



GLOBE-TROTTING

DES IDÉES POUR VOYAGER AU BOUT DU MONDE


[HOME](#)
[BLOG VOYAGE](#)
[PRÉPARATIFS VOYAGE](#)
[DESTINATIONS](#)
[PAYSAGES DU MONDE](#)
[+](#)

CHECK LIST DE VOYAGE POUR FAIRE SON SAC

PRÉPAREZ VOTRE SAC OU VOTRE VALISE

Voici la check list de voyage indispensable pour remplir votre sac à dos ou votre valise à la perfection.

Cette liste exhaustive de départ en vacances est adaptée aux voyages courts ou longs, en été ou en hiver, au soleil ou sous la pluie, aux escapades balnéaires, séjours citadins ou explorations hors des sentiers battus.

A chacun de repérer les choses utiles dont il aura besoin une fois sur la route. Papiers, moyens de paiement, vêtements, pharmacie, trousse de toilette, appareils électroniques, tout est là !

Avant de fermer votre sac, n'oubliez surtout pas de vérifier que vous avez pensé à toutes les démarches pour un déplacement à l'étranger (formalités, assurances, etc.)

Et si vous partez avec un sac à dos (en itinérance, randonnée ou même en tour du Monde ...), consultez la page qui vous aide à choisir et préparer votre sac à dos de voyage. Vous pouvez également découvrir la liste de mes accessoires de voyage préférés.

Assurez-vous que vous avez pensé à tout avant le départ !



LISTE POUR NE RIEN OUBLIER DANS SES BAGAGES

Liste mise à jour le 2 décembre 2020

Quoi emporter pour vos vacances ? J'ai recensé dans ce listing les éléments importants et ingrédients incontournables à la réussite de votre périple. Pour ne rien oublier d'essentiel dans votre sac de voyage, cochez tout ce dont vous pensez avoir besoin loin de chez vous. La liste est longue, je vous énumère tout ce qui peut être emmené en vous indiquant mes références préférées pour certains articles. Vous ferez le tri en fonction de votre mode de voyage (sac à dos ou valise à roulettes ?), de la durée de votre expédition, de la destination (France ou étranger) mais aussi du climat et des activités que vous ferez sur place.

Surtout ne croyez pas que le but est de réunir tout ce qui apparaît ci-dessous, sinon votre bagage pèserait trop lourd... A vous de repérer dans la checklist les éléments indispensables à votre expédition en choisissant les accessoires qui vous faciliteront la vie sur la route. Éliminez le superflu en plusieurs étapes pour que votre paquetage soit le plus léger possible. Une des missions

majeures de Globe-Trotting est de vous accompagner dans vos préparatifs, retrouvez sur le site toutes les informations et renseignements qui vous aideront à mieux préparer vos aventures.



1 - DOCUMENTS D'IDENTITÉ ET PAPIERS

Ce sont les éléments les plus précieux, à checker en numéro un car les oublier pourrait vous empêcher de prendre l'avion, de réserver un véhicule, de faire des réservations, etc.

- Carte d'identité ou Passeport (avec visas tourisme ou travail)
- Permis de conduire
- Contacts et attestation d'assurance et d'assistance (obligatoire pour USA, Canada, Australie, Japon, Brésil... [Voir les conditions ici](#))
- Carnet international de vaccination
- Carte européenne d'assurance maladie
- Réservations de transports et d'hébergements
- Carte d'étudiant (pour bénéficier de réductions éventuelles)
- Trousseau de clés (pour le retour!)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ce portefeuille de voyage pour centraliser mes papiers, documents de voyage et mes clés lorsque je pars en voyage

Mon conseil : Numérisez et conservez tous vos documents dans votre boîte e-mail ou sur un cloud (type google drive). Pour les destinations où la connexion sera aléatoire, emportez des photocopies !



2 - MOYENS DE PAIEMENT

Pour avoir de quoi régler vos achats. Aussi importants que vos papiers, n'oubliez pas que sans argent et vos cartes de crédit vous n'irez pas loin, malheureusement.

- Carte de crédit internationale (VISA, Mastercard...)
- Chèques voyage vacances
- Carte de paiement Revolut pour payer à l'étranger en sécurité et sans frais
- Espèces en euros et en devises étrangères
- Coordonnées e-mail et téléphone de votre banquier

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Cette pochette secrète pour toujours avoir mon argent, ma carte de crédit et mon passeport sur moi, très discrètement !

