

Liste de pique-nique en famille

Nourriture & snacks

- Crudités pré-découpées
- Pain en tranches ou baguette
- Tartinables et sauces
- Sel et assaisonnement
- Snacks sains, comme des noix
- Fruits frais
- Eau ou jus

Accessoires & équipement

- Assiettes biodégradables ou réutilisables
- Gobelets biodégradables ou réutilisables
- Couverts biodégradables ou réutilisables
- Couteau suisse
- Thermos et glacière
- Panier de pique-nique
- Couverture de pique-nique

Et n'oubliez pas...

- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Crème solaire
- Vêtements chauds
- Mouchoirs **Lotus**
- Papier toilette **Lotus** (au cas où !)
- Papier toilette humide **Lotus**
- Essuie-tout pour emballer les sandwiches



Découvrez plus d'idées sur [lotus-hygiene.com](https://www.lotus-hygiene.com)



 Le bien-être au quotidien