Lista de equipaje completa

Seis apartados ya llenados: solo palomea lo que va entrando a la maleta

Destino: _____ **Fechas:** _____

Ropa

- [ ] Camisetas
- [ ] Pantalones
- [ ] Ropa interior
- [ ] Calcetines
- [ ] Pijama
- [ ] Suéter o chamarra
- [ ] Ropa para salir

Calzado y accesorios

- [ ] Tenis cómodos
- [ ] Sandalias
- [ ] Zapatos de vestir
- [ ] Cinturón
- [ ] Gorra o sombrero
- [ ] Lentes de sol
- [ ] Bolsa o mochila de día

Higiene personal

- [ ] Cepillo y pasta dental
- [ ] Desodorante
- [ ] Champú y jabón
- [ ] Peine o cepillo
- [ ] Crema y bloqueador
- [ ] Rastrillo
- [ ] Toallas femeninas

Documentos y dinero

- [ ] Identificación
- [ ] Pasaporte y visa
- [ ] Boletos o pases
- [ ] Reservas impresas
- [ ] Tarjetas y efectivo
- [ ] Seguro de viaje
- [ ] Licencia de manejo

Electrónicos

- [ ] Celular y cargador
- [ ] Batería portátil
- [ ] Audífonos
- [ ] Adaptador de enchufe
- [ ] Cámara
- [ ] Tableta o libro
- [ ] Cables extra

Botiquín

- [ ] Medicinas personales
- [ ] Analgésico
- [ ] Antialérgico
- [ ] Curitas
- [ ] Repelente
- [ ] Suero oral
- [ ] Gel antibacterial

Lista de equipaje en blanco

Escribe tu propia lista dentro de la maleta

Viaje a: _____ **Días:** _____ **Personas:** _____

Maleta de: _____

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Lista de equipaje para niños con dibujos

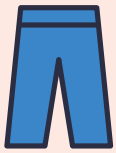
Para los que aún no leen: mira el dibujo, mételo en la maleta y márcalo

Maleta de: _____ **Edad:** _____



Camisetas

☐ ¿Cuántos? _____



Pantalones

☐ ¿Cuántos? _____



Calcetines

☐ ¿Cuántos? _____



Zapatos

☐ ¿Cuántos? _____



Traje de baño

☐ ¿Cuántos? _____



Gorra

☐ ¿Cuántos? _____



Lentes de sol

☐ ¿Cuántos? _____



Toalla

☐ ¿Cuántos? _____



Cepillo de dientes

☐ ¿Cuántos? _____



Peluche

☐ ¿Cuántos? _____



Cuento

☐ ¿Cuántos? _____



Colores

☐ ¿Cuántos? _____



Mochila

☐ ¿Cuántos? _____



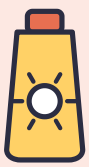
Botella de agua

☐ ¿Cuántos? _____



Almohada

☐ ¿Cuántos? _____



Bloqueador

☐ ¿Cuántos? _____

Cuando todo esté listo, colorea los dibujos y cierra la maleta

Lista de equipaje para bebé

Ropa, comida, higiene y salud del bebé para no dejar nada en casa

Viaje a: _____ **Fecha:** _____

Ropa y descanso

- [ ] Bodies o pañaleros
- [ ] Mamelucos
- [ ] Calcetines y gorrito
- [ ] Suéter o chambrita
- [ ] Pijamas
- [ ] Cobija ligera
- [ ] Baberos
- [ ] Muda extra a la mano

Higiene

- [ ] Pañales
- [ ] Toallitas húmedas
- [ ] Crema para rozaduras
- [ ] Cambiador portátil
- [ ] Bolsas para pañales
- [ ] Jabón y champú de bebé
- [ ] Toalla con capucha
- [ ] Cortaúñas de bebé

Comida

- [ ] Biberones
- [ ] Fórmula o leche
- [ ] Termo con agua
- [ ] Cepillo para biberón
- [ ] Papillas y cucharas
- [ ] Vaso entrenador
- [ ] Bolsas para leche materna

