

Note : on trouve en général de tout dans les pays traversés et généralement meilleur marché, inutile donc de trop se charger au départ (Nous avons commis cette erreur). Exception faite des articles très technique (et encore) et des médicaments dont l'origine peut s'avérer douteuse. (Ainsi il nous était possible d'acheter de la Malarone au Cambodge alors que celle-ci n'est pas censé être disponible en dehors de l'Europe et de l'Amérique du Nord)

	Bruno	Naty
<b>vêtements</b>		
T-shirt manche courte ordinaire	3	2
Polo manche courte - Laine mérino	1	
T-shirt manche courte genre CoolMax	1	1
T-shirt manche longue ordinaire	1	1
Chemise manche longue		1
T-shirt manche longue genre CoolMax	1	1
Veste sport manche longue	1	1
micropolaire manche longue	1	
polaire	1	2
veste imperméable (Gore Tex)	1	1
chapeau	1	1
pantalon gore tex	1	1
Pantalong velour	1	
Pantalon stretch		1
pantalon en toile (Convertible en short)	1	
Jean	1	1
bermuda / short		1
jupe		2
robe		1
calecon long chaud	1	1
<b>Couchage</b>		
Duvet compact léger-intermédiaire (1 kg)	1	1
mini -oreiller	1	1
Draps d'auberge	1	1
<b>Sport</b>		
bikini		1
<b>Hygiène</b>		
serviette micro fibre	1	1
Débarbouillette	1	1
trousse de toilette	1	1
petit miroir		1

	dentifrice	1	
	brosse à dent	1	1
	savon / gel douche	1	1
	boitier pour le savon		1
	lingettes anti-bactérienne		1 sachet
	pince à épiler		1
	boules quièçes		1 boîte
	déodorant		1
	échantillon de parfum		1
	rasoir + lame de rechange	1	1
	gel de rasage	1	
	bonnet de douche		1
	crème pour le corps hydratante		1
	maquillage		1
	shampooing		1
	Revitalisant		1
	produits lentilles		2 clean, 1 net
	limes à ongles		1
	Brosse à cheveux / peigne	1	1
	soin lèvres		1
	cotons tige		1 boîte
	boitier lunette	1	1
Accessoires			
	Pochettes secrète sous les vêtements	1	1
	lunettes de soleil	1	1
	Mini set de couvert (1 couteau, 2 fourchettes-cuillères)		1
	cadenas		1
	couteau suisse		1
	corde à linge		1
	épingle à linge		6
	papier toilette	2	1
	lampe électrique auto-rechargeable		1
	moustiquaire imprégnée (Deltaméthrine) pour 2 personnes		1
	masque pour dormir		1
	sifflet		1
	1 réveil de voyage		1
	calculatrice		1

Éviter les savons récupérés dans les hôtels

Elle n'a jamais servi, tous les endroits dans lesquelles nous avons dormi en fournissait si nécessaire

	Séchoir	1		Nous en avons acheté au Chili puis en Argentine...ensuite, Naty s'en est passé :-)
	Bassine pliable de lavage	1		Indispensable
<b>Couture</b>				
	trousse	1		
	épingles à nourrice	+		
<b>Chaussure</b>				
	chaussure de marche	1	1	
	basket (Espadrille)	1	1	
	tongue/sandale		1	
	sandalettes plastiques douche	1	1	
	Lacets pour basket	1		
	Lacets pour chaussure de marche	1		
<b>Sous vêtements</b>				
	chaussettes spéciales (CoolMax)	4	3	Ces chaussettes mettent autant de temps à sécher que les autres modèles.
	chaussettes ordinaires	1	1	
	soutiens-gorge sport		2	
	soutiens-gorge normaux		1	
	slips coolmax	2		Les sous vêtements qui ne sont pas 100% coton sont à déconseiller.
	string coolmax		2	
	slips	4		
	string		4	
	Pyjama	1	1	
	haut pour dormir		1	
	Jacquette		1	
<b>Sacs</b>				
	sacs ZipLoc	10		
	sac à dos (60 < l < 75)	1	1	Mon sac fut la majorité du temps trop lourd (20 kg) contre 15-16 kg pour celui de Naty
	mini sac à dos (15 < l < 25)	1	1	
	sac de toile pour le linge sale	1	1	
	sacs poubelles (Pour emballer les affaires à l'intérieur du sac)	2	2	
	sur sac / protection sac à dos	1	intégré	
<b>électronique</b>				

	I-pod	1	Pour stocker les photos, nous gravions également des CD de temps en temps
	Adaptateur camera pour le i-Pod	1	Pour transférer les photos de l'appareil vers le i-pod
	appareil photo numérique	1	
	carte mémoire	1 Go + 256 Mo	
	adaptateur universel	1	
	Chargeur batterie appareil photo	1	
	batteries appareil photo	2	
	boitier protège appareil photo	1	
<b>Pharmacie</b>			
	Trousse	X	
	Couverture de survie	X	
	Tampons	X	
	crème contre brulure soleil et soulagement piqure insecte	X	
	Crème solaire, indice très élevé (60)	2 flacons indice 60, 1 flacon 45	
	pillules Micropure	X	jamais servi
	Lactibiane ou Biotraval ou probiotique	X	jamais servi
	peroxyde d'hydrogène	X	
	Teinture d'iode	X	
	laxatif	X	
	Malarone	2 X 50	
	Pansements stériles	X	
	Pansements pour ampoule	X	
	scotch pansement + compresses ou gaze stérile	1	
	Répulsif moustiques application peau	X	Nous en avons racheté en Australie
	somnifère (Apo-Flurazepam)	X	
	Gel anti bactérien	X	Très utile
	thermomètre numérique	X	
	Antibiotique à large spectre y compris traitement pour les diarrées sévère : Azithromycin	X	
	Pilule contre la mal d'altitude (Acetazolamida)	X	Acheté au Chili
	<b>Imodium</b> (Chlorhydrate de Loperamide) 2mg	X	
	Contre mal des transport et nausée : Gravalol	X	
	<b>Rhinaris</b> (Polyéthylène glycol - Propylène glycol)	X	
	10 seringues 1cc	X	
	Réhydratation suite diarrée : <b>Gastrolyte</b>	X	Utile aussi en cas de coup de chaleur pour se réhydrater
	<b>ADVIL</b> Anti-inflamatoire (douleurs musculaires et maux de tête).	X	

Antibiotique pour traiter infection dentaire (Gen-Clindamycin)	X
Antiseptique ophtalmique Collyre bleu	X
Traitement rhume NéoCitran	X
Barres énergétiques	X
Pastilles pour le mal de gorge	X
Tylenols rhume	X