



# Check list viaggio

## PREPARAZIONE

### Prima della prenotazione

- Informarsi sulla situazione politica della destinazione
- Verificare il periodo ideale di soggiorno
- Controllare la validità dei documenti d'identità necessari (passaporti, visti, ecc.) e i relativi termini di rilascio
- Verificare i documenti sanitari necessari (per esempio Covid-19) e i relativi termini di rilascio
- Informarsi dettagliatamente sulla destinazione ([www.turismotcs.ch](http://www.turismotcs.ch)) e procurarsi una guida turistica
- Scegliere una protezione per il viaggio (p. es. il TCS Libretto ETI) che copre le urgenze mediche (p. es. il TCS Spese di cura) o adattare la copertura della vostra assicurazione (Europa o Mondo)

### Dopo la prenotazione

- Richiedere un visto, se necessario
- Verificare la validità e le prestazioni delle altre assicurazioni (protezione giuridica, infortunio, rientro ecc.)
- Verificare i vaccini consigliati o obbligatori, effettuare un richiamo dei vaccini universali
- Verificare le formalità necessarie per l'importazione di medicinali contenenti sostanze per il trattamento di malattie psichiche o stupefacenti
- Procurarsi una carta di credito, verificare il limite di credito e la validità

### 2-3 settimane prima della partenza

- Deviare i giornali e la posta
- Chi si occupa di animali e piante?
- Depositare gli abbonamenti per il periodo di soggiorno
- Verificare il materiale da campeggio o da trekking, oppure acquistare ciò che serve
- Se necessario, verificare le dimensioni e i pesi autorizzati dalla compagnia aerea per i bagagli
- Prevedere dei regali se necessario

- Informarsi sul costo delle comunicazioni all'estero presso il proprio operatore e adattare l'abbonamento
- Informarsi sulle modalità di pagamento riconosciute
- Informarsi sulle formalità doganali, sulle leggi e sulle usanze locali
- Preparare un programma del viaggio e consegnarlo a una persona affidabile
- Fotocopiare i documenti d'identità e di viaggio ed, eventualmente, conservare una copia degli stessi anche online, segnare i numeri importanti (del passaporto, del biglietto aereo, della carta di credito)

### 1 settimana prima della partenza

- Pagare le fatture che stanno per scadere
- Cambiare il denaro o ordinare i traveller's cheque
- Fare il check-in per il volo o preparare il veicolo
- Preparare i bagagli
- Verificare e stampare le conferme delle differenti prenotazioni effettuate (volo, luogo di soggiorno, noleggio auto)

### 1 giorno prima della partenza

- Terminare i bagagli e trascrivere il proprio indirizzo e i dati di contatto, nonché pesarli, se necessario
- Riunire i documenti d'identità e di viaggio e tenerli nel bagaglio a mano
- Dare la chiave di casa alla persona che si occuperà di piante, animali, corrispondenza e scegliere le chiavi che desidera portare con sé
- Parcheggiare l'auto in un luogo sicuro
- Annaffiare abbondantemente le piante
- Informarsi sulle condizioni atmosferiche

### Il giorno della partenza

- Non lasciare in vista oggetti di valore o denaro
- Chiudere le finestre, le porte e il gas
- Portare via i rifiuti
- Staccare le spine, la presa del telefono e spegnere le installazioni elettriche

### Prima del viaggio di ritorno

- Fare il check-in per il volo di ritorno
- Recuperare gli oggetti nella cassaforte dell'hotel, farsi restituire la cauzione, fare il check-out e richiedere una ricevuta
- Consegnare il veicolo di noleggio, farsi restituire la cauzione e richiedere una ricevuta

## FARMACIA DA VIAGGIO

### Esposizione al sole

- Protezione solare (crema, occhiali da sole, copricapo, ecc.)
- Doposole

### Ferite

- Disinfettante
- Pomata cicatrizzante
- Medicazioni
- Fasciature, garze
- Forbice e pinzetta

### Dolori e raffreddori

- Medicamenti antipiretici/analgesici
- Termometro
- Farmaci contro il mal di gola e la tosse

### Allergie e punture d'insetti

- Antistaminici
- Protezione contro gli insetti (spray e abiti)
- Medicinali/pomate per trattare le punture d'insetti

### Mal di pancia e nausea

- Medicinali contro il mal di viaggio e le nausea
- Rimedi contro la diarrea

### Individualmente

- Farmaci personali e ricette
- Gel disinfettante per le mani



## Check list viaggio

---

- Mascherine igieniche
- Occhiali di ricambio/lenti
- Gocce oculari/nasali
- Medicine adatte ai bambini
- Calze di contenzione
- Preservativi/pillole
- Tessera del gruppo sanguigno
- Libretti: allergie e vaccinazioni