Salud

- [ ] Termómetro
- [ ] Medicinas del pediatra
- [ ] Suero oral
- [ ] Cartilla de vacunación
- [ ] Aspirador nasal
- [ ] Repelente para bebé
- [ ] Gel antibacterial

Paseo

- [ ] Carriola o portabebé
- [ ] Silla para auto
- [ ] Juguetes y sonaja
- [ ] Chupón y repuesto

Notas

Lista de equipaje de mano

Lo que va contigo en el avión, en el autobús o en el auto

Vuelo: _____ **Sale:** _____ **Puerta:** _____

En la maleta de mano

- [ ] Muda de ropa
- [ ] Suéter o chamarra
- [ ] Medicinas personales
- [ ] Cargador y cables
- [ ] Batería portátil
- [ ] Audífonos
- [ ] Libro o tableta
- [ ] Snacks
- [ ] Botella vacía
- [ ] Toallitas húmedas
- [ ] Pluma para formularios
- [ ] Lentes o lentes de contacto
- [ ] Objetos de valor

Bolsa de líquidos



- [ ] Pasta dental mini
- [ ] Champú de viaje
- [ ] Crema
- [ ] Desodorante
- [ ] Gel antibacterial

Revisa con tu aerolínea la medida permitida para cada envase.

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

Para el vuelo

- [ ] Almohada de cuello
- [ ] Antifaz
- [ ] Tapones para oídos
- [ ] Suéter ligero
- [ ] Calcetines cómodos
- [ ] Chicles para el despegue

Siempre en tu bolsillo



- [ ] **Pasaporte**



- [ ] **Pase de abordar**



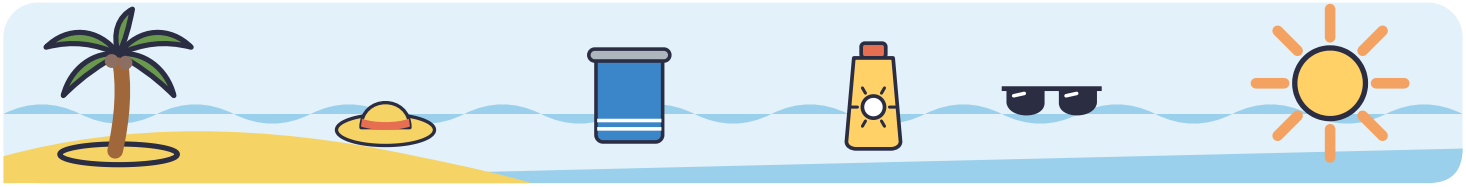
- [ ] **Cartera**



- [ ] **Celular**

Lista de equipaje para la playa

Sol, arena y mar sin olvidar el bloqueador



Ropa de playa

- [ ] Trajes de baño
- [ ] Salida de baño
- [ ] Shorts
- [ ] Blusas frescas
- [ ] Vestido ligero
- [ ] Sandalias
- [ ] Pijama ligera

Para la arena

- [ ] Toallas de playa
- [ ] Sombrilla
- [ ] Bolsa de playa
- [ ] Visor y snorkel
- [ ] Bolsa impermeable
- [ ] Juguetes de arena
- [ ] Hielera pequeña

Documentos

- [ ] Identificación
- [ ] Reservas
- [ ] Efectivo y tarjetas

Para el sol

- [ ] Bloqueador solar
- [ ] Sombrero
- [ ] Lentes de sol
- [ ] Gel de sábila
- [ ] Bálsamo labial

Higiene

- [ ] Champú
- [ ] Acondicionador
- [ ] Repelente
- [ ] Peine o cepillo
- [ ] Desodorante

Extras

- [ ] Botella de agua
- [ ] Libro o revista
- [ ] Bolsas para ropa mojada
- [ ] Cargador
- [ ] Bocina pequeña

