



AMBASSADE DE FRANCE EN THAÏLANDE

## PRATIQUE ET UTILE

Pour chaque personne de la famille

**L'équipement doit tenir dans le sac à dos et être le plus léger possible**

Documents / équipements	J'ai	Je dois faire / acheter
Sac à dos		
Papiers d'identité ( ou leur photocopie )		
Argent liquide ( si possible euros aussi )		
Vêtements de rechange et trousse de toilette ( savon, brosse à dents, dentifrice, etc. )		
Lampe de poche + piles		
Canif, couteau suisse ( préférable )		
Allumettes		
Mouchoirs en papier et papier hygiénique		
Trousse de premiers soins comprenant des ciseaux ainsi que antipyrétique / antalgique, antidiarrhéiques, antispasmodique		
Couverture légère, poncho		
Répulsif ( lotion anti-moustiques )		
Pâtes de fruits, barres aux céréales, petites conserves		
Bouteilles d'eau minérale et pastilles purificatrices		
Crème solaire ( protection UV 50 ) + couvre-chef		
Médicaments spécifiques ( pour personne suivant un traitement )		
Eventuellement, nécessaires pour bébé ( lait en poudre, couches, etc. )		

Afin que vos enfants soient facilement identifiables s'ils devaient se retrouver seuls, faites-leur porter une mini-fiche d'identité ( si possible plastifiée ) indiquant : prénom et nom, date de naissance, nationalité, numéros de téléphone et adresse en Thaïlande mais aussi d'un contact en France et -surtout- problèmes de santé particuliers.