



## Чек-лист путешественника от Travel Zona Olga

Приветствую вас, друзья! Собрала для вас самые важные пункты для чек-листа путешественникам. Чтобы все, что нужно было с собой. Пользуйтесь на здоровье! Самые интересные предложения по путешествиям и лайфхаки у меня на страницах в соцсетях! Подписывайтесь, будем дружить :) Instagram\* (запрещена на территории РФ) ТЕЛЕГРАМ об интересном и личном ТЕЛЕГРАМ о туризме и турах ВКонтакте на связи

### Что сделать перед отъездом?

- Пройти осмотр у врача-терапевта
- Посетить стоматолога
- Сдать необходимые анализы, сделать прививки
- Выписать рецепты на лекарства
- Купить необходимые лекарства в поездку
- Проверить срок действия загранпаспорта
- Получить визу
- Постричься и покрасить волосы (не на море)
- Маникюр/педикюр
- Эпиляция

## **Перед тем как покинуть дом**

- Установите систему автополива цветов или договоритесь с родными/соседями об их поливке
- Найдите кому доверить домашних животных
- Оплатите счета
- Напишите инструкцию для горничной/соседей/друзей/родственников
- Сообщите родственникам и соседям название и контакты отеля и номер вашего телефона за границей для экстренной связи
- На время поездки остановите обслуживания, за которые вы осуществляете регулярную плату: интернет, почта, вода и т. д.
- В день отъезда вынесите мусор

## **Что взять в ручную кладь в самолет**

- Паспорт с действующей визой
- Кредитные карты и наличные деньги
- Телефон
- Камера
- Ключи от дома/машины
- Подтверждения брони от отелей
- Билет на самолет или распечатка электронного билета

- Очки солнечные
- Очки с диоптриями (при необходимости)
- Книга или журнал
- Дневник или блокнот
- беруши

### **Что взять в бизнес-поездку**

- Паспорт (в зависимости от места назначения — гражданский или заграничный)
- Кредитные карты и наличные деньги (рубли и доллары помимо валюты страны назначения)
- Билет на самолет или распечатка электронного билета
- Телефон
- Зарядное устройство для телефона, ноутбука или планшета (удостоверьтесь, что в стране, куда вы едете, такая же электросистема)
- Ноутбук или планшет
- Зарядное устройство для ноутбука или планшета
- Записная книжка с важными контактами
- Ручка или карандаш

Портфель

Визитки

### **Личный набор для путешествий\***

Косметичка на молнии

Очищающее средство для лица

Увлажняющее средство с SPF (увлажняющее, питательное или омолаживающее). Желательно, чтобы выступало и в качестве базы под макияж

Лосьон для лица (по желанию)

Бальзам для губ

Крем для рук (может заменить увлажняющее средство)

Зубные принадлежности: паста, щетка, нить

Маникюрные принадлежности: ножнички, пилка, щипчики для кутикулы, масло для ногтей и кутикулы

Для волос: шампунь, кондиционер (если обычно им пользуетесь), расческа, средства для укладки (при необходимости)\*\*

Для тела: гель для душа, скраб для тела, лосьон для тела (если последними двумя обычно пользуетесь)

Дезодорант

Декоративная косметика

Набор для ремонта одежды

Полотенца для лица и тела

\* Это полный набор — подойдет даже для поездки в хостел. \*\* Отправляясь в гостиницу, полотенце, шампунь, швейные принадлежности, гель для душа и многое другое брать не нужно. Самые интересные предложения по путешествиям и лайфхаки у меня на страницах в соцсетях! Подписывайтесь, будем дружить :) Instagram\* (запрещена на территории РФ) ТЕЛЕГРАМ об интересном и личном ТЕЛЕГРАМ о туризме и турах ВКонтакте на связи

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?