Otros

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

Antes de regresar

- [ ] Sacudir la arena de la ropa
- [ ] Secar los trajes de baño
- [ ] Revisar cajones y caja fuerte
- [ ] Separar la ropa sucia
- [ ] Juntar los cargadores
- [ ] Tirar la basura en su lugar

imprimir.aprendidelavida.com · uso personal y en el aula

Lista de equipaje para clima frío

Viste por capas y lleva lo justo para la nieve, la montaña o la ciudad fría

Destino: _____ **Temperatura:** _____

Capa base



- [ ] Camisetas térmicas
- [ ] Leggings térmicos
- [ ] Calcetines de lana
- [ ] Ropa interior

Capa media



- [ ] Suéter o polar
- [ ] Chaleco acolchado
- [ ] Pantalón grueso
- [ ] Camisa de franela

Capa exterior



- [ ] Chamarra gruesa
- [ ] Abrigo largo
- [ ] Pantalón para nieve
- [ ] Impermeable

Accesorios

- [ ] Gorro de lana
- [ ] Bufanda
- [ ] Guantes
- [ ] Botas impermeables
- [ ] Calcetines extra
- [ ] Orejeras
- [ ] Lentes de sol

Cuidado y extras

- [ ] Crema humectante
- [ ] Bálsamo labial
- [ ] Bloqueador solar
- [ ] Termo
- [ ] Calentadores de manos
- [ ] Pañuelos desechables
- [ ] Paraguas

Pronóstico del viaje

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5
Temp. _____	Temp. _____	Temp. _____	Temp. _____	Temp. _____

Lista para acampar

Refugio, cocina, ropa y seguridad para dormir bajo las estrellas

Lugar: _____ **Noches:** _____

Refugio y descanso

- [ ] Tienda de campaña
- [ ] Estacas y cuerdas extra
- [ ] Bolsa de dormir
- [ ] Aislante o colchoneta
- [ ] Almohada inflable
- [ ] Lona para el piso
- [ ] Martillo pequeño
- [ ] Sillas plegables
- [ ] Mesa plegable
- [ ] Mosquitero

Cocina

- [ ] Estufa portátil
- [ ] Gas o combustible
- [ ] Ollas y sartén
- [ ] Platos, vasos y cubiertos
- [ ] Encendedor o cerillos
- [ ] Hielera
- [ ] Agua potable
- [ ] Jabón biodegradable
- [ ] Bolsas para basura
- [ ] Comida planeada

Ropa

- [ ] Impermeable
- [ ] Ropa térmica
- [ ] Suéter o polar
- [ ] Botas de montaña
- [ ] Calcetines extra
- [ ] Gorro y guantes
- [ ] Sombrero para el sol
- [ ] Traje de baño
- [ ] Sandalias para el agua
- [ ] Pijama abrigadora

Herramientas y seguridad

- [ ] Linterna o lámpara de cabeza
- [ ] Pilas extra
- [ ] Navaja multiusos
- [ ] Cuerda
- [ ] Botiquín
- [ ] Mapa y brújula
- [ ] Silbato
- [ ] Repelente
- [ ] Bloqueador solar
- [ ] Celular cargado

Lista de equipaje para viaje de negocios

Ropa formal, equipo de trabajo y agenda de reuniones en una hoja

Ciudad: _____ **Fechas:** _____

En la maleta

- [ ] Sacos o blazers
- [ ] Camisas o blusas
- [ ] Pantalones o faldas
- [ ] Corbatas o mascadas
- [ ] Zapatos formales
- [ ] Cinturón
- [ ] Ropa cómoda
- [ ] Ropa para ejercicio
- [ ] Pijama
- [ ] Artículos de higiene
- [ ] Rodillo quitapelusa
- [ ] Cargador del celular
- [ ] Medicinas personales

