COSA METTERE IN VALIGIA

Forse questa lista è un po' da paranoici... ma si fa presto a depennare!
Usatela come base e poi fate un po' come vi pare!

Soldi e dintorni

- Carte di credito e Bancomat (con relativi PIN e numeri telefonici per bloccarle in caso di smarrimento o furto)
- Soldi contanti a sufficienza
- Valuta estera (compreso qualche biglietto di piccolo taglio)
- Portavaluta in cotone (da indossare sotto gli indumenti) o cintura con cerniera interna per le somme di denaro più consistenti
- Portafogli con tanti scomparti per ricevute, scontrini, carte, ecc.
- Carte fidelity (Millemiglia, Cartaviaggio, fidelity delle catene di alberghi, autonoleggi, ecc.)
- Blocchetto di Assegni
- Codici dell'home banking (PIN, nome utente, password, ecc.)
- Generatore di codici per conferma operazioni in home banking

Documenti personali

- Carta di identità (controllate che non sia scaduta e che sia in buone condizioni)
- Passaporto (controllate la scadenza e il visto per i Paesi che visiterete. Per gli USA è necessario il passaporto elettronico. Date uno sguardo al sito internet della Polizia per avere delle informazioni aggiornate)
- Lasciapassare per i minori di 15 anni
- Visto Turistico (per i Paesi che lo richiedono)
- Patente (italiana o equivalente internazionale)
- Carta Verde (per guidare all'estero in regola con RCA Responsabilità Civile Auto)
- Tessera Sanitaria

- Scheda con gruppo sanguigno, vaccinazioni, allergie, e info sanitarie importanti
- Certificati di vaccinazione effettuati (controllate l'elenco delle vaccinazioni obbligatorie e consigliate per la destinazione prescelta)
- Estremi delle assicurazioni sanitarie (e relativi numeri telefonici)
- Fotocopia dei documenti personali e di viaggio (in caso di furto o smarrimento degli originali)

Documenti di viaggio

- Biglietti di viaggio (con relativi check in per i voli aerei. Se usate il treno, ricordate di obliterare i biglietti prima di partire)
- Prenotazioni e supplementi (rapido, cuccetta) con i relativi codici e con gli estremi della transazione fatta telefonicamente o via Internet
- Voucher alberghi, ristoranti e servizi vari
- Documenti automobile (carta di circolazione, assicurazione, ecc.)
- Foglio con il programma del viaggio (orari, appuntamenti, riferimenti sul posto, ecc.)
- Cartine, guide turistiche e descrizione dei percorsi (ad esempio, stampati da Internet)

Chiavi

- di casa (+ copia di riserva e chiave allarme)
- della macchina (+ copia di riserva e chiave antifurto)
- del garage (+ chiave di riserva)

Informazioni

- Indirizzi e telefoni utili (alberghi, noleggio/officina auto, agenzia viaggio, compagnie aeree, ambasciate e consolati, compagnia assicurazione, parenti, amici, ecc.)
- PIN delle carte di credito e i numeri telefonici per bloccarle
- Password (Internet, email, account vari, PIN e PUK del cellulare, ecc.)
- Agendina e rubrica con gli indirizzi per le cartoline …CAP compresi ...e le email!

Igiene personale

- spazzolino da denti (con la capsula proteggi setole) e filo interdentale
- dentifricio e colluttorio
- saponette
- bagno schiuma
- shampoo e balsamo
- phon (attenzione alla tensione della rete elettrica ed al tipo di presa di corrente)
- spazzola e pettine
- piccolo asciugamano
- lacca e/o gel
- crema solare protettiva
- doposole
- burro di cacao
- bastoncini per le orecchie
- deodorante
- profumo o acqua di colonia
- forbicine e limetta per le unghie (da mettere in valigia e non nel bagaglio a mano!)
- tagliaunghie
- fazzolettini (di carta e rinfrescanti)
- crema corpo/mani/viso
- copriwater di carta

Beauty case (con specchio) femminile:

- fondo tinta – fard
- ombretti
- rimmel
- eye-liner
- rossetto e lucidalabbra
- matita occhi e labbra
- salviette demaquillage
- latte detergente
- struccante occhi
- tonico
- dischetti cotone idrofilo
- crema viso e corpo
- specchietto
- pinzette
- forbicine (da inserire in valigia da imbarco e non nel bagaglio a mano)
- occorrente per la depilazione (a scelta: Silkepil, crema, rasoietti...)
- assorbenti igienici (interni/esterni) a sufficienza e bustine per riporli

