

BAGAGES ET ÉQUIPEMENTS

Checklist pour un long voyage ou un PVT

Équipement	Commentaire	Modèle(s) conseillé(s)
SAC À DOS / VALISE		
<input type="checkbox"/> Sac à dos de voyage	Cherche un modèle léger et confortable	Decathlon Travel, Osprey Fairpoint, Deuter Aircontact
<input type="checkbox"/> Valise de voyage	En remplacement du sac à dos si tu prévoies d'être plus sédentaire, de faire principalement des transits (aéroport, auberge, van...) ou pour épargner le dos	Eastpack Tranverz, Samsonite Paradiver
<input type="checkbox"/> Sac de journée	Petit sac de 10 L à 20 L pour tes sorties en journée. Doit être léger et suffisamment grand pour votre matériel (ordinateur, appareil photo, carnet, gourde...)	Voir chez Decathlon, Osprey ou Sea to Summit
<input type="checkbox"/> Sac étanche	Utile si camping / destination pluvieuse / activités nautiques	
<input type="checkbox"/> Sac organisation et compression	Gain de place et d'organisation mais léger surpoids. Si tu veux un rangement optimal et un tri facile des affaires sales	Travel Dude
<input type="checkbox"/> Sacoche ventrale ou pochette secrète	Pour un accès direct aux affaires importantes (passeport, argent, etc)	
VÊTEMENTS INDISPENSABLES		
HAUTS		
<input type="checkbox"/> T-shirt	3 à 4 T-shirts dont 1 à manche longues Matières mérinos et tencel conseillées	Voir notre sélection des meilleurs vêtements de voyage
<input type="checkbox"/> Pull ou sweat capuche	1 pull	
<input type="checkbox"/> Veste	1 veste adaptée au climat et vos projets d'activité Hardshell pour pays froids pluvieux Softshell pour pays tempéré	
BAS		
<input type="checkbox"/> Short ou jupe	1 bas type jupe ou short	
<input type="checkbox"/> Maillot	1 maillot qui peut aussi servir de short	
<input type="checkbox"/> Pantalon	1 pantalon confortable et si possible léger	
SOUS-VÊTEMENTS		
<input type="checkbox"/> Sous vêtements	4 à 5 sous-vêtements type boxer/slip/culotte/soutien gorges	Voir notre sélection des meilleurs vêtements de voyage
<input type="checkbox"/> Chaussettes	4 à 5 paires dont 1 paire haute/rando minimum	Voir notre sélection des meilleurs vêtements de voyage
CHAUSSURES		
<input type="checkbox"/> Chaussure marche	1 paire de chaussure de randonnée ou de trail À utiliser plusieurs semaines avant le départ (pour "faire" la chaussure à ses pieds)	Chaussures de trail de chez Merrel, Columbia ou Salomon
<input type="checkbox"/> Tongs	Indispensables pour reposer les pieds / douches / plage...	
VÊTEMENTS OPTIONNELS		
CLIMAT FROID		
<input type="checkbox"/> Doudoune ou polaire	En complément de ta veste pour l'utiliser dans un système 3 couches	
<input type="checkbox"/> Collants mérinos		Collant Mérinos Icebreaker
<input type="checkbox"/> Echarpe / cache col		
<input type="checkbox"/> Bonnet		
<input type="checkbox"/> Gants		
CLIMAT CHAUD		
<input type="checkbox"/> Débardeur		
<input type="checkbox"/> Pantalon convertible / Robe légère		
<input type="checkbox"/> Foulard	Pour se protéger du soleil, ou du vent/sable à pied ou en 2 roues Tu peux aussi l'acheter en Asie si tu y passes tôt dans le voyage	
<input type="checkbox"/> Chaussures ouvertes	Chaussures aérées ou sandales	
CLIMAT HUMIDE		
<input type="checkbox"/> Veste imperméable	Si ta veste principale n'est pas imperméable, prévoir k-way ou poncho de pluie	
TRAVAIL / SOIRÉES		
<input type="checkbox"/> Chemise		
<input type="checkbox"/> Polo / Chemisier		
<input type="checkbox"/> Jupe ou pantalon sobre		
<input type="checkbox"/> Chaussures de travail		

