateur de forêt, qui se déplace à pied, sac au dos ou en canoë, à la force de ses muscles, chaque kilo inutile représente autant de choses indispensables, comme de la nourriture en moins...

Choisissons donc du léger, du peu coûteux et du fonctionnel.

Voyons les différentes situations :

Le jour à pied en forêt :

Tenue légère : Presque tout le temps, je mets une chemisette coton. On trouve des chemisettes en coton biologique, manche courte ou manche longue, robuste. Une culotte courte ou un caleçon complète l'équipement, je n'utilise le pantalon que dans les cas difficiles (herbes coupantes, insectes...). L'avantage d'une tenue légère de style culotte courte / chemisette est que c'est vite sec, léger à transporter. C'est appréciable lorsque l'on doit se mouiller souvent. Pour les chaussures, des chaussures de sport de qualité ou de style pataugas suffisent pour les marches en forêt facile. Choisir de la qualité car avec l'humidité, elles peuvent lâcher très vite...

Tenue d'expédition :

J'évite les matières synthétiques. Le coton sera utilisé pour les vêtements et sous-vêtements, la laine pour les chaussettes lorsque je mets des grosses chaussures de type rangers. Pour les balades en forêt plus extrêmes, je mets un vieux treillis (veste et pantalon) et je le choisis avec soin. Je regarde sa texture, sa composition. À l'armée

j'ai été cobaye pour les tenues F1 et en forêt, avec un sac à dos, l'essai a été catastrophique. Elles devaient remplacer les tenues en coton moins robustes, mais parfaites pour la jungle. Nous sommes passés du confort de la tenue coton, de sa souplesse, de sa capacité à évacuer la sueur sans conséquence pour notre épiderme, à des problèmes d'irritation, de transpiration abondante avec dans les cas les plus graves des frottements derrière les sacs à dos qui conduisaient à des plaies. Le choix est donc important. Difficile de vous conseiller un modèle, ils changent sans cesse, mais on peut trouver des treillis en coton, qui respirent et qui ont une solidité suffisante pour être utilisée en forêt. Pour les expéditions plus extrêmes, rien n'égale une bonne paire de rangers en cuir épais. Les miennes ont fait 10 ans de jungle, de marais, rivières, et des milliers de km de marche en Europe, au Canada... j'ai juste du changer les semelles, les boucles et refaire une couture ! Elles sont confortables, tiennent bien le pied et avec elles, jamais de blessures et surtout, elles ne lâchent pas à 10 jours de marche du point d'évacuation le plus proche comme je l'ai vu avec des chaussures « /de jungle/ » en goretex ayant coûté une fortune... Elles sont lourdes ? La rançon de la qualité...

En bateau :

Chapeau à large bord, style chapeau de brousse, chemisette manche longue, culotte courte, le soleil est un ennemi implacable qui occasionne de graves brûlures amplifiées par la réverbération sur l'eau. Des sandalettes pour le canotage sont très utiles. Les pieds devant rester aéré et sec, afin d'éviter les mycoses. Elles protègent les pieds des herbes aquatiques parfois rêches et piquantes et des roches coupantes ou abrasives. Elles doivent être solides, car très sollicités lors des remontées ou il faut sans cesse descendre dans l'eau, pousser, tirer...

Au bivouac :

- Le jour en l'absence d'insectes piqueurs, un caleçon est amplement suffisant.
- Par contre, le soir, pour éviter les moustiques qui transmettent le palud, la leishmaniose, tenue longue, un survêtement est idéal. De plus, les nuits étant fraîches, avec un drap, il vous permettra de dormir bien au chaud.

Tenue de navigation :

- Sandalette, chemisette, chapeau de brousse.
- En tout temps, un poncho, à portée de main est toujours utile...

Pause repas sur l'Approuague



Tenue traditionnelle indienne, le kalembe