Beauty case maschile

- rasoio
- schiuma da barba
- dopobarba
- creme varie
- deodorante
- profumo

Medicine

- termometro
- cerotti
- fazzoletti disinfettanti
- antipiretico (...aspirina, tachipirina)
- antidolorifico (...moment, novalgina)
- tranquillante (...valeriana)
- antinausea da viaggio (...travelgum, xamamina)
- per "andare in bagno" (supposte glicerina)
- …e per non andarci troppo spesso (…bimixin)
- antivomito (...plasil)
- stick anti zanzare e repellente (…autan)
- antistaminico in pomata (...fargan) e in pasticche (in caso di eritemi solari)
- preservativi e/o contraccettivi
- tutti i medicinali assunti normalmente per i propri problemi di salute

Ed inoltre

- magliette in polipropilene o microfibra (leggere, si lavano e asciugano in poco tempo)
- un foulard leggero: serve se c'è vento per riparare la gola e se si va in musei o luoghi sacri per coprire porzioni di pelle troppo scoperta!
- merendine e snack per tamponare la fame
- bottiglietta in plastica da mezzo litro (vuota altrimenti in aeroporto la sequestrano!)
- telefono cellulare, caricabatterie (normale e da auto), auricolare
- orologio da polso (meglio se di tipo resistente e waterproof, con sveglia)
- penna e block-notes per prendere appunti, indirizzi, ecc.
- guide turistiche e cartine stradali
- dizionario tascabile (in carta o installato sul telefonino)
- coltellino multiuso (da mettere in valigia visto che non si può portare nel bagaglio a mano)
- piccola torcia
- libri e giornali
- ombrello pieghevole
- giacca a vento
- occhiali da sole (con la custodia e il panno per pulire le lenti)
- occhiali da vista, custodia e occorrente per pulirli (anche un paio di riserva, se si hanno)
- lenti a contatto, contenitore e liquidi vari
- piccolo kit cucito da viaggio
- borsone con tante tasche o zaino
- accendino e/o fiammiferi
- presa elettrica multistandard
- multipresa
- ombrello pieghevole
- K-way o impermeabile pieghevole
- sacco in plastica per la biancheria sporca

Un po' di tecnologia

- fotocamera digitale e accessori (borsa, memory card, batteria, caricabatteria, cavalletto, flash, obiettivi, cavetti vari, ecc.)
- videocamera e accessori (borsa, videocassette o card, batterie, caricabatterie, cavi, ecc.)
- notebook e accessori (batterie, caricabatterie, cavi, ecc.)
- prese multistandard (elettrica e telefonica)
- cellulare e accessori (sim-card, batteria di riserva, caricabatterie, custodia, cuffia-microfono, auricolare blutooth, ecc.)
- navigatore satellitare/antenna GPS
- lettore mp3 e auricolare
- chiavetta USB per scaricare le foto dalla fotocamera

E se avanza spazio

- pile di ricambio
- giochi vari (un mazzo di carte, scacchi, giochi poket tipo scarabeo, cluedo, ecc.)
- foto tessera (utili per acquistare abbonamenti e tessere metro)
- buste di plastica (servono sempre...)
- busta pieghevole con manici
- poggiatesta gonfiabile e mascherine per occhi (per lunghi viaggi in aereo)
- tappi per le orecchie
- occorrente per i vostri hobbies (strumenti musicali, attrezzatura sportiva, videogiochi, playstation, colori e pennelli, blocchi da disegno, libri, riviste enigmistiche, ecc.
- penne biro (almeno 3 o 4… meglio abbondare perché quando servono, non scrivono!)

Abbigliamento

Al mare

- biancheria intima
- magliette
- camicie
- pantaloni lunghi
- pantaloni corti
- gonne
- K-way
- pigiama
- scarpe comode
- costumi da bagno
- maglioncino in cotone o giubbottino per le sere più fresche e per gli ambienti climatizzati
- vestitino per la sera + sandali (per le donne ovviamente…)
- scarpe chiuse e comode per le escursioni
- scarpe da sera da passeggio
- ciabatte di gomma e sandali
- occhialetti e cuffia per piscina
- maschera pinne e boccaglio
- attrezzatura sub
- accappatoio (meglio del tipo ultraleggero in tessuto non tessuto)
- telo mare (meglio del tipo ultraleggero in tessuto non tessuto)
- crema protettiva abbronzante viso e corpo
- stik proteggilabbra
- crema doposole
- cappellino con visiera
- occhiali da sole
- copricostume e/o pareo
- borsa spiaggia
- spray anti-zanzare (tipo Autan), pomata per le punture (Fargan e simili), zampironi
- collane, collanine, braccialetti
- libri, riviste e giornali

