

**LORENZA ACCARDO**  
**PROFESSIONAL ORGANIZER**



# **Lista Viaggi di Organizzati e Felici!**

## **RIEPILOGO:**

### **Scopo**

La Lista Viaggi serve per non dimenticare MAI nulla e partire per le tue vacanze in serenità e con la mente libera da preoccupazioni.

### **Obiettivi**

Uno solo: deve essere una vacanza quindi non devi avere nessun pensiero!  
Qualsiasi tipo di viaggio farai dovrai pensare solo a divertirti, rilassarti e goderti il momento.

### **Struttura della Lista Viaggi:**

La Lista sarà così suddivisa:

- Cosa fare prima di partire per non avere sorprese al ritorno!
- Cosa portarsi in viaggio (suddiviso per categorie)
- Lista Viaggio bambini
- Bagaglio a mano mon amour!
- Ehi ci sono anche io! Pelosetti al seguito!

# COSA FARE PRIMA DI PARTIRE:

**... per non avere sorprese al ritorno!**

## **In casa:**

- controlla i cibi nella dispensa (stanno per scadere?)
- svuota il frigorifero dalle cose deperibili a breve (poi puoi scegliere se scongelarlo e lasciarlo aperto o no)
- butta la spazzatura
- chiudi l'acqua (attenzione se devi annaffiare il giardino!)
- chiudi il gas
- spegni la caldaia o lo scaldabagno
- se hai paura di trovare visite inaspettate...chiudi lo scarico dei lavandini...
- stacca il cavo dell'antenna delle televisioni
- stacca l'alimentazione del pc
- assicurati che qualche amico o familiare abbia una copia delle chiavi della tua casa

## **In generale:**

- paga tutto quello che può essere in scadenza durante la tua assenza
- preoccupati di avere il cellulare carico (batteria e credito)
- fai la fotocopia di tutti i documenti di viaggio (biglietti aerei, treno, hotel) e non portarle insieme agli originali (lasciarli a qualcuno che può inviarteli via fax può essere una idea)
- fai la fotocopia di tutti i tuoi documenti personali (passaporto, C.I., patente, tessera sanitaria) e idem come sopra
- scriviti un biglietto con i numeri di telefono più importanti (se non li ricordi a memoria), metti che perdi il cellulare!
- L'auto è in ordine? Se parti con quel mezzo di trasporto controlla assicurazione, bollo, stato delle gomme, revisione, pieno di carburante
- Hai bisogno di Visti ? Spero tu ci abbia pensato per tempo! Idem per le varie assicurazioni viaggio
- Registrati al sito DOVE SIAMO NEL MONDO (<https://www.dovesiamonelmundo.it>)
- Attenzione alla valuta se vai in paesi dove non c'è l'Euro
- Verifica la situazione sicurezza del paese che andrai a visitare (<http://www.viaggiasesicuri.it/home.html>)

# COSA PORTARSI IN VIAGGIO:

## SOLDI E DINTORNI

carte di credito/bancomat con relativi PIN

valuta estera in contanti e monete

home banking con relativo codice di accesso

## DOCUMENTI/ACCESSORI PERSONALI

carta di identità valida anche per espatrio

passaporto

tessera sanitaria

patente

carta verde

cellulare + caricabatteria

orologio

penna

block-notes

tablet/pc ?

occhiali da vista e sole

ombrello o K-way

libri e giornali

MP4 + caricabatteria

sacco per biancheria sporca

kit cucito

fiammiferi o accedino

adattatore universale

macchina fotografica ed accessori

## **DOCUMENTI/ACCESSORI PERSONALI**

giochi di società / carte

mollette e corda per stendere

cuscino+ mascherina per dormire

## **DOCUMENTI VIAGGIO**

biglietti aerei o treno

prenotazioni

voucher

programma viaggio

navigatore/cartine stradali

giuda turistica

ed anche:

password

rubrica

agenda personale

## **IGIENE**

spazzolino e dentifricio + filo interdentale + collutorio

bagnoschiuma

shampoo + balsamo

gel + lacca + olio capelli

phon + spazzole

creme viso + creme corpo + creme protettive solari

burro cacao

deodorante

profumo

## **IGIENE**

forbicine + pinzette + limetta

depilatori

fazzoletti di carta

trucchi

rasoio da barba

## **MEDICINE**

termometro

disinfettante

cerotti

antipiretico

antibiotico generico o specifico

antidolorifico

tranquillante

anti vomito

repellenti zanzare

antistaminico

preservativi

medicine personali salvavita

## **SCARPE + ABBIGLIAMENTO**

scarpe adatte al viaggio deciso (sportive ed eleganti)

