

## Liste-type des affaires à prévoir pour week-end

Week-end 11-13 juillet 2026 – Suisse Fluonalp (pas de portage des affaires)

Désignation	Date	Fait ?
<b>Administratif et finances</b>		
Espèces en euros	Conseillé	
Espèces en francs suisses	Oui – mini 180	
Carte nationale d'identité	Oui	
Carte vitale	Oui	
Carte européenne d'assurance maladie	Conseillé	
Fiche médicale individuelle (voir annexe)	Conseillé	
<b>Affaires classiques de randonnée</b>		
Chaussures de marche crantées	Oui	
Bâtons de marche	Oui	
Pansements soins des ampoules	Oui	
Chapeau, casquette	Oui	
Lunettes de soleil	Oui	
Crème solaire	Oui	
Cape de pluie	Oui	
Gants	Oui	
Bonnet	Oui	
Veste	Oui	
Lampe de poche	Oui	
Couteau suisse, canif	Conseillé	
Eau en quantité suffisante (1 jour)	Oui	
Repas de midi	Oui 2 à 3x	
Téléphone	Conseillé	
<b>Affaires spécifiques pour week-end</b>		
Sac de couchage	Oui	
Sac à viande ou drap de couchage	Option	
Taie d'oreiller	Oui	
Serviette de toilette	Oui	
Affaires de toilette	Oui	
Médicaments personnels	Oui	
Sandales	Oui	
Affaires de rechange	Oui	
Chargeur de téléphone	Oui	
Boules Quiès	Conseillé	