



ROMANIA, BUCURESTI, SEC. 1,
35, NICOLAE IORGA
TEL/FAX:004- 021- 3127058
004- 021- 2127824

OFFICE@NICROTRAVEL.RO
REZERVARI@NICROTRAVEL.RO
WWW.NICROTRAVEL.RO
WWW.BILETEAVIONI.RO
WWW.BULGARIA-ALBENA.RO

THE MOST INTELLIGENT WAY TO TRAVEL

De bifat inainte de a pleca in calatorie

Este destul de neplacut sa ajungi la destinatie si sa constati ca ai uitat din greseala ceva acasa....

Ne-am gandit ca aceasta lista te-ar putea ajuta sa iti faci o idee asupra lucrurilor pe care trebuie sa le verifici inainte de a pleca in calatorie, iar, dupa ce o vei utiliza de cateva ori, suntem convinsi ca iti vei realiza propria lista, care se va axa pe lucrurile care iti plac sau pe care trebuie sa le ai mereu la tine.

Inainte de a pleca in calatorie, NU UITA:

Acte, formalitati, pregatiri importante:

- pasaportul/carta de identitate (cu grupa sanguina specificata);
- viza;
- vizita la medic/stomatolog;
- asigurarea medicala, carnetul de sanatate;
- cartea verde pentru autoturism;
- cartea de credit si banii cash in moneda locala sau/si USD sau Euro;
- biletul de avion;
- verificarea tehnica a autoturismului;
- carnetul de conducere;
- voucherul de calatorie/confirmarea rezervarii la hotel;
- carnetul de student si cardul valabil international;
- numerele de telefon si adresele importante (de la hotel, Ambasada Romaniei din tara vizitata);
- harta si itinerariul;
- datele de contact ale familiei si informatii medicale, pentru situatii de urgenta;
- copii ale documentelor importante (pasaport, carte de identitate etc.)

Necesitati medicale:

- ochelari de vedere;
- retete, mijloace contraceptive (prezervative, pilule anticonceptionale, diafragme, geluri spermicide etc.);
- reteta pentru ochelari de rezerva;
- trusa de prim ajutor;
- comprese si pansament steril;
- plasturi, fesi adezive;
- servetele umede antiseptice/iodate;
- tinctura de iod;
- unguent antibiotic;
- solutie impotriva insectelor;
- unguent antihistaminic (antialergic), pentru mancarimile cauzate de intepaturi de insecte;
- lotiune antiinflamatoare;
- lotiune de plaja cu un factor adecvat de protectie solara;

- balsam nutritiv pentru buze (“strugurel”), crema cu FPS pentru buze;
- foarfece;
- penseta;
- aspirina;
- comprimate antihistaminice;
- comprimate impotriva arsurilor stomacale;
- comprimate antidiareice;
- pudra de talc pentru picioare;
- pastile anti-malarie;
- vitamine;
- medicamente pentru raceala;
- laxative;
- absorbante intime, tampoane;
- sticle de apa;
- filtru de apa.

Produse igienico-sanitare:

- sapun, gel de dus;
- sampon, balsam/masca pentru par;
- deodorant, antiperspirant;
- detergent pentru haine;
- franghie/suport pliabil pentru intins rufele la uscat;
- trusa de barbierit;
- periuta de dinti, pasta de dinti, ata dentara;
- spuma/gel de par;
- dop pentru chiuveta;
- oglinda;
- prosop;
- trusa pentru lentile de contact;
- lotiuni si creme de corp;
- perii de par si pieptene;
- hartie igienica;
- betisoare pentru urechi;
- unghiera.

Haine

Inainte de a va arunca hainele in valiza, luati in considerare cat sunt de grele, de confortabile, cat de repede se usuca, cat sunt de rezistente materialele etc. (texturile din nylon, poliester si bumbac rezista cel mai bine in calatorii).