Para el trabajo

- [ ] Computadora y cargador
- [ ] Presentación respaldada
- [ ] Tarjetas de presentación
- [ ] Documentos impresos
- [ ] Libreta y pluma
- [ ] Adaptador de corriente
- [ ] Audífonos con micrófono
- [ ] Credencial o gafete
- [ ] Sobre para comprobantes
- [ ] Itinerario de reuniones
- [ ] Tarjeta corporativa
- [ ] Contactos clave
- [ ] Memoria USB

Agenda de reuniones

Día	Hora	Con quién	Lugar

Neceser y botiquín de viaje

Todo lo de higiene y las medicinas que conviene llevar siempre

Neceser

- [ ] Cepillo de dientes
- [ ] Pasta dental
- [ ] Hilo dental
- [ ] Enjuague bucal
- [ ] Desodorante
- [ ] Jabón
- [ ] Champú
- [ ] Acondicionador
- [ ] Crema para el cuerpo
- [ ] Peine o cepillo
- [ ] Ligas y pasadores
- [ ] Rastrillo
- [ ] Crema para afeitar
- [ ] Maquillaje
- [ ] Desmaquillante
- [ ] Perfume
- [ ] Cortaúñas
- [ ] Pinzas
- [ ] Bloqueador solar
- [ ] Repelente
- [ ] Toallas femeninas
- [ ] Hisopos
- [ ] Lentes de contacto
- [ ] Solución para lentes
- [ ] Gel antibacterial
- [ ] Pañuelos
- [ ] Bálsamo labial

Botiquín de viaje

- [ ] Analgésico
- [ ] Antiinflamatorio
- [ ] Antialérgico
- [ ] Antiácido
- [ ] Antidiarreico
- [ ] Suero oral
- [ ] Curitas y gasas
- [ ] Antiséptico
- [ ] Termómetro
- [ ] Medicinas con receta

Medicamento	Dosis	Horario

Lista de pendientes antes de salir de casa

Una semana antes, un día antes y al cerrar la puerta



Una semana antes

- [ ] Confirmar vuelos y hospedaje
- [ ] Revisar vigencia del pasaporte
- [ ] Avisar al banco del viaje
- [ ] Buscar quién cuide la mascota
- [ ] Contratar seguro de viaje
- [ ] Revisar el auto o transporte



Un día antes

- [ ] Cargar celular y batería
- [ ] Imprimir boletos y reservas
- [ ] Hacer el check-in en línea
- [ ] Vaciar el refrigerador
- [ ] Lavar la ropa pendiente
- [ ] Sacar la basura



Al cerrar la puerta

- [ ] Cerrar la llave del gas
- [ ] Desconectar aparatos
- [ ] Cerrar ventanas y puertas
- [ ] Regar las plantas
- [ ] Apagar las luces
- [ ] Revisar estufa y plancha
- [ ] Llevar llaves y documentos
- [ ] Dejar copia de llaves



Mis pendientes extra

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

Planificador de viaje

El resumen de todo el viaje en una sola hoja

Destino: _____ **Viajeros:** _____

Salida: _____ **Regreso:** _____ **Días:** _____

Motivo del viaje: _____

Transporte

Tipo: _____

Compañía: _____

Número: _____

Sale: _____ **Llega:** _____

Hospedaje

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

Entrada: _____ **Salida:** _____

Presupuesto

Transporte: $ _____

Hospedaje: $ _____

Comidas: $ _____

Actividades: $ _____

Total: $ _____

Clima y equipaje



Encierra el clima que esperas

Temperatura: _____

Maletas: _____

Lo que no me quiero perder

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Itinerario de viaje de 7 días

Planea cada mañana, tarde y noche de la semana

Viaje a: _____ **Semana:** _____

Día	Mañana	Tarde	Noche
Día 1 Fecha _____			
Día 2 Fecha _____			
Día 3 Fecha _____			
Día 4 Fecha _____			
Día 5 Fecha _____			
Día 6 Fecha _____			
Día 7 Fecha _____			

