



La Valigia "Estiva"

elenco adatto a destinazioni dal clima caldo

Premessa

Questo schema vuol essere un'aiuto per coloro che non vanno molto d'accordo con il preparare la valigia. Quindi seguite passo a passo questo "elenco guidato" e non rischierete di dimenticarvi qualcosa di fondamentale, fermo restando la regola aurea:

LESS IS BETTER.

Ora prima di infilare quello che trovate nella lista in valigia, mettetelo sul letto suddiviso per tipologia, poi togliete un capo per tipologia e solo a quel punto mettete tutto in valigia! Usate colori neutri e facilmente abbinabili, non vi voglio in giro conciati da arlecchino, preferite indumenti tecnici, sono più resistenti e asciugano prima.

Attenzione: non vi fornirò il numero degli indumenti, quello dipende da voi e dalla lunghezza del viaggio.

Iniziamo!

Essenziali e Must Have

Ci sono cose (indumenti e non) che vanno bene per tutte le stagioni quindi saranno sempre l'ossatura della nostra valigia.

- T-shirt + pantaloncini o leggings (sarà il nostro pigiama e un cambio in più in caso di bisogno)
- Ciabatte: meglio di gomma ideali per il mare ma anche in hotel e se un po' ricercate anche per la sera (infradito e vai sereno)
- Federa: serve come tale, ma anche come asciugamano, sacco per la roba sporca e comoda alternativa alla shopper in caso di bisogno
- Un asciugamano piccolo
- Telo in microfibra grande, tiene poco posto e puoi usarlo anche come copertina, o telo mare
- Stringa da scarponi piuttosto lunga, sarà utile per stendere il bucato
- Phone: meglio uno di quelli da viaggio che si chiudono, non serve solo per asciugarsi i capelli, ma torna utile per il bucato umidiccio
- Zainetto ripiegabile o sportina

Beauty e Medicine

- crema solare
- dopo sole
- shampoo *P e C*
- bagnoschiuma
- deodorante
- saponetta per lavare i panni
- crema idratante
- dentifricio e spazzolino
- rasoio (va bene sia per lui che per lei)
- assorbenti (soprattutto se si va in Asia non è semplicissimo reperirli)
- rotolo di carta igienica
- aspirina (o antipiretico)
- antidolorifico
- antinfiammatorio
- imodium o simili (ma se andate a Riccione o In Portogallo anche no)
- salva stomaco (vedi sopra!!)
- burro di cacao
- autan
- medicine che si assumo abitualmente
- amuchina o similare

Abbigliamento e Scarpe

- mutande
- reggiseno
- canotta (se si usa abitualmente)
- calzini (vuoi non portarti una paio di scarpe da ginnastica? Meglio averle)
- t-shirt/polo/canottiere
- pantaloni corti
- pantaloni lunghi (utilissimi sono quelli con cerniera che diventano anche corti)
- felpa (leggera o al massimo di media pesantezza)
- foulard di cotone
- costume da bagno
- scarpe da ginnastica o trekking (dipende quanto volete far fatica), questa vanno indossate anche in viaggio
- un paio di sandali da alternare quando non fate escursioni (oppure le famose infradito essenziali di cui sopra).

Documenti e Elettronica

- documenti di identità: carta d'identità, passaporto, patente (fotocopia degli stessi)
- due fototessere
- carte di credito e bancomat (verificare sempre se potete usarli all'estero e non scordate i numeri per bloccarle)
- documenti di viaggio (le carte d'imbarco e le prenotazioni potete tenerle sullo smartphone!)
- macchina fotografica (se siete esperti passate oltre) e schede di memoria
- carica cellulare, macchina foto, tablet etc
- un adattatore universale (salvo che non siate in un luogo dove vanno bene i nostri attacchi)