- sosete (bumbac subtire, lana etc.);
- jambiere;
- caciula, palarie, sapca;
- manusi, fular;
- pantaloni scurti (2-3);
- fusta;
- tricouri (cu maneca lunga si/sau scurta), camasi (casual, elegante);
- pantaloni (2-3);
- curea;
- pelerina de ploaie;
- lenjerie intima;
- sandale, pantofi, ghete;
- papuci;
- costum de baie.

Diverse:

- lanterna (cu becuri de rezerva), baterii;
- lumanari;
- ceas desteptator;
- ochelari de soare cu etui;
- casti audio;
- perna de voiaj;
- adaptor si convertor de voltaj;
- modem laptop;
- briceag;
- umbrela;
- pungii de plastic cu inchidere etansa;
- ata si ace de cusut;
- bricheta/chibrituri;
- calculator;
- binoclu;
- pixuri;
- ziare, reviste, carti;
- harti, ghiduri turistice;
- ghid de conversatie, dictionar;
- uscator de par de voiaj;
- fier de calcat de voiaj.

Indispensabile:

- valiza;
- geanta de mana;
- cheile gentilor de voiaj;
- etichete cu numele aplicate pe genti;
- portofel fixat pe curea, pentru bani;
- borseta de gat;
- borseta pentru pasaport, bilete de avion si valuta;
- camera video si accesorii;
- film foto de rezerva / extra carduri pentru memorie;
- lentile;
- baterii/acumulatori;

Echipament suplimentar:

(Nu uitati ca echipamentele pot fi inchiriate in multe zone turistice; decideti ce e mai important: banii sau greutatea.)

- echipament sportiv: masca si labe pentru scufundari subacvatice, bocanci, cabluri pentru alpinism etc.;
- specifice climatului tropical: pastilele anti-malarie sunt o necesitate in multe tari. Nu uitati nici plasele de tantari, lotiunile care tin insectele la distanta, lumanarile aromatizante (coils/citrice);
- la mare altitudine: asigurati-va ca sacul de dormit va poate proteja de frig si umezeala. Imbracati-va in straturi. Asigurati-va dinainte ca va puteti adapta la conditiile climatologice. Ca masura de precautie, luati la voi pastile impotriva raului de altitudine, precum Diamox.

Altele:

- cadouri pentru prieteni/rude/cunostinte;
- multa rabdare;
- o atitudine pozitiva;
- un zambet prietenos.

Si nu uitati sa va lasati animalele de companie in grija cuiva pe durata calatoriei.

Daca aveti sugestii, sfaturi sau idei pe care doriti sa le adaugati la aceasta lista,

va rugam sa ni le trimiteti prin e-mail si le veti fi tuturor de ajutor.

Inainte de plecare:

- sfaturi de calatorie pentru destinatia dumneavoastra;
- acte de identitate;
- pasaport;
- viza;
- acte medicale;
- bilete de calatorie;
- informatii pentru situatii de urgenta;
- asigurari (medicala, auto);
- rezervare la hotel;
- cecuri de calatorie;
- valuta;
- carti de credit;
- harti si ghiduri turistice;
- copii ale tuturor actelor de identitate;
- rezervari pentru evenimente speciale (artistice, sportive, festivaluri populare)

Indispensabile:

- valiza, genti de voiaj;
- haine pentru calatorie;
- pelerina de ploaie, jachete impermeabile;
- sapca cu cozoroc sau palarie cu boruri largi
- esarfa/baric,
- geanta de mana;
- cheile gentilor de voiaj;
- etichete cu numele aplicate pe genti;
- portofel fixat pe curea, pentru bani;
- borseta de gat;
- borseta pentru pasaport, bilete de avion si valuta;
- camera video, casete inregistrabile;
- film foto de rezerva / extra carduri pentru memorie;
- lentile;
- baterii/acumulatori;
- sticle de apa;
- ziare, reviste, carti;
- ghiduri de conversatie;
- jurnal de calatorie;
- agenda telefonica;
- binoclu;
- jocuri/carti de joc;
- esarfa, bandana etc.