In montagna:

- zaino con molte tasche
- scarpe da trekking
- pantaloni lunghi con molte tasche
- biancheria intima
- calzettoni
- collant pesanti
- maglioni di lana o felpa in pile
- camicie
- un cambio sempre a portata di mano (in caso di pioggia)
- giacca a vento in gore-tex con cappuccio e molte tasche
- coltellino multiuso
- binocolo
- borraccia
- bussola
- cappellino (o bandana)
- occhiali da sole
- crema solare ad alta protezione
- sciarpa leggerissima (cotone indiano, seta) per proteggere il collo dal sole
- racchetta o bastone da passeggiata
- sacco a pelo (se si pensa di dormire all'aperto)
- fischietto d'emergenza
- kit antiveleno serpenti
- cerotti per le vesciche
- prodotto per tenere lontani gli insetti
- prodotto contro le punture degli insetti una volta che il male è fatto
- magliette in polipropilene (leggere che si lavano e asciugano in poco tempo)
- sapone da bucato (se si porta poca roba nello zaino e si lava frequentemente)
- integratori di sali minerali
- apparecchio GPS per seguire sentieri o fare il punto
- cartine dei sentieri, meglio se scala 1:10.000 o 25.000

In inverno

- Giubbotto imbottito (di qualunque cosa tranne le piume d'oca, per favore!)
- Maglioni e/o pile
- Guanti di lana o pile
- Sciarpa
- Cuffia

N.B.: Assolutamente da evitare le pellicce, visto che gli animali è meglio ammirarli da vivi che indossarli da morti! E poi sono fuori moda oltre che una manifestazione di estrema insensibilità!

In Crociera

IN NAVE DURANTE IL GIORNO

- Abbigliamento estivo e informale
- Scarpe chiuse e comode per girare a bordo
- Infradito per stare in piscina
- Ciabatte riposanti da usare in cabina
- Costume da mare (il telo mare lo troverete a bordo)
- Cappello per ripararsi dal sole
- Foulard per le giornate più ventose
- Occhiali da sole
- Una piccola borsa (o marsupio) per girare a bordo per contenere pochissime cose (mappa della nave, giornale di bordo, fazzoletti, card servizi, telefono, fotocamera, ecc.)

FUORI DALLA NAVE

- Abbigliamento estivo e informale
- Scarpe chiuse e comode per le escursioni
- Foulard per le giornate più ventose
- Una giacca o giubbetto leggero
- Cappello
- Occhiali da sole
- Una borsa media (possibilmente antiscippo) per contenere il necessario (fazzoletti, documenti di identità, fotocopia dei passaporti/carta d'identità (i documenti originali lasciateli in cabina) card servizi, documenti, telefono, fotocamera, portafoglio con denaro contante e carte di credito o bancomat per eventuali shopping o prelievi)

IN NAVE ALLA SERA

- Abbigliamento comodo ed informale
- Scarpe chiuse e comode per stare a bordo
- Vestiti più eleganti per la cena, per lo spettacolo al teatro, per il casinò, o nei vari bar dove si tiene musica dal vivo (ma non è obbligatorio)
- Scarpe e abbigliamento adatto per appassionati di ballo (liscio, latino americani ecc.)
- Scarpe e abbigliamento da discoteca
- Maglioncino o cardigan per la sera e per gli ambienti comuni climatizzati

AL RISTORANTE

- Abbigliamento informale ma adeguato

SERATE A TEMA

- Spesso a bordo vengono organizzate delle serate a tema: es. la serata bianca (dove ci si dovrebbe vestire di bianco) oppure la serata tricolore (dove si dovrebbe indossare qualcosa di verde o bianco o rosso). Non è comunque obbligatorio partecipare o vestirsi a tema.

SERATA DI GALA

- Per ogni crociera si tiene a bordo una serata di gala per la quale viene richiesto un abbigliamento più formale (abito da sera per le signore e un abbigliamento elegante per gli uomini. Potete sfoggiare cappelli, guanti, ecc. Non è comunque obbligatorio partecipare.

