Liste des essentiels de la valise

Une liste pour ne rien oublier des essentiels de la valise.

Dans la valise
Les vêtements

- ☐ Robes et jupes
- ☐ Pantalon et jeans
- ☐ Shorts
- ☐ Hauts
- ☐ T-Shirts
- ☐ Pull
- ☐ Maillot de bain
- ☐ Paréo
- ☐ Imper léger
- ☐ Sous-vêtements
- ☐ Chaussettes
- ☐ Pyjama ou robe de nuit

Les chaussures

- ☐ Sandales
- ☐ Baskets ou chaussures de randonnée
- ☐ Tongs

Les accessoires

- ☐ Ceinture
- ☐ Serviettes de plage
- ☐ Sac à dos
- ☐ Sac de plage
- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Chapeau
- ☐ Montre
- ☐ Parapluie

La trousse de toilette

- ☐ Gel douche
- ☐ Crème hydratante
- ☐ Déodorant
- ☐ Brosse à dents
- ☐ Dentifrice
- ☐ Soie dentaire
- ☐ Brosse à cheveux
- ☐ Rasoirs
- ☐ Coupe-ongle
- ☐ Limes à ongles
- ☐ Cotons tiges
- ☐ Pince à épiler
- ☐ Papier-mouchoir
- ☐ Serviettes humides jetables
- ☐ Mascara
- ☐ Crayon pour les yeux et les sourcils
- ☐ Gloss et rouge à lèvres
- ☐ Baume pour les lèvres
- ☐ Parfum ou eau de toilette
- ☐ Séchoir à cheveux

La trousse à pharmacie

- ☐ Antiseptique
- ☐ Pansements de différentes tailles
- ☐ Préservatifs
- ☐ Tampons ou serviettes hygiéniques
- ☐ Petits ciseaux
- ☐ Épingles de sûreté
- ☐ Bouchons d'oreilles
- ☐ Produit anti-moustiques
- ☐ Crème solaire
- ☐ Lotion après-soleil
- ☐ Lunettes, lentilles de rechange et liquide à lentilles

Les papiers

- ☐ Photocopie des pièces d'identité et du permis de conduire
- ☐ Numéros de téléphone d'urgence (consulat, opposition carte de crédit et cartes bancaires, chèques de voyage, assurance, compagnie aérienne.)
- ☐ Carnet de vaccination et fiche de groupe sanguin
- ☐ Carte avec les intolérances aux médicaments
- ☐ Numéros de téléphone pour prévenir en cas de problème (famille, employeur)

Divers

- ☐ Lampe de poche et piles
- ☐ Réveille-matin
- ☐ Trousse de couture
- ☐ Pile de rechange et chargeur à piles
- ☐ Chargeurs (mobile, appareil photo numérique).
- ☐ Transformateur/adaptateur de prise de courant

Dans le bagage à main

- ☐ Carte d'assurance-maladie
- ☐ Permis de conduire
- ☐ Passeport ou visa
- ☐ Argent- chèques de voyage - cartes de crédit et de débit
- ☐ Billets d'avion
- ☐ Police d'assurance-voyage
- ☐ Appareil photo, ordinateur portable, autres appareils électroniques
- ☐ Appareil photo jetable
- ☐ Objets de valeur
- ☐ Médicament contre le mal des transports
- ☐ Médicaments anti-diarrhéiques
- ☐ Médicaments anti-douleur
- ☐ Pilules contraceptives
- ☐ Médicaments prescrits (dans leur contenant original) et ordonnance justificatrice
- ☐ Trousse de toilette
- ☐ Vêtements de nuit et vêtements de rechange
- ☐ Guides de voyage et cartes routières
- ☐ Crayon et carnet
- ☐ Calculatrice
- ☐ Livres et magazines

COUP de POUCE .com