

CHECK LIST POUR FAIRE SON SAC DE VOYAGE

TOUS VOS PAPIERS



Carte d'identité
 Passeport avec visas tourisme ou travail
 Permis de conduire
 Carte d'assurance-assistance
 Carnet international de vaccination
 Carte européenne d'assurance maladie
 Réservations de transports et d'hébergements
 N° d'urgence depuis l'étranger

VOS MOYENS DE PAIEMENT



Carte de paiement internationale (VISA, Mastercard...)
 Espèces en devises étrangères
 Une pochette secrète pour planquer les billets
 Coordonnées e-mail et téléphone de votre banquier
 Cadenas à code pour sécuriser argents et papiers

DE QUOI VOUS SOIGNER



Votre trousse de secours et pharmacie,
 Vos ordonnances importantes
 Votre carte CEAM pour l'Europe
 Votre carte de groupe sanguin
 Votre carte de vaccinations

DE QUOI BIEN DORMIR



Coussin de voyage
 Oreiller gonflable
 Masque de sommeil
 Bouchons d'oreille
 Drap de sac (en soie c'est mieux)
 Taies d'oreiller
 Moustiquaire de voyage
 Sac de couchage

DE QUOI VOUS HABILLER



Pour un voyage en backpacker (objectif sac ultra léger), les vêtements se limitent à la quantité suivante (en dehors des vêtements spécifiques aux conditions météo) :

- 1 paire de chaussures multi activité (pas trop neuves)
- 1 paire de sandales
- 1 Coupe-vent /1 Cape de pluie
- 4 t-shirts
- 4 paires de chaussettes
- 4 sous-vêtements
- 3 "bas" différents (pantalons / shorts / jupes)
- 1 tenue pour la nuit
- 1 foulard
- 1 veste polaire
- 1 sweat à capuche

DE QUOI RESTER BEAU ET PROPRE



Brosse à dent pliable
Gel antibactérien en petits flacons
Lingettes nettoyantes (pas écolo!)
Gel douche / shampoings format voyage
Lessive en feuilles
Déodorant
Miroir de poche
Cotton et Cotton tiges
Crème hydratante
Coupe ongles
Fil dentaire

---- FEMMES ----

Bandes de cire froide
Épilateur électrique "mini" / Gant dépilatoire
Démaquillant
Un "pisse-debout"
Protections périodiques
Mooncup

---- HOMMES ----

Rasoir et Gel de rasage
Lames de rechange

DE QUOI VOUS CONNECTER ET FAIRE DES VIDEOS, PHOTOS...



Batterie externe USB
Clé usb
Disque dur portable
Lecteur MP3 + chargeur
Caméra + chargeur + batterie + cartes mémoire
Accessoires de la caméra (accroche et étanchéité)
Téléphone + chargeur + batterie de secours
Tablette + chargeur
Appareil photo + chargeur + batterie + cartes mémoire
Trépied photo souple
Connectiques multimédias
Adaptateur international de voyage
Paire de mini enceintes

DE QUOI VOUS ORIENTER ET OBSERVER



Plans, Cartes routières et de randonnées
Guides de voyage
Guide faune et flore
Numéros utiles sur place
GPS
Paire de jumelles

DE QUOI ALLER AU SOLEIL ET A LA MER



Lunettes de soleil
Chapeau de soleil/Casquette
Maillot de bain/ Paréo
Équipement masque/tuba
Eventail
Sac étanche
Crème solaire

DE QUOI RESISTER AU FROID

Bonnet
Gants
Echarpe, Cache col
Vêtements thermolactyls
Chaufferette perpétuelle

DE QUOI ETRE DEBROUILLARD(E)

Couteau ou pince multi-usage
Lampe frontale
Mousqueton (pour accrocher un petit sac à un gros sac)
Pochettes en plastique type "Ziploc" (pour tout emballer)
Kit de couture (pour tout rafistoler)
Un kit de survie
Une paille pour filtrer l'eau non potable

DE QUOI CAMPER ET RANDONNER

Tente (avec les piquets !)
Tapis de sol
Drap de sac
Corde pour étendre le linge
Matériel de cuisine compact
Serviette de bain en microfibre

DE QUOI RENCONTRER ET COMMUNIQUER

Guide de conversation universelle (parlez en images)
Guides de conversation dans les langues locales
Cadeaux à offrir sur place pour adultes et enfants

DE QUOI PRATIQUER SPORTS ET ACTIVITES

Certificat médical d'aptitude
Licence sportive
Equipement et accessoires
Vêtements et chaussures spécifiques pour les sports envisagés
Kit d'outils si voyage en auto, vélo, moto...

DE QUOI VOUS DISTRAIRE ET VOUS OCCUPER

Carnet de voyage
Cartes à jouer
Console portable de jeux
Crayons de couleurs/feutres
Dés
Grilles de jeux
Jeux de société de voyage
Lecture (un Kindle pour alléger le sac)

DE QUOI RESTER ECOLO

Sacs poubelles
Cendrier de poche