### A seconda della destinazione

- Pastiglie per la purificazione dell'acqua
- Profilassi antimalarica
- Zanzariera
- Antibiotici

## IN AUTO

### Prima di partire

- Verificare la validità e la copertura della carta verde (carta internazionale d'assicurazione auto)
- Fare un controllo vacanze del veicolo (p. es. in uno dei centri tecnici del TCS)
- Richiedere una licenza di condurre internazionale/una traduzione della propria licenza di condurre, se necessario
- Attualizzare la cartografia del proprio GPS
- Informarsi sulla situazione del traffico: per i soci TCS: +41 58 827 24 24, per i non soci: 0900 57 12 34 CHF 0.86/al minuto dalla rete fissa o su [www.infostrada.ch](http://www.infostrada.ch)
- Verificare il funzionamento del sistema audio
- Verificare la pressione degli pneumatici, il livello dell'olio e dell'acqua di raffreddamento e il sistema elettrico

### Da avere con sé

- Licenza di condurre nazionale e internazionale
- Libretto di circolazione
- Documenti d'assicurazione (carta verde d'assicurazione)
- Documenti d'identità
- Tessera socio TCS
- TCS Libretto ETI
- Modulo di constatazione amichevole UE, preferibilmente già compilato per la propria parte, per essere più sicuri in caso di incidente

- Triangolo
- Gilet di sicurezza
- Carta salva vita sotto il parasole
- Carta stradale/GPS
- Vignetta autostradale
- Chiave di riserva
- Pannello protettivo per i vetri
- Set di primo soccorso
- Cavo per avviamento tramite collegamento alla batteria
- Catene da neve
- Lampadina tascabile
- Cavo da rimorchio
- Cric
- Ruota di riserva (controllare la pressione)
- Contrassegno CH

### Consigli per il viaggio

- Assicurare i bagagli pesanti in fondo al vano bagagli o dietro lo schienale, eventualmente utilizzare una rete separatrice
- Non bere alcol o non prendere medicinali che causano sonnolenza, prima o durante la guida
- Tenere nell'abitacolo solo lo stretto necessario
- Verificare il carico nel box da tetto e sul portapacchi prima di partire e durante le soste
- Prevedere dei rifornimenti: acqua e cibo
- Regolare i fari in funzione del carico
- Verificare regolarmente la pressione degli pneumatici, i livelli (olio, acqua di raffreddamento). Attenzione a non bruciarsi e a non dimenticare di chiudere bene i tappi
- Prevedere delle turbosieste (15 minuti di riposo)
- Verificare la posizione del sedile e della cintura di sicurezza

## ELETRONICA

- Adattatori per prese di corrente
- Caricabatteria, batterie o pile per apparecchi elettronici
- Auricolari, lettore MP3
- Sveglia da viaggio
- Chiavetta USB
- Fotocamera e chip di memoria
- Telefono portatile
- Asciugacapelli

## CON I BAMBINI

- Verificare che il seggiolino risponda alle norme richieste. In Svizzera: seggiolino obbligatorio per i bambini di età inferiore a 12 anni e alti meno di 150 cm
- Privilegiare le partenze di notte o presto al mattino, quando il bambino dorme
- Prevedere dei giochi (eventualmente da fissare al sedile), dei libri e della musica
- Prevedere delle pause e non lasciare i bambini da soli in auto
- Proteggere i bambini dal sole, dalle correnti d'aria e dal forte calore
- Preparare un sacchetto di plastica, un panno umido e abiti di ricambio qualora il bambino soffra spesso di mal d'auto (medicamenti solo previo consulto pediatrico)
- In caso di nausea, fare in modo che il bambino guardi all'esterno, davanti o lateralmente, oppure fermarsi

## CON GLI ANIMALI

- Controllare le norme veterinarie e mediche
- Chiarire le regole per introdurre animali nel Paese (carta d'identità, microchip, vaccinazione anti rabbia ecc.)
- Calcolare un numero sufficiente di pause durante il viaggio

## LINK UTILI

- Informazioni turistiche: [www.turismotcs.ch](http://www.turismotcs.ch)
- Infostrada: [www.infostrada.ch](http://www.infostrada.ch)
- Assicurazioni viaggi: [www.eti.tcs.ch](http://www.eti.tcs.ch)

### Impressum

Touring Club Svizzero  
Informazioni turistiche  
[www.turismotcs.ch](http://www.turismotcs.ch)