



CHECKLIST VOYAGE LÉGER - TORONTO JUIN 2025

4 jours | Congrès + Exploration urbaine + Nature



PHILOSOPHIE : Multiples couches légères + polyvalence maximale



DOCUMENTS ESSENTIELS



VOYAGE

- ☐ **Passeport** (vérifier validité 6+ mois)
- ☐ **Billet d'avion** YTZ (digital + copie physique backup)
- ☐ **Réservation hébergement** ILC (confirmation + adresse exacte)
- ☐ **Assurance voyage** (numéro police + contact urgence)



CONGRÈS

- ☐ **Confirmation inscription** ACDEAULF (référence + badge pickup info)
- ☐ **Cartes professionnelles** (50 minimum pour networking)
- ☐ **Carnet + stylo** pour notes sessions



FINANCIER

- ☐ **Carte débit** (notifier banque voyage Canada)
 - ☐ **Carte crédit** (backup + notifications voyage activées)
 - ☐ **Cash CAD** 100-150\$ pour tips/transport/urgences
 - ☐ **PRESTO Card info** (possibilité achat sur place TTC)
-



VÊTEMENTS STRATÉGIQUES



PRINCIPE : 3 couches adaptables + mix & match



CONGRÈS PROFESSIONNEL

- ☐ **Blazer léger** (marine/anthracite = polyvalent)
- ☐ **Pantalon confort** (voyage + présentable congrès)
- ☐ **2 polos/chemises** (1 congrès, 1 backup)
- ☐ **Chaussures confort** (marche urbaine + présentables)



EXPLORATION URBAINE

- ☐ **Jeans confortable** (gaming cafés + brasseries)

- ☐ **2 t-shirts coton** (couches + backup)
- ☐ **Hoodie/cardigan léger** (climatisation + soirées fraîches)
- ☐ **Sneakers marche** (20,000+ pas/jour prévus)

MÉTÉO JUIN TORONTO

- ☐ **Veste imperméable légère** (pliable, pluies fréquentes juin)
- ☐ **Casquette/chapeau** (soleil + style urbain)

NATURE/FERRY

- ☐ **Short** (îles + Tommy Thompson Park si chaleur)
- ☐ **Sandales confort** (ferry + plages si temps permet)

NUIT/CONFORT

- ☐ **Sous-vêtements** (4-5 jours + backup)
- ☐ **Chaussettes** (3 paires confort marche + 2 dress)
- ☐ **Pyjama/vêtements nuit** (minimal)

HYGIÈNE & SANTÉ

FORMAT VOYAGE (100ml max)

- ☐ **Dentifrice** (format voyage)
- ☐ **Shampoing/gel 2-en-1** (économie espace)
- ☐ **Déodorant** (stick vs spray)
- ☐ **Crème solaire SPF 30+** (crucial juin Toronto)

PHARMACIE MINIMALE

- ☐ **Médicaments personnels** (prescription + copie ordonnance)
- ☐ **Antidouleur** (Advil/Tylenol marche intensive)
- ☐ **Anti-diarrhée** (nouvelles découvertes culinaires)
- ☐ **Pansements** (ampoules marche urbaine)

HYGIÈNE BASIQUE

- ☐ **Brosse à dents** (format voyage)
- ☐ **Rasoir jetable** (2-3 jours autonomie)
- ☐ **Lingettes nettoyantes** (gaming cafés + transport)

TECH & CONNECTIVITÉ

ÉLECTRONIQUE

- ☐ **Smartphone** (GPS + TTC app + photos)
- ☐ **Chargeur phone** (cable + adaptateur mural)
- ☐ **Power bank** (10,000mAh minimum pour journées complètes)
- ☐ **Écouteurs** (transport + podcasts marche)

PHOTO/VIDÉO

- ☐ **Câble USB supplémentaire** (backup + charge multiple)
- ☐ **Adaptateur Canada** (Type A/B si différent pays origine)

BACKUP DATA

- ☐ **Cloud storage activé** (Google Photos auto-backup)
 - ☐ **Apps offline** (Google Maps sections téléchargées)
-