In viaggio con i bambini

Da 0 a 6 mesi

- carrozzina con zanzariera
- borsa con l'occorrente per il cambio
- pomata per il cambio pannolino e fazzoletti appositi
- asciugamano (da usare come fasciatoio d’emergenza)
- tutine in quantità
- canottiere e mutandine
- pannolini
- calzini
- succhiotti, porta-succhiotti e mollette-ferma-succhiotto
- carillon e sonaglini
- occorrente per il bagnetto

Ed inoltre

- latte in polvere
- biberon e scaldabiberon
- occorrente per sterilizzare
- tettarelle
- scovolino
- detersivo per biberon e scovolino
- bavaglini
- bilancia per alimenti

Da 6 mesi a 3 anni

- passeggino
- lettino da campo
- seggiolino da tavolo
- pannolini
- abbigliamento in quantità
- pigiamini
- canottiere e mutandine
- calzini e scarpe
- biberon
- latte
- pappe

Otre i 3 anni

- abbigliamento in quantità
- pigiamini
- canottiere e mutandine
- calzini e scarpe

Ed inoltre

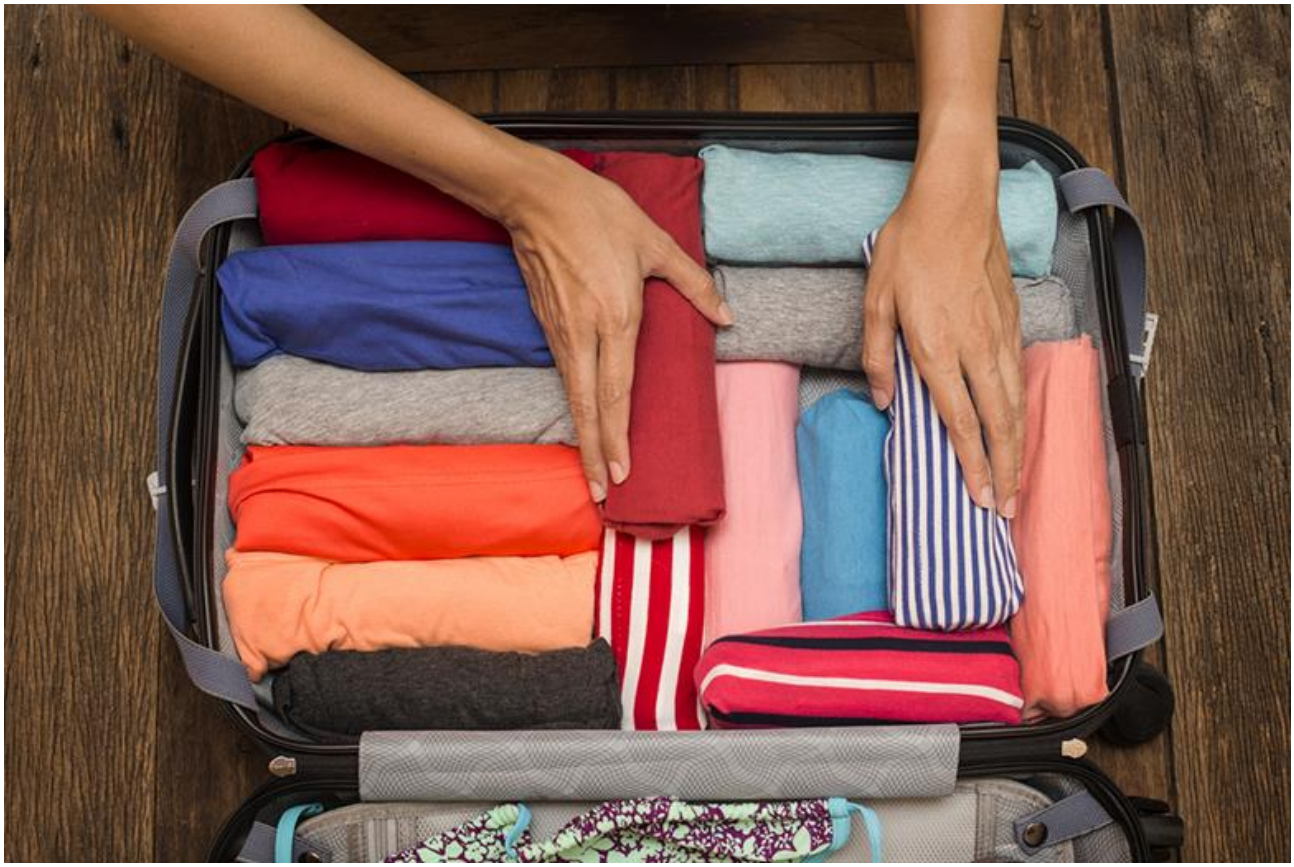
- il pupazzo preferito
- shampoo per bimbi
- spazzolino da denti
- dentifricio del sapore che preferiscono
- seggiolini per auto
- pastelli e carta
- giocattoli vari
- acqua, succhi di frutta e merendine per il viaggio
- il cuscino da nanna a cui i bimbi sono abituati
- … tanta, tanta pazienza!!!