ciabatte doccia

e poi:

abbigliamento intimo

foulard

## **SCARPE + ABBIGLIAMENTO**

**cappello**

**magliette cotone / lana**

**pantaloni**

**pantaloncini**

**tuta**

**giacca sportiva o elegante**

**vestitini**

**gonne**

**costumi**

**prendisole**

**pigiama**

**teli spiaggia o parei**

## LISTA VIAGGIO BAMBINI:

Fare un'unica lista viaggio è molto difficile perché dipende dall'età del tuo bambino, ma i basic sono:

### LISTA VIAGGIO BAMBINI

carrozzina + accessori

borsa con tutto l'occorrente per pulirlo, cambiarlo, nutrirlo

pannolini

asciugamano

biberon + sterilizzatore

seggiolino

latte in polvere o pappette

giocattoli + pupazzi preferiti

traversa letto

cuscino per la nanna

ed anche:

bavaglino

tutine

pigiama

intimo

vestiti e scarpe idonee alla stagione ed al tipo di viaggio

spazzolino + dentifricio



## BAGAGLIO A MANO MON AMOUR:

Se stai per partire in aereo meglio tutelarsi perché al tuo arrivo potresti non trovare la valigia (a me è successo diverse volte!). Per sopravvivere qualche giorno in autonomia senza lasciarti prendere dal panico (la valigia arriverà con il primo volo successivo disponibile) ecco cosa è necessario tenere nel bagaglio a mano:

### BAGAGLIO A MANO MON AMOUR

documenti + soldi + carte di credito

carica batteria del cellulare

macchina fotografica

medicines salvavita

qualcosa da leggere

maglioncino per aria condizionata in aereo

documenti inerenti a tutta la durata del viaggio

ed anche:

un cambio completo di vestiti (mutande+calzini+pantalone+maglietta+maglione+pigiama)

ed anche:

spazzolino + dentifricio da viaggio

deodorante

ciabatte doccia

## LISTA VIAGGI PER PELOSETTI AL SEGUITO:

Ho un cane e viene sempre con me. Ho scritto due post su come organizzarsi quando si ha un pelosetto in casa che puoi trovare qui: <https://lorenzaaccardo.it/organizzazione-a-misura-di-cane-parte-ii/>

### LISTA VIAGGI PELOSETTI

libretto sanitario (in regola con vaccinazioni ed antiparassitari)

pettorina + guinzaglio

cuccia

copertina

asciugamano

pedana

cibo

ciotole

salviette

bottiglia acqua da viaggio

medicines

togli-peli

detergenti (se pensi abbia bisogno di essere lavato)

giochi (vuoi non prendere la pallina?)

**Se ti accorgi che questa lista non è completa ricorda che ognuno di noi ha esigenze diverse. Ti consiglio di salvarla sul tuo pc ed aggiornarla continuamente prima e dopo un viaggio. Sarà così sempre pronta per quello successivo.**

# .... e ora .... **BUON VIAGGIO**

## **Organizzati e Felici !**



**Ciao, sono Lorenza Accardo e sono una consulente di organizzazione personale, cioè una Professional Organizer.**

### **Cosa posso fare per te:**

- **Consulenza organizzativa online da remoto**
- **Organizzazione degli spazi e degli oggetti della casa**
- **Decluttering (rimozione dell'ingombro in casa)**
- **Consulenze su Disorganizzazione cronica e Disturbo da Accumulo**
- **In ambito sanitario aiuto nell'organizzazione quotidiana persone con Disturbi cognitivi lievi e Alzheimer e i loro familiari**
- **Assistente organizzativa da remoto, se mi vuoi delegare parti del tuo lavoro**

### **Mi trovi:**

**[www.lorenzaaccardo.it](http://www.lorenzaaccardo.it)**

**[ciao@lorenzaaccardo.it](mailto:ciao@lorenzaaccardo.it)**

**Facebook [@LorenzaAccardoProfessionalOrganizer](https://www.facebook.com/LorenzaAccardoProfessionalOrganizer)**