

Check List cosa mettere in valigia?

Author : Francesca

Date : 20 gennaio 2016

Scarica il mio **Travel Planner**: ho realizzato per te il promemoria e check list **Cosa mettere in valigia**. Preparare la tua prossima valigia sarà sicuramente più semplice! Scarica il **file gratuito** [Travel Planner – check list Cosa mettere in valigia](#).

Non so te, ma io spesso divento matta a ricordare tutte le cose importanti per organizzare e prepararmi ad un viaggio.

Ci sono veramente tante cose da fare e da portare con noi.

Liste mentali, post-it, liste condivise su smartphone... e qualcosa che resta sempre a casa!

[Scarica il Promemoria e Check List](#)

Come risolvere il problema? Check List cosa mettere in valigia

Ho realizzato un file di **promemoria con check-list di cose da fare, da controllare e da portare con se**. E lo voglio **condividere con te**, per aiutarti a risolvere questo problema comune.

E' un file generico suddiviso in 4 aree tematiche:

- *Viaggi all'estero*
- *Documenti di viaggio*
- *La valigia intelligente*
- *Per le attrezzature elettroniche*

Non troverai la lista dell'abbigliamento da portare, ma altri suggerimenti concreti e utili per organizzare al meglio ed in sicurezza ogni tuo viaggio!

Ti spiego le sezioni e le voci nel dettaglio, dato che nel file ho riassunto le voci per motivi di spazio.

Check List cosa mettere in valigia – Viaggi all'estero

- Registra il tuo viaggio all'estero sul sito ufficiale della Farnesina [Dove siamo nel mondo](#)
- Controlla la Sicurezza e la Situazione Sanitaria del tuo paese di destinazione sul sito ufficiale della Farnesina [Viaggiare sicuri](#)
- Controlla la tariffa telefonica e la connessione internet del paese di destinazione con il tuo operatore telefonico (leggi anche [Connessione internet all'estero](#))
- Controlla e/o stipula l'[Assicurazione Sanitaria](#)
- Informati sulle vaccinazioni necessarie e obbligatorie sul sito ufficiale della Farnesina [Viaggiare sicuri](#)
- Controlla il tipo di prese elettriche ed il voltaggio nel paese di destinazione
- Togli il Roaming dalla connessione dati del tuo smartphone e tablet
- Verifica di avere credito telefonico sufficiente sul tuo cellulare (all'estero può essere difficoltoso fare una ricarica)
- Fai una foto con il tuo smartphone e porta con te una fotocopia del tuo documento di identità e dei documenti di viaggio
- Segna nell'agenda o su un taccuino che porterai con te i numeri di telefono importanti: hotel, ambasciata, tour operator, agenzie, ecc... e ricorda di usare il prefisso internazionale del paese di destinazione
- Bancomat e/o Carta di Credito con relativo PIN per l'estero (conviene prelevare il contante direttamente a destinazione)
- Segnati il numero di telefono da chiamare all'estero per bloccare Carta di credito e bancomat
- Verifica e annota il fuso orario del paese di destinazione e la differenza oraria con l'Italia

Check List cosa mettere in valigia – Documenti di viaggio

- Controlla la validità e l'integrità della tua Carta di Identità e Passaporto, e se viaggi con minori di avere anche tutti i loro documenti in regola
- Controlla se è necessario il Visto sul sito [Viaggiare sicuri](#)
- Per il noleggio auto: controlla la scadenza della patente e porta con te la carta di credito (senza non puoi noleggiare/ritirare l'auto)
- Se viaggi in aereo: fai il check-in del tuo volo aereo e stampa la boarding pass o scarica la App della compagnia aerea
- Se viaggi in treno: stampa i biglietti del treno o salvali su smartphone o tablet; non scordare di obliterare il biglietto se lo acquisti in biglietteria
- Ricorda di avere con te l'email o codice di prenotazione dell'hotel
- Porta sempre con te la TEAM, la tessera sanitaria

Check List cosa mettere in valigia – La valigia intelligente

- Metti l'etichetta con tutti i tuoi dati (nome, cognome, indirizzo, numero di telefono con prefisso +39) ai tuoi bagagli
- Controlla i limiti di misure e peso dei bagagli imposti dalla compagnia aerea con cui voli
- Medicinali di vario genere (antidolorifici, antinfiammatori, antipiretico, antibiotici, farmaci per combattere vomito e dissenteria, antizanzare, cerotti)
- Se segui delle terapie particolari, assicurati di avere il giusto numero di prescrizioni, con qualcuna in più
- Sacco per abiti sporchi
- Ricorda: nel bagaglio a mano niente liquidi oltre i 100ml a contenitore (fai attenzione alla quantità del dentifricio, bagnoschiuma, shampoo, creme corpo, creme solari, ecc...)
(leggi anche [Trasporto liquidi in aereo nel bagaglio a mano](#))
- Ciabatte da doccia

- Guida turistica (leggi anche [5 consigli per il viaggio perfetto](#))
- Porti un coltellino da tasca, tipo quello Svizzero? Ricordati di farlo vedere ai controlli sicurezza (max 6 cm di lama) o, per maggiore sicurezza, di metterlo nel bagaglio stivato
- Gli indispensabili per te: pigiama, spugna doccia, lucina da notte, spazzolino, fazzoletti, ombrellino
- Lascia spazio in valigia per gli acquisti!

Check List cosa mettere in valigia – Le attrezzature elettroniche

- Carica batterie del cellulare e/o tablet
- Carica batterie macchina fotografica
- Batterie aggiuntive
- Se hai più dispositivi valuta l'acquisto di una presa a più uscite USB per ricaricare in contemporanea più device o di portare una presa multipla o ciabatta
- Adattatore di corrente
- Scarica le App utili per il tuo viaggio e il dizionario
- Per qualsiasi evenienza, tieni a portata di mano, in luogo sicuro, le tue credenziali più importanti, come la banca, le email e altro
- Se hai device con batteria al litio, è obbligatorio portarli nel bagaglio a mano

[Scarica il Promemoria e Check List](#)

Puoi visualizzare il **file in formato pdf** sul tuo pc o smartphone e organizzare il viaggio seguendo le voci in lista, oppure puoi **stampare il file** e spuntare ogni voce fatta.