

# SAC À LANGER EN AVION

## CHECK LISTE

.....

- Couches ( 1 par heure de voyage).....
- Lingettes ou carrés de cotons.....
- Tapis à langer portable.....
- Pack de sacs à couches sales.....
- Rechanges complets : body/haut / pantalon.....
- Collations et/ou repas pour bébé.....
- Bavoirs/langes/serviettes, petites cuillères.....
- Biberons d'eau, tétines, bouteilles.....
- Couverture légère.....
- Jouets et livres (voir mes idées ci-après).....
- Protection auditive (optionnel) : casques ou bouchons d'oreilles.....

.....

- Crème hydratante et baume à lèvres :  
.....
- Pièces d'identité pour le bébé et les parents  
.....
- Doliprane en flacon non ouvert  
.....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

## Check liste d'affaires à apporter à bord d'avion pour un bébé

1. **Couches et lingettes (désinfectantes) ou des cotons** : Apportez suffisamment de couches et de lingettes pour le voyage et les éventuels retards. La règle officielle serait de 1 couche par heure de voyage + une petite réserve en cas de retard.
2. **Tapis à langer portable** : Facilite le changement de couches dans les toilettes de l'avion ou les espaces dédiés pas toujours très propres et/ou confortables.
3. **Sacs à couches sales** : Pour contenir les couches et les vêtements sales, en évitant les odeurs désagréables autant pour vous que les autres passagers.
4. **Vêtements de rechange complet** : Body + haut + pantalon. Prévoyez des vêtements de rechange pour votre bébé en cas de déversements ou d'accidents pipi/caca.
5. **Collations et/ou repas pour bébé**:
  - a. Apportez des aliments faciles à manger et des collations saines pour le bébé.
  - b. **Doseuses de lait en poudre + Eau en bouteille** ou encore mieux dans le biberon.
  - c. Sinon **repas adapté à l'âge du bébé** (un petit pot + compote ou yaourt bébé)
6. **Les ustensiles, les bavoirs, les langes/serviettes, les petites cuillères** et les contenants hermétiques.
7. **Biberons d'eau, tétines et/ou gobelets à bec** : Prévoyez des biberons et des tétines pour l'eau, le lait ou les boissons préférées de votre bébé.
8. **Couverture légère** : Pour garder votre bébé au chaud pendant le vol et servir de doudou réconfortant.
9. **Jouets et livres** : Apportez des jouets et des livres pour divertir et calmer votre bébé pendant le voyage.
  - a. AquaDoodle- dessin avec un stylo à eau
  - b. Des livres à toucher;
  - c. Des quietts ou "busy" books;
  - d. Des autocollants repositionnables;
  - e. Des spinners à ventouses;
  - f. Jeux éducatifs sur tablette ou smartphone : Téléchargez des applications éducatives adaptées à l'âge de votre enfant pour les divertir pendant le vol.
  - g. Des bouteilles sensorielles ( des idées à trouver aussi sur mon blog)
  - h. Poupées ou peluches : Un personnage préféré ou une peluche peut apporter du réconfort et de la distraction à votre bébé pendant le vol.
11. **Protection auditive (optionnel)** : Des casques ou des bouchons d'oreilles anti-pression pour protéger les oreilles sensibles de votre bébé lors du décollage et de l'atterrissage. La marque Quies en propose une version "kids".
12. **Lingettes nettoyantes multi-surfaces** : Pour nettoyer les surfaces, les tablettes et les sièges de l'avion, assurant un environnement propre pour votre bébé.
13. **Crème hydratante et baume à lèvres** : L'air dans les avions peut être sec, donc apportez de la crème hydratante pour bébé et du baume à lèvres pour vous et votre enfant. Si vous avez des échantillons c'est top pour les contrôles!
14. **Pièces d'identité pour le bébé et les parents** : Assurez-vous d'avoir les passeports, les cartes d'identité ou tout autre document officiel requis pour voyager avec votre bébé.

15. **Livret de famille** : En fonction des régulations du pays de départ et d'arrivée, il peut être nécessaire d'emporter votre livret de famille pour prouver la filiation avec votre enfant.

**Et en matière de puériculture:**

- Porte-bébé ou écharpe de portage : Pour garder les mains libres et apporter un confort supplémentaire à votre bébé pendant les déplacements.
- Poussette légère et pliable : Pratique pour se déplacer dans l'aéroport et se plie facilement pour l'embarquement.