

Checklist para viajar *EN PAREJA*

Ordena MI  hogar

Datos del viaje

Destino: _____ ☐ Playa ☐ Viajo en avión
_____ ☐ Ciudad ☐ Tren
Fechas: _____ ☐ Naturaleza ☐ Coche
_____ ☐ Trabajo ☐ Autobús
Duración: _____ días ☐ Otro: _____ ☐ Habrá posibilidad de lavar ropa

¿Quién lleva qué?

Objeto	Persona
Neceser	_____
Botiquín	_____
Otros	_____

Documentación

☐ ☐ DNIs o Pasaportes
☐ ☐ Tarjetas de embarque / billete
☐ ☐ Reservas de alojamiento
☐ ☐ Seguros de viaje
☐ ☐ Tarjetas sanitarias
☐ ☐ Carnés de conducir
☐ ☐ Documentación del vehículo
☐ ☐ Visado (si fuera necesario)
☐ ☐ Copia digital de la documentación

Dinero y objetos importantes

☐ ☐ Tarjetas bancarias
☐ ☐ Dinero en efectivo
☐ ☐ Monederos
☐ ☐ Llaves
☐ ☐ Gafas/Lentillas
☐ ☐ Gafas de sol

Tecnología

☐ ☐ Teléfonos
☐ ☐ Cargadores
☐ ☐ Batería externa
☐ ☐ Auriculares
☐ ☐ Adaptador de enchufe
☐ ☐ Cámara
☐ ☐ Libro electrónico
☐ ☐ Ordenador / Tablet
☐ ☐ Cargadores adicionales

Neceser compartido

Higiene	Botiquín básico
☐ ☐ Cepillos de dientes	☐ ☐ Medicación
☐ ☐ Pasta de dientes	☐ ☐ Analgésicos
☐ ☐ Desodorante	☐ ☐ Tiritas
☐ ☐ Gel / Champú	☐ ☐ Antiséptico
☐ ☐ Protector solar	☐ ☐ Antihistamínico
☐ ☐ Cepillo o peine	☐ ☐ Repelente
☐ ☐ Higiene personal	☐ ☐ Otros: _____
☐ ☐ Maquillaje	
☐ ☐ Perfumes	

Ropa

☐ ☐ Pijama
☐ ☐ Ropa interior
☐ ☐ Calcetines
☐ ☐ Camisetas
☐ ☐ Pantalones/Faldas
☐ ☐ Jersey
☐ ☐ Chaqueta
☐ ☐ Ropa deportiva
☐ ☐ Bañador
☐ ☐ Ropa elegante
☐ ☐ Chubasquero

Calzado

☐ ☐ Zapatillas cómodas
☐ ☐ Chanclas
☐ ☐ Calzado elegante
☐ ☐ Deportivo

Recuerda:

- Ropa interior: 1 por día + 1 extra.
- Calcetines: 1 par por día + 1 extra.
- Pantalones: 1 cada 2-3 días.
- Elige prendas que combinen entre sí.

Equipaje de mano

☐ ☐ Documentación
☐ ☐ Medicación
☐ ☐ Cartera
☐ ☐ Móvil
☐ ☐ Cargador
☐ ☐ Auriculares
☐ ☐ Una muda
☐ ☐ Botella reutilizable
☐ ☐ Algo para leer
☐ ☐ Snacks

Antes de cerrar la maleta

☐ ☐ Previsión del tiempo.
☐ ☐ Espacio para la vuelta.
☐ ☐ Peso de la maleta.
☐ ☐ Maleta identificada.

No olvides tu vitamina D3

Desconecta

Disfruta

Descansa