

Le voyage à l'étranger trousse de voyage de base

Voici un formulaire que vous pouvez imprimer et remplir afin de vérifier que vous emportez dans vos baggages tout ce qui peut être utile durant votre voyage. Cette trousse voyage doit bien sûr être adaptée aux besoins de votre famille. Elle a été préparé par des médecins ayant une grande expérience dans les voyages et l'adoption internationale [1](#).

- [Trousse de paperasses \(à transporter avec vous\)](#)
- [Trousse de base \(à laisser en soute\)](#)
- [Trousse de toilette \(à transporter avec vous\)](#)

- [Aussi disponible, dans une autre page: Trousse médicaments et trousse bébé-enfant](#)

1. Trousse de paperasses (à transporter avec vous)	
Passeports / Visas / Photos récentes	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Billets d'avion / Tickets de bagages / Carte d'embarquement / Argent de poche pour taxes d'aéroport	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Cartes d'identification professionnelle / internationales / de grands voyageurs / Carte d'affaires	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Carnets de vaccination / de santé / de vaccination internationale	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Test VIH (au besoin)	<input type="checkbox"/>
Lettre d'un médecin pour transport de seringues (au besoin)	<input type="checkbox"/>
Devises canadiennes / étrangères / dollars américains	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Chèques de voyage / Cartes de crédit / de guichet automatique	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Carte d'appel / No. tél. Canada direct / preuves d'achat de vos objets de valeur indispensables	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Carnet d'adresse / No. tél. des proches	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
No. tél. de son médecin / No. Tél. des cliniques à l'étranger	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
No. tél. des compagnies d'assurance / No. tél. des compagnies d'assistance-voyage	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Renseignements Medic Alert / Dossier médical (au besoin)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Prescription de verres correcteurs / des médicaments pris régulièrement	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

1. Trousse de paperasses - suite (à transporter avec vous)	
Permis de conduire / Permis de conduire international	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Plan et carte géographique / Guide de la destination / Liste des mots d'usage courant / Dictionnaire	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Réservation d'hôtel / Autres réservations	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Agenda de poche / Itinéraire	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Stylo / Papier	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<p style="text-align: center;">Documents spéciaux:</p> <p>_____ <input type="checkbox"/></p> <p>_____ <input type="checkbox"/></p> <p>_____ <input type="checkbox"/></p> <p>_____ <input type="checkbox"/></p>	

2. Trousse de base (à laisser en soute)	
Compresse / Compresses oculaires	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Bandelettes de rapprochement (steristrips) / bandages et diachylons / Coussinets autocollants (moleskines) / Bandage élastique	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Pince à épiler (pour tique)	<input type="checkbox"/>
Insectifuge (enfants DEET<35%) / Insectifuge (adultes DEET>35%)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Insecticide (RAID) / Permethrine (permanone tick repellent) /serpentins anti-moustiques / Moustiquaire portative imprégnée	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Désinfectant pour l'eau (chlore ou iode / Vitamine C) / Purificateur / filtre à eau	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Crème (SPF 15 ou 30) / Écran solaire	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Canif / ciseaux / tournevis / sifflet	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Lampe de poche / lampe frontale / petites radio ondes courtes / piles	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Épingles à ressort / élastiques / Ruban adhésif / Cadenas et clé	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Ruban à mesurer / fil et aiguille / Ustensiles / Cure-dents	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Adaptateur électrique / transformateur électrique portatif / parapluie	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Café soluble / soupes en sachets / Nourriture sèche	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Débarbouillette / serviettes humides détachantes / linge de toilette / papier de toilette	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Matériel spécial:	
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>

2. Trousse de toilette (à transporter avec vous)	
Pâte et brosse à dents / soie dentaire	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Antisudorifique / parfum / eau de toilette (sauf en région tropicale)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Savon / boîte à savon / crème hydratante	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Shampooing / Conditionneur / gel et mousse	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Rasoir (avec fil si électrique) / lames de rasoir / crème à raser	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Trousse de maquillage / coton tiges / papier mouchoir / miroir de poche	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Verres de contact / étui / liquides / larmes artificielles	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Verres fumés (2 paires) / verres correcteurs / étuis / nettoyeur à lunette	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Condoms / contraceptifs oraux / serviettes hygiéniques / tampons	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Sacs pour déchets / sac pour vêtements souillés / allumettes / réveille-matin	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Coussin cervical	<input type="checkbox"/>
Articles spéciaux:	
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>

Note: Préparé par Dominique Tessier, m.d., Jean-François Chicoine m.d. et Luc Chicoine m.d. On peut aussi obtenir une copie papier de ce formulaire au Centre de médecine de voyage du Québec, 1001, rue St-Denis, Montréal, Québec, Canada, H2X 3H9 Tél.: (514)281-3295.

URL = <http://www.quebecadoption.net/adoption/voyage/voytroussegen.html>

11 novembre 2000