Sur tous ces vêtements optionnels, pense à l'option d'achat sur place, surtout s'il s'agit d'affaires lourdes ou encombrantes. Objectif : **un sac qui pèse moins de 20% de ton poids !**

BAGAGES ET ÉQUIPEMENTS Checklist pour un long voyage ou un PVT

Équipement	Commentaire	Modèle(s) conseillé(s)
ACCESSOIRES		
ACCESSOIRES INDISPENSABLES		
<input type="checkbox"/>	Serviette de bain	Microfibre pour la légèreté Voir nos 20 accessoires voyage indispensables
<input type="checkbox"/>	Lampe frontale	Un avantage si elle est rechargeable par USB
<input type="checkbox"/>	Casquette ou chapeau	
<input type="checkbox"/>	Lunette de soleil	
<input type="checkbox"/>	Portefeuille	
<input type="checkbox"/>	Cadenas	TSA pour éviter destruction à l'aéroport
<input type="checkbox"/>	Carnet de note	Carnet de poche Moleskine
<input type="checkbox"/>	Stylo	
<input type="checkbox"/>	Gourde	Avec système de filtration si tu prévoies de camper
ACCESSOIRES DE VOL / CONFORT		
<input type="checkbox"/>	Coussin gonflable	Voir les accessoires bien utiles en avion
<input type="checkbox"/>	Masque de sommeil	
<input type="checkbox"/>	Bouchon d'oreille	
<input type="checkbox"/>	Sac de soie	
ACCESSOIRES OPTIONNELS		
<input type="checkbox"/>	Couteau	À mettre en soute pour vos vols
<input type="checkbox"/>	Kit couture	Opinel ou couteau suisse
<input type="checkbox"/>	Briquet	Kit de couture de voyage
<input type="checkbox"/>	Gourde filtrante ou stérilisateur d'eau	Si tu prévois du trek / longues randonnées, ou étapes dans des pays où l'eau n'est pas potable
<input type="checkbox"/>	Ceinture cache billet	Gourde Lifeflow ou Katadyn Befree
<input type="checkbox"/>	Corde à linge	Ceinture RFID
<input type="checkbox"/>	Tupperware pliable	
<input type="checkbox"/>	Cable antivol	Pour attacher des sacs entre eux, ou un vélo. Attention au surpoids
<input type="checkbox"/>	Pèse bagage portable	Si tu prévois des vols internes/low cost afin de vérifier le poids du bagage cabine
<input type="checkbox"/>	Jeux de carte ou dés	Amateurs de belote, tarot, Yams, etc. Nos 10 meilleurs jeux de voyage
<input type="checkbox"/>	Livre	On a quelques suggestions sympa si tu es en manque d'inspiration 10 romans de voyage à découvrir Nos livres pour une immersion au Canada Nos livres favoris sur l'Australie
<input type="checkbox"/>	Guide de voyage	On aime bien avoir un guide papier avec nous, mais un seul et pas trop lourd !
<input type="checkbox"/>	Méthode de langue / dictionnaire	Lonely Planet, Routard et autres
TREK / CAMPING		
MATÉRIEL OPTIONNEL - ACHAT OU LOCATION		
<input type="checkbox"/>	Sac de couchage	À choisir selon le climat rencontré
<input type="checkbox"/>	Tapis de sol	
<input type="checkbox"/>	Tente	Légèreté, compacité et fiabilité sont les maîtres mots !
<input type="checkbox"/>	Hamac + tarp	
<input type="checkbox"/>	Sacs congélation	
<input type="checkbox"/>	Réchaud	Les astuces du backpacker pour un modèle DIY
<input type="checkbox"/>	Cartouche gaz	
<input type="checkbox"/>	Popote	
<input type="checkbox"/>	Sac lave linge	Le lavage à la main dans un sac étanche fonctionne aussi très bien
<input type="checkbox"/>	Bâton de randonnée	
<input type="checkbox"/>	GPS	Télécharger les cartes des régions à visiter avant le départ

