

### Avant de partir

- vérifier que les vaccins soient à jour
- scanner passeport / carte de paiement : les envoyer par email
- photocopie passeport
- 1 x sur place scanner visa et les envoyer par email

### Sac à dos

50 à 70L entre 12 et 14 kg (sinon c'est qu'il faut en enlever)

### Habits

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> pantalon à poche                    | <input type="checkbox"/> coupe vent                        |
| <input type="checkbox"/> sweet ou gilet à capuche ou pull    | <input type="checkbox"/> maillot de bain                   |
| <input type="checkbox"/> basket (ou chaussure marche légère) | <input type="checkbox"/> 1 short à poche                   |
| <input type="checkbox"/> 2 chemises manche longue            | <input type="checkbox"/> 1 pantalon "propre" pour le soir  |
| <input type="checkbox"/> 2 t-shirts                          | <input type="checkbox"/> 2 chaussettes courtes + 2 longues |
| <input type="checkbox"/> t-shirt Oldo                        | <input type="checkbox"/> 4 ou 5 sous vêtements             |
| <input type="checkbox"/> polaire                             | <input type="checkbox"/> châle (écharpe)                   |
| <input type="checkbox"/> pyjama                              | <input type="checkbox"/> jambière                          |

### Accessoires

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Kit transport (coussin + cache yeux) | <input type="checkbox"/> chargeur tel                            |
| <input type="checkbox"/> petite boussole                      | <input type="checkbox"/> lunettes soleil                         |
| <input type="checkbox"/> réveil de voyage                     | <input type="checkbox"/> briquet                                 |
| <input type="checkbox"/> cadenas à code + câble               | <input type="checkbox"/> sac de couchage ou sac à viande         |
| <input type="checkbox"/> couteau suisse                       | <input type="checkbox"/> tendeur                                 |
| <input type="checkbox"/> adaptateur                           | <input type="checkbox"/> couverture de survie                    |
| <input type="checkbox"/> lampe frontale                       | <input type="checkbox"/> poncho imperméable                      |
| <input type="checkbox"/> lampe dinamo                         | <input type="checkbox"/> tong                                    |
| <input type="checkbox"/> gourde                               | <input type="checkbox"/> serviette microfibre                    |
| <input type="checkbox"/> appareil photo                       | <input type="checkbox"/> corde                                   |
| <input type="checkbox"/> chargeur appareil photo              | <input type="checkbox"/> sac congélation                         |
| <input type="checkbox"/> casquette                            | <input type="checkbox"/> jumelles                                |
| <input type="checkbox"/> papier toilette                      | <input type="checkbox"/> usb + câble usb (pour sauvegarde photo) |
| <input type="checkbox"/> pic carte SIM                        | <input type="checkbox"/> ceinture porte monnaie                  |
| <input type="checkbox"/> petit cadenas pour sac à dos         | <input type="checkbox"/> montre                                  |
| <input type="checkbox"/> miroir                               |  |

### Trousse de toilette

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> pierre d'alun                         | <input type="checkbox"/> boules Quies |
| <input type="checkbox"/> savon de marseille (douche + lessive) | <input type="checkbox"/> + habituel   |
| <input type="checkbox"/> shampoing                             | <input type="checkbox"/> tampon       |

### Pharmacie (dans sac congélation)

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> crème solaire          | <input type="checkbox"/> pansements                     |
| <input type="checkbox"/> biafine                | <input type="checkbox"/> compresses                     |
| <input type="checkbox"/> répulsif moustique     | <input type="checkbox"/> alcool 90°                     |
| <input type="checkbox"/> smecta                 | <input type="checkbox"/> pastille eau (Micropur DCCNa)  |
| <input type="checkbox"/> imodium                | <input type="checkbox"/> décharge pour piqure moustique |
| <input type="checkbox"/> aspirine               | <input type="checkbox"/> stick à lèvres                 |
| <input type="checkbox"/> bétadine ou hémoméline | <input type="checkbox"/> lime à ongles                  |
| <input type="checkbox"/> compeed                | <input type="checkbox"/> goutte yeux                    |
| <input type="checkbox"/> crème piqure insectes  | <input type="checkbox"/> après solaire                  |

### Autres

- fourniture scolaire pour enfant Titicaca
- routard
- michelin