Itinerario de un día

Hora por hora, con reservas, comidas y lo que hay que llevar

Fecha: _____ **Ciudad:** _____

Hora	Plan del día
6:00	
7:00	
8:00	
9:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	



Reservas del día

_____

_____

_____

_____



Para llevar hoy

- ☐ Agua
- ☐ Bloqueador
- ☐ Cargador
- ☐ Boletos
- ☐ _____



Comidas

Desayuno: _____

Comida: _____

Cena: _____

Antojo: _____



Lo mejor del día

_____

_____

Reservas y confirmaciones

Vuelos, hospedaje, auto y tours con sus códigos a la mano

Vuelo de ida

Aerolínea: _____

Vuelo: _____ **Asiento:** _____

Fecha: _____ **Sale:** _____

Llega: _____ **Terminal:** _____

Código de reserva: _____

Vuelo de regreso

Aerolínea: _____

Vuelo: _____ **Asiento:** _____

Fecha: _____ **Sale:** _____

Llega: _____ **Terminal:** _____

Código de reserva: _____

Hospedaje 1

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

Entrada: _____ **Salida:** _____

Código de reserva: _____

Hospedaje 2

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

Entrada: _____ **Salida:** _____

Código de reserva: _____

Renta de auto

Empresa: _____

Recoger en: _____

Fecha: _____ **Hora:** _____

Entregar en: _____

Código de reserva: _____

Tours y entradas

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Guarda también una copia digital de cada confirmación

Cuenta regresiva para el viaje

Tacha un día cada noche hasta que llegue el gran día

Destino: _____ **Salimos el:** _____

30 días	29 días	28 días	27 días	26 días	25 días
24 días	23 días	22 días	21 días	20 días	19 días
18 días	17 días	16 días	15 días	14 días	13 días
12 días	11 días	10 días	9 días	8 días	7 días
6 días	5 días	4 días	3 días	2 días	1 día



¡Hoy nos vamos!



Colorea el avión cuando por fin estés en camino

Lugares por visitar y comidas por probar

Tu lista de deseos del viaje, con horario, precio y calificación

Lugares que quiero conocer

✓	Lugar	Zona o dirección	Horario	Precio
☐				
☐				
☐				
☐				
☐				
☐				
☐				
☐				
☐				

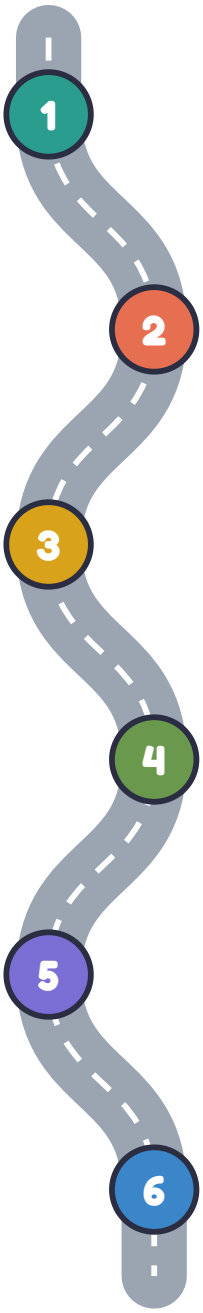
Comidas y restaurantes por probar

✓	Platillo o lugar	Dónde	Calificación
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆
☐			☆ ☆ ☆ ☆ ☆

Planificador de ruta en carretera

Paradas, kilómetros y revisión del auto antes de arrancar

Salida: _____ **Destino:** _____ **Km:** _____



Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Parada: _____ **Hora:** _____