BAGAGES ET ÉQUIPEMENTS

Checklist pour un long voyage ou un PVT

Équipement	Commentaire	Modèle(s) conseillé(s)
MATÉRIEL ÉLECTRONIQUE		
ESSENTIEL		
<input type="checkbox"/> Téléphone débloqué	Critères importants : batterie, qualité de l'appareil photo, débloqué Optionnels : double sim, étanche	
<input type="checkbox"/> Cable de charge	Attention aux type de connectique, et à la longueur	
<input type="checkbox"/> Adaptateur universel		
<input type="checkbox"/> Écouteurs	Si tu peux t'offrir un casque à réduction de bruit active, c'est vraiment utile en voyage (avion, transports, moment de détente). Je te laisse ici les 3 meilleurs modèles actuels	
<input type="checkbox"/> Batterie externe		
<input type="checkbox"/> Chargeur USB	Si tout ton matériel se charge par USB, pas besoin d'adaptateur avec ce modèle (inclus)	
PHOTO		
<input type="checkbox"/> Appareil photo	Prend l'appareil avec lequel tu es le plus à l'aise. Ton smartphone (selon le modèle) peut suffir si tu veux te simplifier la vie. Si tu veux investir, je te laisse 3 modèles compacts ou hybride très performants	Sony RX, Canon Powershot
<input type="checkbox"/> Cartes mémoires	Attention au format et à la vitesse d'écriture (surtout si tu filmes en 4k)	
<input type="checkbox"/> Seconde batterie	Selon ton modèle d'appareil	
<input type="checkbox"/> Cable de charge	Selon ton modèle d'appareil	
<input type="checkbox"/> Trépied de voyage	Gorillapod pour l'installer sur tout type de terrain. Trépied classique et léger pour les photographes plus exigeants	
<input type="checkbox"/> Objectifs secondaires	Privilégier des objectifs légers type focale fixe	
<input type="checkbox"/> Filtres	Filtre UV, Polarisant et/ou ND	Marque Hoya
<input type="checkbox"/> Télécommande	Pour que le photographe soit aussi sur les photos	
VIDÉO / SPORT		
<input type="checkbox"/> Go Pro		
<input type="checkbox"/> Drone		
<input type="checkbox"/> Câbles charge / connexion		
<input type="checkbox"/> Boîtier étanche	Selon ton modèle de caméra, ou pour ton appareil photo	
INFORMATIQUE		
<input type="checkbox"/> Ordinateur ou tablette	À emporter si tu en as l'utilité (recherches de job, travail à distance, montage, stockage, films, etc). Les critères essentiels : léger, très bonne autonomie, et suffisamment puissant pour ton utilisation. 2 modèles de référence en lien	Macbook Air, Dell xps
<input type="checkbox"/> Chargeur		
<input type="checkbox"/> DDR Externe	Résistant aux chocs, à l'eau et à la poussière	SanDisk Extreme Portable SSD
<input type="checkbox"/> Clé USB		
OPTIONNEL		
<input type="checkbox"/> Multiprise	Seulement si tu as plusieurs appareils à prise classique	
<input type="checkbox"/> Piles rechargeables + chargeur		
<input type="checkbox"/> Chargeur solaire		
<input type="checkbox"/> Enceinte portable		
<input type="checkbox"/> Liseuse Kindle		

