

Checklist avant de partir à l'examen

Départ

Un contrôle minute par minute pour quitter la maison sans précipitation ni oubli.

Objectif : cocher vite, éviter les oublis, partir l'esprit clair.

T-24 h

- Vérifier heure officielle, lieu, salle et conditions d'accès.
- Préparer le sac complet et le laisser près de la porte.
- Consulter l'itinéraire et repérer les travaux ou perturbations.
- Prévoir une marge de transport et une option de secours.
- Programmer les réveils et éviter les révisions trop tardives.

T-60 min

- Prendre sac, clés, téléphone et titre de transport.
- Fermer les fenêtres et vérifier la porte.
- Envoyer un message bref si quelqu'un doit connaître l'heure de départ.
- Lancer l'itinéraire et partir sans refaire tout le programme de révision.
- Garder la convocation accessible.

T-3 h

- Manger légèrement et boire de l'eau.
- Relire seulement une fiche de synthèse courte.
- Vérifier météo, tenue et temps de trajet réel.
- Charger le téléphone puis le passer en mode économie si besoin.
- Confirmer que les documents sont dans le sac.

T-15 min avant l'entrée

- Passer aux toilettes si nécessaire.
- Éteindre ou ranger les appareils interdits.
- Sortir identité, convocation et stylos.
- Respirer, lire les affichages et attendre les consignes.
- Se rappeler : une étape à la fois.

Règle simple

Si une vérification prend moins de deux minutes, faites-la avant de partir. Si elle relance le stress, notez-la puis avancez vers le centre d'examen.

Notes rapides