Mon conseil : Assurez-vous d'avoir accès à votre banque via une application sur votre mobile, vérifiez que vous possédez les identifiants et mots de passe. Partez avec au moins deux cartes de paiement et n'oubliez pas de commander votre carte Revolut à temps pour vous faciliter les paiements en voyage !



3 - ORGANISEURS DE BAGAGES

Avant de rassembler vos vêtements, accessoires et autres éléments à mettre dans votre bagage, procurez-vous des organisateurs de sacs, afin que chaque chose soit à sa place et que votre valise soit compartimentée.

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ce lot d'organiseurs de bagages pour remplir ma valise avec organisation

Mon conseil : Prévoyez un organisateur pour chaque catégorie d'affaires en vous inspirant de cette checklist. Par exemple, un organisateur pour les sous-vêtements, un organisateur pour les vêtements de tous les jours, un autre pour les vêtements de plage, un pour les vêtements de pluie, un pour les

chaussures, un pour le matériel multimédia, etc. Ainsi, le rangement sera un véritable plaisir et jamais une contrainte !



4 - TOILETTE ET HYGIÈNE

Pour avoir de quoi rester beau et propre, voici la liste pour remplir votre trousse de toilette. Attention à ne pas emporter toute votre salle de bain sur le dos.

Accessoires de toilette :

- Serviette de toilette (je recommande cette [serviette microfibre](#) pour un gain de place)
- Brosse à dent / dentifrice / fil dentaire
- Miroir de poche
- Pince à épiler
- Petits ciseaux
- Coupe ongles / Lime / Pierre ponce
- Coton et Cotons-tiges

Produits de toilette :

- Gel douche / shampoings / savons
- Flacons à remplir (j'utilise [ce format](#) très pratique)
- Crème hydratante visage et corps
- Gel antibactérien
- Lingettes nettoyantes
- Déodorant
- Eau de toilette / parfum (je me sers de ce [vaporisateur voyage](#))

Coiffage / rasage / épilation :

- Brosse à cheveux / peigne
- Rasoir de voyage / Mousse à raser
- Épilateur / Cire froide
- Élastiques, pinces à cheveux
- Sèche cheveux pliant ([ce modèle](#) est compact et léger)
- Produits coiffants

Lessive en voyage :

- Lessive format voyage (j'utilise [ces feuilles de lessive](#))
- Sac pour le linge sale

Beauté en voyage :

- Maquillage
- Lotion / Lait démaquillant
- Disques démaquillants (pensez aux [disques lavables](#) c'est plus écolo !)
- Vernis à ongles / Dissolvant

Spécifique femmes :

- Protections périodiques (pensez à la cup)
- [Pisse-debout](#) pour les baroudeuses
- Pour le reste consultez ma liste spécifique : [que mettre dans une trousse de toilette de femme ?](#)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Cette Trousse de toilette à suspendre, pratique lorsque je partage une salle de bain, pour ne pas la mouiller ou pour trimbaler mon matériel de douche dans les campings par exemple.

Mon conseil : Ne prenez que l'essentiel, privilégiez les flacons à remplir pour les gels douches et shampoing, les brosses à dents pliables, les petites brosses à cheveux, etc. Car les accessoires de toilettes prennent souvent trop de volume dans les bagages !

5 - VÊTEMENTS ET ACCESSOIRES

Je ne vais pas détailler votre garde robe et tous vos vêtements car cela est propre à chacun. Cependant je vous invite à vérifier que vous avez au moins cet équipement de base, utile à tout



voyageur. Pour l'habillement spécifique aux destinations chaudes et froides c'est juste en dessous.

Répartissez vos vêtements en 8 catégories principales pour ne rien oublier :

1. Sous-vêtements et vêtements de nuit
2. Tenues confortables de tous les jours
3. Tenues spécifiques pour les activités (plage, montagne, sport...)
4. Tenues chics pour les soirées et vêtements fétiches
5. Tenues couvrantes pour le mauvais temps (imperméables, manteaux, polaires...)
6. Tenues légères pour le beau temps
7. Chaussures (Baskets, tongs, sandales, de soirée...)
8. Accessoires (Petit sac à main ou sacoche, Bijoux, Montre...)

