CHECKLIST - VALISE 1 WEEK-END

Un sac à dos pour 3 jours c'est l'idéal !

VÊTEMENTS

Quoi	Check
Sac vêtements sales	
Sous-vêtements x 2	
Paires de chaussette x 2	
Soutien-gorge x 1	
Pyjama x 1	
Tenues complètes selon votre préférence x 2 : - robe/collants/veste ou gilet - pantalon/haut/veste ou gilet - pantalon/t-shirt court/pull	

SELON LA MÉTÉO

Quoi	Check
Maillot de bain	
Serviette de plage	
Crème solaire	
Chapeau / casquette	
Parapluie	

AUTRES

Quoi	Check

TROUSSE DE TOILETTE

Quoi	Check
Gel douche/shampoing	
Peigne + accessoires cheveux	
Brosse à dents	
Dentifrice de poche ou 1 pour toute la famille	
Crème visage compactée	
Protections hygiéniques / Contraceptif	
Maquillage / Démaquillant	
Parfum de poche	
Lunettes / Lentilles	
Serviette de bain	

+

SAC À MAIN

Quoi	Check
Passeport / Visa / Carte d'identité	
Permis de conduire local / international	
Téléphone / Chargeurs / Adaptateurs	
Cash / Carte bancaire	
Lunettes de soleil	
Livre / Magazine	
Paquet de mouchoirs	

© Bree Van de Cool

CHECKLIST - VALISE 1 SEMAINE

Une valise cabine pour 7 jours c'est l'idéal !

VÊTEMENTS	
Quoi	**Check**
Sac vêtements sales	
Sous-vêtements x 7	
Paires de chaussette x 7	
Soutien-gorge x 2	
Pyjama x 1	
Tenues complètes selon votre préférence x 4 : - robe/collants/veste ou gilet - pantalon/haut/veste ou gilet - pantalon/t-shirt court/pull	
Hauts supplémentaires x 2	
Leggings ou bas confortable x 1	
Paires au choix x 2 parmi tongs, baskets, chaussures de sport, pantoufles ou talons	
Tenue de sport x 1	
Tenue de soirée	

TROUSSE DE TOILETTE	
Quoi	**Check**
Gel douche/shampoing	
Peigne + accessoires cheveux	
Brosse à dents	
Dentifrice de poche ou 1 pour toute la famille	
Crème visage compactée	
Protections hygiéniques / Contraceptif	
Maquillage	
Parfum de poche	
Lunettes / Lentilles	
Médicaments de base (Doliprane, pansements...)	
Rasoir	
Serviette de bain	

+

SELON LA MÉTÉO	
Quoi	**Check**
Maillot de bain x 2	
Serviette de plage	
Crème solaire / Biafine	
Chapeau / casquette	
Parapluie	
K-way	

SAC À MAIN	
Quoi	**Check**
Passeport / Visa / Carte d'identité	
Permis de conduire local / international	
Téléphone / Ordinateur / Chargeurs / Adaptateurs	
Cash / Carte bancaire	
Lunettes de soleil	
Livre / Magazine	
Paquet de mouchoirs	

© Bree Van de Cool

CHECKLIST - VALISE 1 MOIS / 1 AN

Une valise ou sac de treck pour 1 an c'est l'idéal !

VÊTEMENTS

Quoi	Check
Sac vêtements sales	
Sous-vêtements x 10	
Paires de chaussette x 10	
Soutien-gorge x 2	
Collants x 2	
Pyjama x 2	
T-Shirts manches courtes x 6	
T-Shirts manches longues x 2	
Gilet ou veste x 1	
Pulls fins x 2	
Pulls chauds x 2	
Pantalons x 5	
Shorts x 3	
Robes / tuniques x 3	
Leggings ou bas confortable x2	
Paires au choix : tongs, chaussures de sport ou talons	
Tenue de sport x 1	
Tenue de soirée x 1	

TROUSSE DE TOILETTE

Quoi	Check
Gel douche/shampoing	
Peigne + accessoires cheveux	
Brosse à dents	
Dentifrice entier	
Crème visage entière	
Protections hygiéniques / Contraceptif	
Maquillage	
Parfum préféré	
Lunettes / Lentilles	
Médicaments de base (Doliprane, pansements, baume du tigre...)	
Coupe-ongles, pince à épiler, rasoir	
Serviette de bain	

MATÉRIEL

Quoi	Check
Sac de trek ou sac à dos	
Sac à viande (ou sac de couchage)	
Appareil photo / Pochette étanche	
Gourde	
Couteau suisse	
Ordinateur / tablette	
Cadenas à code	

SELON LA MÉTÉO

Quoi	Check
Maillot de bain x 2	
Serviette de plage	
Crème solaire / Biafine	
Chapeau / casquette	
Parapluie	
K-way	

+

SAC À MAIN / À DOS

Quoi	Check
Passeport / Visa / Carte d'identité	
Permis de conduire local / international	
Téléphone / Ordinateur / Chargeurs / Adaptateurs	
Cash / Carte bancaire	
Livre / Magazine	
Carnet de notes	
Lunettes de soleil	
Paquet de mouchoirs	

© Bree Van de Cool