

## ANNEXE 1

### Contenu du sac à dos

Articles	Nbre	Sachet	Commentaire
Sachet N°1	1	N° 1	grand sac platique étanche
Pantalon	2		avec jambière amovible
Caleçons	3		
T-Shirts	3		micro fibres
Paires de chaussettes	3		spéciales anti ampoules
Genouillère chevillère	1		
Sachet N° 2	1	N° 2	grand sac platique étanche
Polaire	1		
Anorak	1		
Sachet N° 3	1	N° 3	sac platique étanche
Serviette de toilette	1		fibres synthétique
Gant de toilette	1		
Sachet N° 4	1	N° 4	étanche
Assurance	1		
Carte Sécurité sociale	1		
Carte E 111	1		
Sachet N°5	1	N°5	grand sac platique étanche
Sac de couchage	1		en soie
Duvet	1		
Boules Quiès	1		boîte
Protège yeux	1		
Trousse à Pharmacie	1	N°6	dans un sachet platique
Sparadrap	1		boîte
Compeed	1		boîte
Arnica	4		tubes homéopathie
Lotion musculaire	1		tube
Alcool à 90°	1		petit flacon
Crème solaire	1		tube
Crème pour les lèvres	1		tube
Biafine	1		tube
Doliprane	1		paquet
Pince à épiler	1		pour échardes
Vitamines C	1		paquet
Coton	1		petits tampons
Dornomil	1		si sommeil difficile
Boîte étanche	1	N°7	ou sachet plastique
Nécessaire à couture	1		2 aiguilles, fil, ciseaux
Epingles à nourrices	4		petites
Briquet	1		
Lampe de poche	1		petite
Trousse de toilette		N°8	étanche
Savon liquide	1		flacon
Shampoing	1		flacon
Déodorant	1		
Brosse à dents	1		tube
Dentifrice	1		
Mousse à raser	1		tube
Rasoir	1		plus recharges de lames
Coupe ongles	1		
Brosse à cheveux	1		

Articles	Nbre	Sachet	Commentaire
Camel Back	1	sac à dos	2 litres
Quart	1	poche	
Fourchette	1	latérale	
Cuillère	1		
Stylo	1	poche	
Camet	1	dessus	
Poncho	1		
Guêtres basses	1		1 paire
Savon de Marseille	1	poche	pr lessive
Tennis	1	du	1 paire légères
Tongs	1	bas	extra légères
Caillou	1		de chez soi
Epingles à linge	6		plastiques
Lacets de rechange	1		1 paire
Couverture de survie	1		
Multiprise électrique	1		
Chargeur app.photo	1		
Chargeur téléphone	1		
Kleenex	4		
Banane ventrale	1	N°9	
Topo guide	1		
Miam Miam Dodo	1		
Téléphone portable	1		
Appareil photo	1		
Disquette photos	1		
Portefeuille	1		
Carnet d'adresses	1		
Lunettes de soleil	1		1 paire
Portefeuille	1		
Carte Visa	1		portefeuille
Carte d'identité	1		portefeuille
Carte groupe sanguin	1		portefeuille
Monnaie	1		portefeuille
Personnes à prévenir	1		portefeuille
Chapeau	1		sur le sac
Coquille St Jacques	1		sur le sac
Bâtons télescopiques	2		
Couteau suisse	1	poche	du pantalon
Chaussures montantes	1		aux pieds