

VACANCES JE PRÉPARE MA TROUSSE À PHARMACIE

Nères
ASSOCIATION

LES INDISPENSABLES À EMPORTER PARTOUT

- Un **antalgique** contre la douleur et la fièvre
- Un **antiseptique** pour nettoyer une plaie
- Des **compresses et du sparadrap** pour couvrir une plaie
- Un **thermomètre** pour vérifier votre température
- Une **pince à épiler** pour retirer une écharde
- Un **gel hydro-alcoolique** pour désinfecter mes mains

POUR LA PLAGE OU LA MONTAGNE

- Une **crème solaire**
- Un **anti-moustique**
- Des **pansements anti-ampoule**
- Une **crème apaisante** (après-soleil, piqûres)

POUR L'AUTRE BOUT DU MONDE

- Un **anti-inflammatoire**
- Un **anti-diarrhée**
- Des produits contre le **mal des transports**
- Des comprimés pour **purifier l'eau**
- Des produits pour **faciliter la digestion**

Traitement chronique ? J'emporte mes médicaments et une photocopie de mon ordonnance.

Je vérifie si je suis à jour de **mes vaccinations selon ma destination.**