" Marcia per la Vita! cessazione immediata del nucleare" / del 18 al 25 agosto 2012
Cadarache Marcoule Tricastin

scheda Pratica / Raccomandazioni

La " **Marcia per la Vita**" **è autogestita**, sarebbe a dire che ciascuno-a si prende personalmente incaricati, in ogni autonomia, solo-e o in gruppo innanzitutto costituito, senza assistentato, dei aiuti e solidarietà potendo annodarsi lungo l'azione. Due veicoli di " soccorso" costituiranno una base di accoglienza / piega in caso di emergenza.

Agosto in Provenza congiuga **spesso sole**, **caldo e possibili temporali di estate**. Il percorso chiede in prestito in maggiore parte la rete stradale dipartimentale. Attraversa dei paesini che hanno un negozio alimentari delle città più commerciali.

Dunque, gli organizzatori attirano l'attenzione degli partecipanti-e su **alcuni preliminari ad integrare per unirsi pienamente alla " Marcia per la Vita**."

Prevedere

- scarpe di marcia como de ed arieggiate
- paia di calzini adattati -
- vestito leggero contro la pioggia (impermeabile, k-way....) o ombrella
- berretto o cappello di protezione contro il sole.
- vestiti leggeri di ricambio ed un buono pull-over ed un jean's per la sera o in caso di pioggia/freddo...
- crema di protezione solare ed un piccolo vaporizzatore di acqua per rinfrescarsi il viso
- lampada individuale
- carta igienica, Kleenex
- piccola farmacia per i mali diversi e vari:
  . acqua di fiore di arancio, per versare sulla testa in caso di insolazione,
  . sale contro la disidratazione
  . cerotti normali+anti-bruciature (vesciche)
  . homéoplasmine (cicatrizzante, disinfettante)
  . alcol 60°
  . tintura madre calendula + apis mélifica homéo (punture di insetti), arnica homéo (dolori, caduta, storte...)
  . banda velpeau
- piccoli utensili (coltello, spago...)
- materiale per dormire
- frutti secchi energetici, acqua e succo di frutti, alla partenza poi a procurarsi all'epoca della traversata dei paesini
- gilè fluo giallo di sicurezza

ed evidentemente: benvenuto agli strumenti di musiche per le pause della sera.

Per sincronizzarsi e badare al buono svolgimento, grazie di indicare al CAN84 (collectifantinucleaire84@hotmail.fr)

1 - la vostra moda di marcia
O a piedi O in rollers O con bicicletta O con cavallo o altro quadrupede
O altro (precisare):.....

2 - le tappe alle quali parteciperete (vedere le tappe sul sito internet *)

O sabato 18 agosto mattina	O sabato 18 agosto pomeriggio
O domenica 19 agosto mattina	O domenica 19 agosto pomeriggio
O lunedì 20 agosto mattina	O lunedì 20 agosto pomeriggio
O martedì 21 agosto mattina	O martedì 21 agosto pomeriggio
O mercoledì 22 agosto mattina	O mercoledì 22 agosto pomeriggio
O giovedì 23 agosto mattina	O giovedì 23 agosto pomeriggio
O venerdì 24 agosto mattina	O venerdì 24 agosto pomeriggio
O sabato 25 agosto mattina	O sabato 25 agosto pomeriggio

3 - **Quante** persone: _____

* www.coordination-antinucleare-sudest.org