Voici les éléments communs à tous les types de voyages :

- Sous-vêtements
- Paires de chaussettes
- Tenues de nuit (pyjama, nuisette, short...)
- Chaussures multi-activité
- Coupe-vent imperméable
- T-shirts (manches longues, manches courtes ou débardeurs en fonction des saisons)
- Pantalons (jean, jogging, randonnée)
- Shorts / Bermudas
- Jupes / Robes (Pour les femmes je recommande une Skort pour la randonnée)
- Sweat / Gilets / Pulls / Polaires
- Veste / Blouson / Manteau
- Foulard, paréo ou grand tissu.
- Poncho de pluie ou veste type Kway (ou parapluie)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ce lot d'organiseurs de bagages pour ranger mes vêtements par thèmes et m'y retrouver au fil du voyage.

Mon conseil : Pour évaluer la quantité de vêtements à emporter, faites l'estimation en fonction de votre potentiel rythme de lessives. Gardez une marge pour les habits que vous achèterez sur place. Privilégiez les vêtements à séchage rapide et qui ne se froissent pas pour éviter d'avoir à sortir le fer à repasser en vacances !



6 - SOLEIL, PLAGE, MER ET CLIMATS CHAUDS

Les climats chauds et les vacances à la mer ou au soleil nécessitent ces quelques accessoires :

- Lunettes de soleil (avec paire de secours)
- Chapeau de soleil / Casquette
- Crème solaire (cf. le classement des crèmes solaires)
- Tongs / Sandales (Pour les femmes, je vous recommande ces tongs-sandales, je n'ai pas trouvé mieux!)
- Paréo ou batik (cf. ma sélection de paréos de voyage)
- Chaussures de marche aérées
- Éventail
- Brumisateur
- Couverture pic nic et plage

Pour la mer et la piscine :

- Serviette de plage (prenez la plus légère possible!)
- Maillot de bain
- Sac de plage
- Equipement palmes / masque / tuba
- Chaussons de baignade (pour marcher sur les oursins)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ce sac étanche pour vous rendre à la plage, sur un bateau ou même dans l'eau avec votre portable et tout ce que vous voulez, sans craindre que vos affaires soient souillées. En format 5 L

à 30 L.

Ces tongs qui tiennent le pied, je les utilise depuis 5 ans, c'est le seul modèle résistant et vraiment confortable que je connaisse !
Mon conseil : Pensez à emporter un sac plastique pour y ranger vos vêtements et maillots mouillés.



7 - APPAREILS ÉLECTRONIQUES : TÉLÉPHONIE, PHOTOS, VIDÉOS ...

Si vous comptez rester connecté sur la route, prendre photos, vidéos et téléphoner, faites un bon check de votre matos électronique.

Appareils électroniques :

- Téléphone
- Tablette
- Ordinateur portable
- Appareil photo + batteries de rechange + cartes mémoire
- Caméra Go Pro (pensez aux modèles équivalents pas chers !)
- Clé USB / Disque dur
- Cigarette électronique, matériel de rechange et liquides

Branchements et recharges :

- Câbles USB et chargeurs adaptés à votre matériel électronique
- Prise USB à 3 entrées (j'utilise cette multiprise USB)
- Adaptateur international de prise de courant (j'ai cet adaptateur universel)
- Batterie externe USB (j'ai une batterie légère 10 000 mAh et une batterie puissante 20 000 mAh)
- Piles

Musique et vidéos :

- Mini enceinte audio (j'ai cette enceinte portable compacte et puissante)
- Casque audio ou écouteurs

Accessoires photo et vidéos :

- Trépied photo, stabilisateur, boîtier étanche
- Chiffons optiques
- Sac ou housse photo

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

- Cette batterie externe qui me permet de ne jamais tomber en rade de batterie
- Cette multiprise USB car elle vous permet de recharger vos appareils simultanément en utilisant une seule prise de courant.
- Cet adaptateur universel pour me brancher à toutes les prises du Monde

Téléchargez avant le départ sur votre smartphone et/ou votre tablette les applications qui pourraient vous être utiles



8 - MONTAGNES, SPORTS D'HIVER ET CLIMATS FROID

Pour les températures basses et les vacances à la montagne, n'oubliez pas :

- Chaussures de marche / neige
- Chaussettes de sport / de ski
- Bonnet, Gants, Cache col
- Veste polaire
- Cols roulés
- Sous-vêtements thermiques
- Blouson et Pantalon spécifiques neige / montagne
- Veste imperméable
- Chauffettes / Chauffe-mains

- Semelles isolantes
- Chaussons et gilet cocooning si vous avez la place !
- Consultez la [checklist des vacances au ski](#)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ces sous-vêtements thermiques : [modèle pour femmes](#) et [modèle pour hommes](#)

Mon conseil : Pensez à emporter un sac plastique pour y ranger vos vêtements mouillés par la neige.