BAGAGES ET ÉQUIPEMENTS Checklist pour un long voyage ou un PVT

pvt.fr

Équipement	Commentaire	Modèle(s) conseillé(s)	
SANTÉ / HYGIÈNE			
TROUSSE DE TOILETTE			
<input type="checkbox"/>	Trousse de toilette de voyage	Contenu et conseils utiles dans notre article Consultations et préparation de sa trousse à pharmacie	
<input type="checkbox"/>	Brosse à dent		
<input type="checkbox"/>	Dentifrice	L'occasion d'essayer le dentifrice solide ?	
<input type="checkbox"/>	Savon solide	Savon de marseille, savon d'Alep, savon Dr Bronner, Savon saponifié à froid	
<input type="checkbox"/>	Shampoing solide		
<input type="checkbox"/>	Bouteilles pour savons liquides	Si tu préfères les savons et shampoings liquides. Format accepté en cabine	
<input type="checkbox"/>	Déodorant		
<input type="checkbox"/>	Crème solaire	De préférence Bio, respectueuse des océans et indice 30 minimum (on te recommande du 50)	
<input type="checkbox"/>	Anti-moustique		
<input type="checkbox"/>	Crème anti-démangeaison		
<input type="checkbox"/>	Stick à lèvres		
<input type="checkbox"/>	Pince à épiler		
<input type="checkbox"/>	Coupe ongle		
<input type="checkbox"/>	Rasoir		
<input type="checkbox"/>	Peigne ou brosse		
<input type="checkbox"/>	Préservatifs		
<input type="checkbox"/>	Système contraceptif	Pilule, serviette, coupe menstruelle. A choisir bien avant le départ ! Quel système de contraception utiliser en voyage ?	
<input type="checkbox"/>	Gel hydroalcoolique		
<input type="checkbox"/>	Masque	Période de Covid oblige...	
<input type="checkbox"/>	Lentilles ou lunettes de vue	Lentilles souvent chers à l'étranger	
MÉDICAMENTS			
<input type="checkbox"/>	Anti-douleur	Paracétamol (Doliprane, Efferalgan, Dafalgan...)	
<input type="checkbox"/>	Trouble digestif	Douleur intestinale (Citrates de Bétaïne...), constipation (Dulcolax...) et diarrhée (Smecta...)	
<input type="checkbox"/>	Mal des transports	Antihistaminiques (Mergalm, Nausicalm...) ou huile essentielle menthe poivrée/citron	
<input type="checkbox"/>	Traitement personnel	Penser à l'ordonnance	
<input type="checkbox"/>	Baume du tigre	Moins cher en Asie si tu y passes en début de voyage	Baume du Tigre rouge/blanc
PREMIERS SECOURS			
<input type="checkbox"/>	Kit premier secours	Si tu n'es pas du tout équipé	Kit de premier secours de voyage
<input type="checkbox"/>	Pansements		
<input type="checkbox"/>	Désinfectants	Type eau oxygénée ou bétadine	
<input type="checkbox"/>	Strips	En cas de plaie ouverte	
<input type="checkbox"/>	Pansement à ampoules	Peut te sauver la vie en randonnée	Kit Compeed
<input type="checkbox"/>	Bande de contention	En cas d'entorse	
<input type="checkbox"/>	Ciseaux		
<input type="checkbox"/>	Pince à tique		
<input type="checkbox"/>	Thermomètre		
<input type="checkbox"/>	Aspi Venin		Aspivenin
DOCUMENTS			
<input type="checkbox"/>	Passeport	Pense également à faire une copie numérisée de ton passeport	
<input type="checkbox"/>	Permis de conduire	Ton permis doit être soit accompagné du permis international soit traduit pour conduire légalement.	
<input type="checkbox"/>	Permis internationale	À demander au moins 3 mois (si ce n'est pas 6) avant départ pour être tranquille.	Demande de permis international (gratuit)
<input type="checkbox"/>	Carte bleue + espèce	C'est le moment d'adopter une CB sans frais à l'étranger	Comparatif CB sans frais à l'étranger
<input type="checkbox"/>	Copie du PVT	La lettre d'obtention n'est normalement pas demandée à ton arrivée (sauf Canada), le PVT est associé à ton passeport. Prend une copie papier par sécurité	
<input type="checkbox"/>	Attestation d'assurance	Assurance à prendre avant le départ pour être couvert dès ton arrivée. Tu peux y souscrire jusqu'à la veille du départ	Comparatif des assurances PVT Code promo Chapka Assurances
<input type="checkbox"/>	Preuve de fonds	Un relevé de compte de moins d'une semaine suffit généralement	
<input type="checkbox"/>	Billets d'avion		
<input type="checkbox"/>	CV	Pense à faire une version traduite et adaptée au pays d'arrivée	CV Australien CV Canadien
<input type="checkbox"/>	Ordonnances (+ traduction)	Traitements	
<input type="checkbox"/>	Carnet de vaccination		
<input type="checkbox"/>	Carte étudiant ou fidélité		
<input type="checkbox"/>	Photos d'identité		