



4 objets féminins pour un voyage serein !

Voici quelques objets féminins pas nécessairement vitaux mais extrêmement pratiques en voyage pour les filles et qui se font très discrets dans un sac à dos ! Alors je partage mes petites astuces.

Des cosmétiques solides pour éviter l'inondation dans son sac !

La marque de cosmétiques Lush recèle aussi des trouvailles utiles pour le voyage. Voici quelques produits qui peuvent être utiles d'amener dans sa trousse de voyage car ils ont les qualités de prendre peu de place, de ne pas pouvoir dégouliner dans le sac et d'être efficace :

- **Shampoing solide** à ranger dans une petite boîte en fer et qui dure des mois ...
- Pâte démaquillante ultrasimple, à mettre dans une **petite boîte d'échantillon**, ce sera suffisant si on ne se maquille pas tous les jours
- Déodorant solide à frotter
- Barre de massage. A emporter entière ou à moitié si votre peau a tendance à s'abîmer avec le soleil et le sel et que vous souhaitez la nourrir. OK ça fait pas baroudeur du tout, je ne pense pas que j'en mettrais dans mon sac mais ça peut être utile quand même.

Nous avons trouvé une autre marque de produits cosmétiques bio (contrairement à lush qui joue sur les mots mais n'est pas bio). **Mam'zelle Savon**, c'est un peu plus cher, mais fabriqué de manière artisanale et plus respectueux de l'environnement !

Des sandales de marche confortables et esthétiques, c'est possible ?

Futile l'esthétique de ces chaussures en voyage, oui et alors ! Étant donné qu'on doit se limiter à 2 paires de chaussures (voir 3) autant que celles-ci puissent être « portable » dans de nombreuses situations. Au delà de la paire de chaussures de marche qui est essentielle pour les treks en forêt ou l'ascension de volcan, la paire de sandales ouvertes (il fait quand même chaud en Amérique latine) utilisable à la fois pour de petites randos, des balades en ville, voir même des soirées, est hautement conseillée !

Peux-t'on alors conjuguer confort et esthétique. Certaines sandales proposées par la **marque Merrell** (modèle Jacardia qui me fait de l'œil) et **Columbia** semblent répondre à ces critères.

J'ai finalement opté pour les **Merrell Terran lattice 2**, très confortables et esthétiques. Elles ont fait bon nombre de randonnées, mais ne sont pas très adaptées pour la montagne (il ne faut pas trop en demander tout de même !). Rien de vaut de bonnes chaussures de marche en randonnée de montagne...

Le tout en un et indispensable pagne

Je suis adepte du pagne depuis 2004 et je trouve que ce bout de tissu est très utile en voyage car c'est un tout en un. Les pagnes (Afrique de l'ouest) ou les sarongs (équivalent asiatique) sont colorés et bariolés ce qui permet d'égayer la garde robe du baroudeur et de cacher les tâches tenaces. Ils sont généralement en coton tissé (appelé Wax en Afrique) ce qui les distingue des paréos plus courant qui sont souvent en synthétique.

Bref, le pagne conjugue de nombreuses qualités : Joli, confortable, solide, économique, facile à laver et rapide à sécher !

Voici les différentes utilisations que j'en fais en voyage : paréo, jupe d'appoint , robe de plage (en nouant le tissu différemment, on a différents modèles ...), serviette , écharpe, sac à linge sale, maillot de bain, porte bébé (jamais testé moi même mais c'est possible), coussin de fortune en le roulant en boule, pyjama , nappe pour pique nique...

La coupe menstruelle, Kesaco ?

Si votre **moyen de contraception** ne vous permet pas de mettre un terme à vos règles, il vous faudra trouver une solution pratique pour résoudre cette contrainte menstruelle.

Ne me voyant pas partir avec 10 mois de tampons dans mon sac à dos ou faire une recherche pays par pays sur la disponibilité des tampons ou serviettes sur google, j'ai vite opté pour la troisième voie : **la coupe menstruelle**. Il s'agit d'un réceptacle en silicone qui permet de recevoir les règles.

Le site français easycup.fr est une mine d'information sur les coupes menstruelles (description , utilisation, avantages...). Un questionnaire en ligne vous permet même de trouver le modèle qui vous convient le mieux et de vous orienter vers le site qui le commercialise en ligne.

Un simulateur vous permet de calculer les économies que vous réaliserez car en plus d'être pratique, les coupes menstruelles sont aussi **économiques et écologiques** (moins de déchets). Et je vous ai même écrit **un guide pratique sur l'utilisation de la coupe menstruelle** pour vous aider à passer le cap.

Mon choix : la **meluna classic**, j'en suis ravie et l'utilise depuis plusieurs années !

Pour les astuces, c'est tout pour aujourd'hui !

Épingle moi sur pinterest !

Pour d'autres astuces de voyage au féminin, vous pouvez lire mon article sur [la contraception en voyage](#), mon guide ultra pratique sur [la coupe menstruelle](#) ou bien encore celui sur le choix de mon sac à dos de voyage / randonnée, élément primordial pour les longs voyages !