9 - PHARMACIE ET SANTÉ

Pour avoir de quoi rester en bonne santé. En fonction de la destination, il vous faut l'équipement nécessaire pour guérir les petits et gros bobos qui pourraient vous gêner en vacances. Si vous partez dans la jungle ou en territoire inconnu, il vous faut la totale.

- Ordonnances importantes
- Carte vitale
- Carte CEAM pour l'Europe
- Carte de groupe sanguin
- Carnet de vaccinations
- [Kit de base](#) (pansements, thermomètre, petits ciseaux, pince à tique...)
- Antibactériens et cicatrisation
- Dermatologie, Brûlures, Piqûres d'insectes
- Douleurs et fièvre
- Digestion, ORL, Mal des transports
- Lunettes / lentilles
- Contraceptifs
- Baume du tigre
- Pour la suite, allez voir la [liste pour pharmacie de voyage](#)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

[Ce kit de base](#) pour démarrer votre pharmacie de voyage si vous partez de rien

Mon conseil : Pour gagner de la place, videz les médicaments de leur boîte, protégez les plaquettes de gélules et comprimés avec du scotch, réunissez dans des ziploc vos médicaments par thème (douleur, ventre, plaies...)



10 - SOMMEIL ET CONFORT EN TRANSPORTS

Pour avoir de quoi dormir tout en voyageant, mais avec un minimum de confort ! Surtout si vous effectuez de longs trajets dans les transports, des heures dans l'avion, pensez aux petits éléments qui vous faciliteront la vie.

- Paire de chaussettes chaudes (pour l'avion)
- Cale nuque / Coussin de voyage (j'ai ce [coussin gonflable](#) qui est vraiment confortable)
- Masque de sommeil (j'ai ce [masque 100% soie](#), c'est top!)
- Bouchons d'oreille ou boules Quiès
- Bas de compression pour l'avion
- Moustiquaire de voyage
- Pour la suite, découvrez les [accessoires utiles en avion](#)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

[Ce coussin de voyage gonflable](#), compact et vraiment confortable pour les longs trajets. Si je l'oublie, je pleure.

Mon conseil : Pour gagner de la place, videz les médicaments de leur boîte, protégez les plaquettes de gélules et comprimés avec du scotch, réunissez dans des ziploc vos médicaments par thème (douleur, ventre, plaies...)



11 - OCCUPATIONS ET DISTRACTIONS

Pour avoir de quoi vous occuper (autrement qu'avec votre smartphone), pensez à emporter des jeux et activités.

- Carnet de voyage
- Cartes à jouer / Dés
- Console portable de jeux
- Crayons de couleurs et feutres
- Grilles de jeux (ou applications à télécharger)
- Jeux de société de voyage
- Lecture

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Une tablette de lecture Kindle pour alléger mon sac et lire tout ce que je veux !



12 - CONVERSATION ET REMERCIEMENTS

Si vous partez dans un Pays étranger, préparez vos rencontres avec les populations étrangères. Il est toujours bon d'avoir de quoi vous exprimer mais aussi de quoi laisser un petit cadeau à une personne rencontrée sur la route.

- Guides de conversation dans les langues locales
- Guide de conversation universel (parlez toutes les langues du Monde!)
- Cadeaux à offrir sur place pour adultes et enfants
- Traducteur (application à télécharger)

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Le "G'Palemo" pour m'exprimer avec des dessins et parler avec les enfants dans tous les dialectes

Mon conseil : Si vous partez dans une destination où le niveau de vie est très bas, n'oubliez pas d'apporter des petites attentions pour les gens que vous rencontrerez (des ballons pour les enfants, des échantillons de parfum pour les femmes, etc.)



13 - ORIENTATION ET OBSERVATION

Pour vous repérer et vous déplacer dans un environnement nouveau.