☐ Gasolina ☐ Comida ☐ Descanso **Km:** _____

Revisión del auto

- ☐ Llantas y refacción
- ☐ Aceite y agua
- ☐ Luces y frenos
- ☐ Gato y herramienta
- ☐ Documentos del auto
- ☐ Seguro vigente
- ☐ Tanque lleno
- ☐ Cargador para auto
- ☐ Agua y botana

imprimir.aprendidelavida.com · uso personal y en el aula

Presupuesto de viaje

Calcula cuánto cuesta el viaje y ahorra moneda por moneda

Viaje a: _____ **Viajeros:** _____

Concepto	Estimado	Real	Diferencia
Transporte	$	$	$
Hospedaje	$	$	$
Comidas	$	$	$
Transporte local	$	$	$
Entradas y tours	$	$	$
Compras y recuerdos	$	$	$
Seguro de viaje	$	$	$
Imprevistos	$	$	$
Otros	$	$	$
Total	$	$	$

Alcancía del viaje

Meta: $ _____ **Cada moneda vale: $** _____

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

Colorea una moneda cada vez que guardes dinero para el viaje

Registro de gastos del viaje

Anota cada gasto el mismo día y marca E (efectivo) o T (tarjeta)

Moneda local: _____ **Tipo de cambio:** _____

Fecha	Concepto	Categoría	Pago	Monto
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	
			E · T	

Efectivo: $ _____ **Tarjeta: $** _____ **Total: $** _____

imprimir.aprendidelavida.com · uso personal y en el aula

Datos de emergencia y documentos

Llévala separada del pasaporte: tus datos, seguro y contactos

Mis datos

Nombre: _____

Nacionalidad: _____

Pasaporte n.º: _____

Vence: _____

Tipo de sangre: _____

Alergias: _____

Medicamentos: _____

Seguro de viaje

Compañía: _____

Póliza n.º: _____

Teléfono 24 h: _____

Cobertura: _____

Médico de confianza: _____

Teléfono: _____

_____

En el destino

Emergencias: _____

Policía: _____

Hospital cercano: _____

Embajada o consulado: _____

Teléfono: _____

Dirección del hospedaje: _____

_____

Contactos en casa

Nombre: _____

Teléfono: _____

Nombre: _____

Teléfono: _____

Nombre: _____

Teléfono: _____

_____

Copias de documentos

- ☐ Foto del pasaporte en el celular
- ☐ Copia impresa en otra maleta
- ☐ Copia enviada a un familiar
- ☐ Teléfono para reportar tarjetas
- ☐ Licencia de manejo
- ☐ Recetas de medicamentos

Etiquetas para maleta

Recorta, enmica y pasa un listón por el orificio

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

MI MALETA

Nombre: _____

Teléfono: _____

Correo: _____

Destino: _____

_____

Bingo de carretera

Tacha lo que veas por la ventana; gana quien llene una línea

Cartón 1

Flor	Campamento	Camión	Bicicleta
Avión	Árbol	Sol	Nube
Tren	Autobús	Puente	Semáforo
Alto	Montaña	Auto	Gasolinera

Cartón 2

Sol	Árbol	Alto	Autobús
Gasolinera	Montaña	Nube	Avión
Semáforo	Campamento	Casa	Palmera
Puente	Tren	Auto	Bicicleta

Cartón 3

Bicicleta	Auto	Semáforo	Tren
Flor	Autobús	Nube	Camión
Palmera	Árbol	Gasolinera	Campamento
Alto	Puente	Montaña	Avión

Cartón 4

Camión	Montaña	Avión	Alto
Puente	Árbol	Nube	Tren
Flor	Campamento	Auto	Palmera
Bicicleta	Gasolinera	Autobús	Casa

Diario de viaje

Una página por día para guardar lo que viviste

Fecha: _____ **Lugar:** _____

¿Cómo estuvo el clima?





Dibuja o pega aquí una foto

Hoy conocí

Lo que más me gustó

Lo que comí

Del 1 al 5, este día fue:



Lista de regalos y recuerdos

Para quién, qué y cuánto, más las postales que quieres enviar

Viaje a: _____ **Presupuesto: $** _____

Para quién	Idea de regalo	Precio	Comprado
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐

Recuerdos para mí

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Postales por enviar

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____