N.B. Per le medicine dei bambini, portate almeno termometro e tachipirina in supposte, ma è meglio fare una chiacchierata con il pediatra prima di partire!

Bagaglio a mano (borsa o zaino)

- Portafoglio da viaggio (diverso da quello usato normalmente per evitare di perdere i vari abbonamenti/lettere/fototessere e altre amenità che ci si porta dietro dagli anni ’90)
- Documenti e soldi
- Un cambio completo + l’essenziale per star fuori una notte (perché se viaggiate in aereo non è detto che il bagaglio imbarcato vi arrivi subito): mutande, calzini, maglietta, pantaloni della tuta (che si possono usare anche da pigiama), spazzolino, dentifricio
- Caricabatterie del telefono di scorta
- Salviette umidificate
- Salviette intime (non si sa mai!)
- Medicine indispensabili
- Qualcosa da leggere
- Qualcosa da sgranocchiare
- Una sciarpa leggera e/o maglioncino per l’aria condizionata sugli aerei e nei treni
- Stampe di tutte le prenotazioni (hotel, voli, ecc… una copia dovrà essere messa anche nella valigia… non si sa mai)

Consigli utili per fare la valigia o lo zaino



Lavate i vestiti in viaggio
Se fate un viaggio di più di 10 giorni non portatevi un cambio al giorno: organizzatevi per lavare i vostri vestiti in modo da portare meno cose possibili. Si può fare nelle lavanderie a gettoni oppure chiedere all'hotel: spesso offrono questo servizio. Se proprio siete sperduti nel nulla portatevi un pezzettino di sapone di Marsiglia che fa sempre il suo dovere.

Fate le fotocopie dei documenti, delle carte di credito e delle prenotazioni
Fate le fotocopie e possibilmente fategli anche una foto con lo smartphone. Probabilmente non vi serviranno, ma se vi doveste trovare in difficoltà (furti, smarrimenti…) ringrazierete il cielo di averlo fatto.

Segnatevi i numeri telefonici importanti
Internet non sempre vi assiste. Segnatevi il numero telefonico dell'ambasciata, quelli degli hotel, delle compagnie aeree e di tutti quei soggetti con cui avrete a che fare durante il viaggio (tour operator locali, guide…). Non si sa mai.

Zaino: sceglietelo in modo intelligente e riempitelo in modo ancora più intelligente
Compratene uno adatto a voi, con lo schienale regolabile e la giusta capienza. Sceglietelo con la zip davanti in modo da non dover smontare tutto lo zaino per recuperare quello che serve. Riempitelo in maniera intelligente:

- Mettete sopra le cose che userete per prime (così non dovrete smontarlo subito)
- Mettete le cose dentro ai sacchetti in modo da togliere e rimettere solo i sacchetti e non una maglietta alla volta (un sacchetto per la biancheria, uno per le magliette, uno per i pantaloni, uno per felpe/giubbotto, uno per il beauty, uno per le scarpe, uno per le varie),
- Non riempite le tasche laterali se non di cose che vi serviranno duranti gli spostamenti come fazzoletti da naso, acqua, fotocopie delle prenotazioni. Assolutamente non cose di valore come portafogli o cellulari!

Scegliete i vestiti da portare in base alla vostra destinazione

Non è solo la temperatura a fare la differenza, ma anche di contesto: se andate in un paese musulmano evitate minigonne e canottierine per esempio. Se andate in un paese particolarmente povero evitate scarpe, gioielli e orologi costosi. Insomma: scegliete anche l'abbigliamento con la sensibilità di un viaggiatore intelligente.

E PER FINIRE RICORDATE CHE…

Non è tanto quello che vi portate dietro ma quello che vi portate "dentro" che vi farà sentire sempre a casa. Buon viaggio!!!