- Plans, Cartes routières et de randonnées
- Guides de voyage
- Guide faune et flore
- Coordonnées utiles sur place (adresse / tel / mail)
- GPS / Plans hors connexion
- Paire de jumelles
- Petite boussole

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Un Guide Michelin de ma destination, bien plus agréables et utiles que Le Routard ou Lonely Planet qui sont remplacés par TripAdvisor et autres sites de voyages



14 - NATURE, CAMPING ET OUTDOOR

Si vous devez côtoyer la nature de près, munissez-vous du strict minimum pour jouer les aventuriers.

Accessoires de base de l'outdoor :

- Couteau suisse (j'ai cette pince multi-usage qui fait vraiment tout!)
- Allume feu / briquet
- Lampe frontale (ce modèle est parfait)
- Mousqueton (pour accrocher un petit sac à un gros sac)
- Filtre à eau en gourde (cette gourde filtrante est parfaite pour boire l'eau qu'on trouve en route)
- Pochettes en plastique à zip (type "ziploc")
- Mini kit de couture (pour tout rafistoler)
- Bouteille pliable

Pour la nuit :

- Tente (avec les piquets !)
- Sac de couchage
- Tapis de sol
- Drap de sac (j'ai ce modèle pour dormir n'importe où)

Pour la cuisine :

- Matériel de cuisine léger et compact
- Bento / Gamelle / Gourde / Couverts
- Torchons / Liquide vaisselle

Pour le linge :

- Corde pour étendre le linge
- Sac pour laver le linge (le scrubba wash)
- Lessive en feuilles

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

Ce drap de sac pour dormir n'importe où, même dans une auberge de jeunesse aux draps douteux !

Si vous partez pour un voyage en sac à dos, lisez mes conseils pour backpackers



15 - SÉCURITÉ

Si vous êtes amené à barouder et à déplacer vos affaires, mettez les éléments précieux en lieu sur !

- Cadenas à code (ces petits cadenas me permettent de sécuriser mon sac à dos)
- Pochette secrète pour planquer les billets sous les habits
- Packsafe pour sécuriser un sac à dos si vous voyagez en backpacker

INDISPENSABLE DANS MON SAC :

La pochette secrète pour avoir tous mes documents importants et mon argent sur moi, en toute discrétion

Mon conseil : Ne conservez pas tous vos moyens de paiements au même endroit dans la mesure du possible. Si vous voyagez à plusieurs, il est préférable que chacun veille sur sa carte plutôt que de les réunir dans une même pochette.



16 - ACTIVITÉS SPORTIVES

Envie d'une plongée ou d'un saut en parachute sur votre lieu de vacances ? Partez avec le nécessaire !

- Certificat médical d'aptitude
- Licence sportive
- Equipement, accessoires et vêtements spécifiques pour les sports envisagés
- Kit d'outils si voyage à vélo, moto..



17 - GESTION DES DECHETS

Pour ne pas laisser une empreinte néfaste sur votre passage, ayez des réflexes écologiques !

- Sac à dos d'appoint ultra léger, à plier quand on ne l'utilise pas, ça sert toujours et ça ne pèse rien (et surtout ça évite la surconsommation de sacs plastiques) !
- Gourde à remplir pour éviter les bouteilles plastiques
- Cendrier de poche

Mon conseil : Lisez la charte du voyageur responsable avant de partir.



18 - VOYAGER AVEC DES ENFANTS

Pour le sac des bébés et des enfants, consultez :

- La check list des voyages avec un bébé (ou jeune enfant)
- Ce qu'il faut savoir pour voyager avec des enfants

ACCESSOIRES DE VOYAGE À METTRE DANS VOTRE SAC :

Pour organiser votre valise au mieux et pour un séjour réussi, j'ai sélectionné les articles indispensables que je vous recommande



DES ORGANISATEURS SOUPLES DE BAGAGES

Voici de quoi compartimenter votre sac et organiser votre sac à dos ou votre valise comme un pro !

De fines housses de rangement pour donner une place à chaque chose et vous faire gagner beaucoup de temps.

Ces sacs organisateurs seront vos meilleurs amis sur la route !

Acheter

sur **amazon.fr**

UNE BATTERIE DE SECOURS NOMADE

Si vous tenez à rester connecté, emportez dans votre sac une batterie de secours qui vous permettra de faire repartir vos appareils USB en manque d'énergie. Le minimum est d'avoir un modèle 10 000 mAh.

Finis les téléphones qui se déchargent sur la route !