

# CHECK-LIST BAGAGE

## Les essentiels pour 1 semaine au soleil

### **Vêtements / Chaussures**

- 7 sous-vêtements
- 2 maillots de bain
- 1 pyjama
- 7 t-shirts ou débardeurs
- 1 chemise à manches longues
- 2 shorts
- 1 jupe
- 1 robe ou tenue habillée
- 2 pantalons légers
- 1 pull ou veste polaire
- 1 veste de pluie
- 3 paires de chaussettes
- 1 foulard
- 1 ceinture
- 1 casquette ou chapeau
- 1 serviette de bain et 1 de plage (si pas fournies par l'hôtel)
- 1 paréo
- 1 paire de tongs
- 1 paire de basquettes ou chaussures de marche
- 1 petit sac fin pour mettre le linge sale
- 1 sac de plage

### **Trousse de toilette**

- Brosse à dents / Dentifrice
- Fil dentaire
- Gel douche
- Shampoing
- Brosse à cheveux / Peigne
- Déodorant
- Crème hydratante visage / mains
- Rasoir
- Coupe ongles / Lime / Vernis
- Cotons tiges
- Petit miroir
- Elastiques / Pince à cheveux
- 1 bracelet / 1 collier
- Mini savon
- Gel Hydroalcoolique
- Parfum
- Serviettes hygiéniques / Tampons
- Maquillage et démaquillant
- Médicaments (Ventoline / Contraceptifs / Quinine)
- Bouchons d'oreilles
- Anti moustique
- Crème solaire / (après solaire)
- 1 paquet de mouchoirs

### **Pour les loisirs**

- 1 bon livre / 1 magazine
- 1 jeu de carte / jeu de dés
- Masque et tubas (si plongée de prévue)

### **Mini trousse de secours**

- Alcool / disques coton / Lingettes désinfectantes
- Pansements
- Paracétamol
- Ibuprofène
- Arnica (en granules)
- Smecta (2 ou 3 sachets)
- Biafine
- Serum physiologique (1 ou 2)
- 1 bande
- 1 mini couteau suisse
- Gel désinfectant
- 1 masque
- 1 aspi venin (si vous êtes allergique)
- Pastilles de purification d'eau (Micropur)

### **Mini trousse de couture**

- 1 aiguille
- 2 mini bobines de fil (1 blanche et 1 noire)
- 1 épingle à nourrice
- 2 boutons
- Mini ciseaux
- Super glue

### **Dans le sac à main**

- Passeport / Carte d'identité / Visas
- Carte bancaire
- Espèces (200€)
- Carte vitale / Carte européenne
- Permis / Permis international
- Lunettes de soleil (et de vue si besoin, ou lentilles)
- Téléphone portable / Chargeur
- Ecouteurs
- Batterie externe
- Billets d'avion / Réservations d'hôtel ou de voiture
- Clés de la maison / voiture
- 1 stylo / du papier
- Gel hydroalcoolique
- Adaptateur de prise (si besoin)
- 1 gourde
- 1 sac pliable (plastique ou tote bag)
- 1 mini parapluie (si besoin)
- Chaussettes de contention (si besoin pour l'avion)
- Cale nuque gonflable
- Pèse bagage électronique

