



## PROGRAMA DE INTERCÂMBIO DE JOVENS D4620 - LT 2015-2016

### DICAS PARA SUA BAGAGEM

Não esqueça de levar para o exterior as seguintes itens, elas serão de grande valia para ajudar você a explicar as coisas do seu país e região:

1. Bandeira do Brasil

2. Flâmulas do Rotary Clube patrocinador

3. CDs, pen drives ou arquivos já organizados com músicas brasileiras;

4. Cartões de Apresentação Pessoal com Distritos e Rotary Clubes (Anfitrião e Patrocinador)

5. Livros de fotos e postais com vistas do Brasil

6. Apresentação sobre a sua região e do Brasil (pen drive)

7. Miniaturas/ Bottons/ Pins - para troca com Intercambistas de outros países (Normalmente são colocados no blazer como ornamento);

8. Presentes para a família anfitriã - Coisas típicas de pouco valor comercial

9. Levar uma cópia eletrônica de todos os documentos importantes (pen drive e no seu provedor de e-mail para fácil acesso) e deixar outra cópia com a família natural: AF; GF; Declaração de Vaga da Escola; Autorização para Menores; Foto para documento; Passaporte; Visto; Passagens Aéreas; Seguro Médico/ Seguro Viagem; Telefones Úteis (Brasil e País destino: Cartão de Crédito, Agente de Viagens, Famílias, Médico); Histórico Escolar; Transcript Grade; Receitas Médicas (óculos, lentes, remédios, etc) - outros

10. Mochila ou mala pequena - para as pequenas viagens que poderão ser feitas no exterior;

11. Roupas apropriadas - Normalmente é melhor adquirir roupa de frio no exterior onde os tecidos existentes apresentam propriedades térmicas convenientes para as temperaturas do local;

12. Leve junto com a Bagagem de mão uma pasta (de acesso fácil) com os seguintes originais: passagens aéreas; atestado de vacina (se for o caso) reconhecido internacionalmente; autorização de viagem para menor com foto e reconhecido pelos pais por autenticidade; passaporte; contatos da 1ª família, conselheiro, oficial e chairman do país anfitrião (cópia do GF)

13. Cuidado com a Bagagem de mão: evitar colocar medicamentos. Não levar na bagagem de mão artigos cortantes (alicates, por exemplo) ou pontiagudos; não levar líquidos. Se precisar levar remédios, eles devem ser acompanhados de receita médica em inglês/português – colocar, em saquinho zip, os remédios de uso contínuo (apenas a quantidade necessária para 3 dias + cópia da receita), despachar os demais com as receitas originais (em saquinho, tudo junto).

## PROGRAMA DE INTERCÂMBIO DE JOVENS D4620 - LT 2015-2016

14. Aconselhável levar junto a bagagem de mão: uma troca de roupa; casaco (se for desembarcar em local com baixa temperatura); artigos de higiene pessoal pequenos e dentro de saco zip; dólares em notas de baixo valor para compras de lanche, sucos, etc; livro e óculos (se for o caso); cartão de débito e/ou crédito.

15. Caso pretenda levar: mp3, ipod, notebook, celular e similares, máquina fotográfica e outros eletrônicos, aconselha-se levar junto a bagagem de mão. Leve o carregador também.

**\*\*Lembre-se, porém, que quanto mais leve for sua bagagem de mão mais fácil será sua movimentação nos aeroportos.**

16. Nunca afaste-se de sua bagagem.

17. Não leve mercadorias de terceiros com você em hipótese alguma.

É importante saber que o limite máximo de franquia de bagagem é variável, conforme seu destino e companhia aérea. Informe-se com antecedência na Agência Oficial sobre as limitações de peso, de quantidade e de tamanho da bagagem.

Coloque uma etiqueta em lugar bem visível nas malas sacolas de mão, com o endereço de sua primeira família hospedeira. Coloque outra etiqueta no interior das mesmas, para um eventual caso de extravio. Tire uma foto da mala, que ajudará em casos emergenciais.

Caso sua mala se extravie, mantenha a calma. Você deverá procurar a companhia aérea e fazer a Notificação de Extravio de Bagagem, antes de sair da área de desembarque. Informe o ocorrido à sua família hospedeira e ao seu Conselheiro, para que eles o ajudem nas providências necessárias.

Você poderá, ainda, identificar sua bagagem com um laço de fita verde-amarela (cores do Brasil) ou adesivos vibrantes. Isto facilitará localizá-la no aeroporto, quando do desembarque.

### CHECK LIST

#### Bagagem de mão:

- Uma troca de roupa
- Óculos escuros / Óculos de grau / Lentes (com receita).
- Remédios de uso diário para o2 (dois) dias (com receita) - saquinho ZIP.
- Creme dental / escova de dente / desodorante / perfume (não pode exceder a 100 ml) - saquinho ZIP.
- Pasta com todos os documentos necessários (Passaporte, Passagem, GF, Seguro Saúde, Carteira de Vacinação, Carta Convite da Escola, Lista de telefone e Endereços Importantes, etc)
- Tenha um arquivo com todos os documentos digitalizados para fácil acesso (E-MAIL, por exemplo).
- Eletrônicos



---

## PROGRAMA DE INTERCÂMBIO DE JOVENS D4620 - LT 2015-2016

---

### Lista da Mala a ser despachada:

- Roupas Intimas;
- Meias;
- 02 Pijamas / Camisola;
- 01 Chinelo;
- 01 Sapato Social;
- 02 Sapatos para o dia a dia (Tênis / Sandália);
- 01 Veste Social (Vestido / Terno + Camisa Social + Gravata);
- 02 Shorts / Bermuda / Saia;
- 02 Vestidos / Calça Sarja Camisa esporte – Para ocasiões simples;
- 05 Camisetas básicas/ Blusinhas;
- 03 Camisetas de manga longa;
- 01 Jaqueta leve e/ou Casaco (coerente com o clima);
- 01 Calça para dias frios (jeans);
- 01 Agasalho / Moletom ou Esportivo;
- Cachecol;
- Boné / Gorro;

Remédios devem acompanhados de receita médica – saquinho ZIP;

Artigos de Higiene, Barbeador, Secador de Cabelo, Escovas de Cabelo, Pente, Escova de dente, Fio Dental, Perfume e Desodorante.

### **LEMBRE-SE:**

Você deve ser capaz de carregar suas malas sozinho. Portanto, seja prático e leve o mínimo possível.

### **RESUMO:**

Pense em roupas do dia a dia, para sete dias (tempo para lavar e secar).

Um traje Social + um traje casual para festa.

**Importante: Levar o básico Apenas**