

## Le matériel essentiel pour voyager en zone tropicale

[www.raviday-voyage.com](http://www.raviday-voyage.com)

### BAGAGERIE & SECURITE VOYAGE

valise à roulette ou sac de voyage	sac à dos
mini-sacoche ou pochette de voyage	pochette secrète
cadenas avec combinaison	sangle à bagage

### VETEMENTS LEGERS & CHAUSSURES

chapeau à larges bords	foulard
chaussures de marche fermées et aérés	tongues pour la douche
chemise anti-moustique	tee-shirt à manches longues pour les zones à risques de paludisme
pantalon en toiles ou jean avec multi-poches qui se ferment	bermudas
gilet multi-poches	un imperméable
un pull pour les zones en altitude	

### CONFORT & SOMMEIL

masque de sommeil	bouchons d'oreilles
oreiller de voyage	chaussettes de contention contre les jambes lourdes

### HYGIENE

brosse à dents, dentifrice à croquer	gel nettoyant pour les mains
savon en feuilles pour le corps	shampooing en feuilles
mouchoirs jetables	Serviette de bain micro-fibre
trousse de toilette	

### SANTE

petits ciseaux, pince à échardes, épingles à nourrice	gel antibactérien pour les mains
---	----------------------------------

pansements et produit désinfectant et antiseptique	thermomètre
compresses stériles	bandes de gaze
bandes de contention	pommade anti-inflammatoire
crème solaire haute protection	pommade de protection des lèvres
crème anti-irritante pour les piqures	antiseptique oculaire
pastilles de sels contre la déshydratation dans le désert	désinfectant chimique pour l'eau
une moustiquaire imprégnée	un bracelet anti-insectes

### ACCESSOIRES DE VOYAGE

lunettes solaires filtration UV	lunettes correctrices (2 paires)
mini trousse de couture	flacon de voyage
pochettes étanches	étiquette de voyage
organiseur de voyages	une boussole
lampe torche avec crochet	un parapluie de poche

### MEDICAMENTS (liste non exhaustive)

antipaludiques	antibiotique actif sur les infections intestinales
antiamibien	antiallergique
anti-spasmodique	désinfectant intestinal
anti-vomitif et paracétamol	médicament contre le mal des transports