ÉQUIPEMENT EXPLORATION

MARCHE URBAINE

- ☐ **Sac à dos léger** (journées exploration 15-20L)
- ☐ **Bouteille d'eau réutilisable** (fontaines publiques Toronto)
- ☐ **Sac shopping pliable** (St. Lawrence Market achats)

NAVIGATION

- ☐ **Apps TTC** (horaires temps réel)
- ☐ **Google Maps offline** (économie data + backup)
- ☐ **Plan papier backup** (battery backup)

PROTECTION MÉTÉO

- ☐ **Parapluie compact** (juin = showers fréquents)
 - ☐ **Lunettes soleil** (reflets lac Ontario + style)
-

SPÉCIFIQUE ACTIVITÉS PRÉVUES

GAMING CAFÉS

- ☐ **Lingettes mains** (hygiène jeux partagés)
- ☐ **Cash small bills** (tips + jeux arcades potentiels)

BRASSERIES

- ☐ **ID backup** (contrôle âge systématique Canada)

NATURE/FERRY

- ☐ **Sac étanche petit** (phone + documents si éclaboussures)
- ☐ **Insect repellent** (Tommy Thompson Park = nature)

PHOTO PERLES CACHÉES

- ☐ **Chiffon micro-fibre** (nettoyage objectif phone)
 - ☐ **Mode nuit testé** (Berczy Park éclairage + longue pose)
-

OPTIMISATIONS VOYAGE LÉGER

STRATÉGIE LAYERING

- ✓ **Blazer sur hoodie** = look smart-casual polyvalent
- ✓ **Même pantalon** congrès + exploration (couleur neutre)
- ✓ **Chaussures 2 max** : confort marche + dress occasions

SPACE-SAVING HACKS

- ✓ **Rouler vêtements** vs plier (30% espace économisé)
- ✓ **Chaussettes dans chaussures** = optimisation volume
- ✓ **Liquides partagés** : shampoing = gel douche
- ✓ **Multi-usage** : bandana = serviette + style + emergency mask

MÉTÉO JUIN TORONTO

- **Températures** : 15-25°C (59-77°F)
- **Pluie** : 75mm moyenne (showers courts fréquents)
- **Humidité** : 65% (sensation + chaude)
- **Vent** : Modéré lac Ontario (facteur rafraîchissement)

PRO TIPS LOCAUX

- ✓ **Layering essentiel** : matin frais → midi chaud → soir frais
 - ✓ **Waterproof crucial** : averses soudaines typiques juin
 - ✓ **Confort pied priorité** : 15,000-20,000 pas/jour minimum
 - ✓ **Style décontracté OK** : Toronto très casual-friendly
-

DERNIÈRE MINUTE - NE PAS OUBLIER

DÉPART

- ☐ **Check météo 48h avant** (ajustements dernière minute)
- ☐ **Notification banques voyage** (éviter blocage cartes)
- ☐ **Charge complète devices** (power bank + phone)
- ☐ **Imprimer boarding pass** (backup digital)

APPS À TÉLÉCHARGER

- ☐ **TTC Official** (transport Toronto temps réel)
- ☐ **Google Translate** (aide français-anglais si besoin)
- ☐ **Yelp** (reviews restos temps réel)
- ☐ **Weather Network** (météo locale précise)

VÉRIFICATIONS FINALES

- ☐ **Passeport validité** (6+ mois minimum)
 - ☐ **Médicaments quantité suffisante** (+2 jours sécurité)
 - ☐ **Contacts urgence** (consulat + assurance + famille)
 - ☐ **Copies digitales documents** (cloud + email soi-même)
-


RÉCAP BAGAGE TYPE

CARRY-ON SEULEMENT (22x35x56cm)

POIDS TARGET : 7-10kg maximum pour mobilité optimale

ORGANIZATION

- **Cubes rangement** (1 vêtements + 1 tech/docs)
- **Liquides sac transparent** (règles aéroport)
- **Documents pochette facile accès** (passeport + billets)
- **Tech concentrated** (cables + chargeurs même zone)

 **VOYAGE LÉGER = LIBERTÉ MAXIMALE !** Plus de mobilité, moins de stress, plus de focus sur l'expérience Toronto ! 