

turismo

COMO EVITAR O ESTRESSE NAS VIAGENS DE FÉRIAS

Para que as férias não comecem com o pé esquerdo, o especialista em gerenciamento de tempo Christian Barbosa selecionou algumas dicas que vão ajudar a tornar esses dias mais prazerosos e sem contratempos:

FAÇA UM CHECKLIST DA VIAGEM

Reserve uma hora do seu tempo para pensar em tudo que precisa preparar ou levar para a viagem. Faça uma lista, imprima e vá "ticando" os itens conforme concluir a atividade. Deixe uma cópia em cima da mala e a outra na carteira, assim você pode acrescentar ou excluir itens de acordo com as suas necessidades.

SEPRE OS DOCUMENTOS

Verifique a validade, procurações, carteira de motorista e cartões de crédito. Selecione todos os documentos e coloque em um saco plástico com fecho para evitar perdas.

PENSE NAS MALAS

Revise se tem os cadeados adequados e se o zíper e o tecido estão em bom estado.

PENSE NO CLIMA

Antes de viajar, não custa nada checar como está o clima do local de destino. Revisar a temperatura pode te livrar de frias ou de saunas e, além disso, ajudar a fazer uma mala mais consciente.

PENSE NOS PROBLEMAS

Pensar no "E SE" ajuda você a precaver alguns problemas. Uma sugestão é colocar no Neotriad o telefone do consulado, da operadora de cartão de crédito, do cartão de seguro e o hospital mais próximo do hotel que irá ficar. Problemas podem acontecer, sofrer com eles na pressa é opcional.

PENSE NA COMUNICAÇÃO

Se a viagem é para fora do país, pense em como irá se comunicar com os familiares. As empresas de celular têm planos internacionais, mas precisam ser habilitados. Se você tiver tempo, pesquise a operadora do local onde ficará, muitas delas têm planos específicos para períodos curtos.



DEIXE O TRABALHO EM DIA

Isso evita ser interrompido durante o seu descanso. Mande um e-mail com alguns dias de antecedência para seus chefes ou subordinados com o que está pendente, com o que deve ser feito, ou documente suas funções e treine quem ficará no seu lugar.

DEIXE AS CONTAS EM DIA

Se possível, deixe as contas em débito automático ou tire uma cópia do boleto e use isso para pagar via Internet. Outra sugestão é deixar o original com algum parente ou amigo, pois em caso de emergência eles podem ajudar.

PASSEIO COM TEMPO É MELHOR

Procure na internet passeios, reserva de carros, restaurantes e tickets para shows. Quem deixa para a última hora corre o risco de ficar sem, ou pagar mais caro ou não desfrutar do melhor.

PASSATEMPO PARA AS CRIANÇAS

Se você tem filhos e eles não curtem muito dormir na viagem, que tal comprar um gibí, um livro, carregar a bateria do videogame portátil ou do celular? Se a paz não reinar na viagem, lembre-se que a culpa não é das crianças, pois você não preparou o território.