

## **Allegato 1 – Lista di controllo per mobilità internazionale**

### **Prima di partire**

1. Verificare di avere un documento ed eventuale visto valido per l'ingresso e il soggiorno nel paese di destinazione (<http://www.viaggiasesicuri.it/approfondimenti/prima-di-partire/documenti-per-viaggi-allestero.html>).
2. Registrarsi sul sito "Dove siamo nel mondo" del MAECI (<https://www.dovesiamonelmondo.it/>).
3. Se si decide di viaggiare in Europa è necessario portare con sé la Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), che è stata consegnata a domicilio a tutti i cittadini italiani. Questo documento darà diritto, nei paesi della Unione Europea ed in Svizzera, all'assistenza sanitaria gratuita, cioè, in caso di necessità, ad usufruire delle stesse prestazioni (visite mediche, ricoveri ospedalieri, ecc.) previste per i cittadini del paese visitato.
4. Per viaggi al di fuori dell'Europa è fortemente consigliato attivare una copertura assicurativa sanitaria di tipo travel.
5. Verificare le vaccinazioni obbligatorie e consigliate per entrare nel paese di destinazione ([http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2\\_4.jsp?lingua=italiano&tema=Prevenzione&area=Malattie%20infettive](http://www.salute.gov.it/portale/temi/p2_4.jsp?lingua=italiano&tema=Prevenzione&area=Malattie%20infettive)).
6. Per informazioni sulle vaccinazioni prendere contatti con la Medicina del Lavoro (Tel. 051 4290216/22/23/24).
7. Prendere informazioni su usi, costumi, leggi del paese di destinazione consultando guide di viaggio o il sito: <http://www.viaggiasesicuri.it/home.html>.
8. Prendere nota dell'ambasciata italiana o consolato nel paese di destinazione. Registrare ubicazione, numeri telefonici, numero telefonico in caso di emergenza. Annotare queste indicazioni sul proprio cellulare, all'interno del passaporto, salvandole in modo sicuro on line.
9. Inserire nel passaporto anche un contatto in caso di emergenza.
10. Verificare con il proprio provider il funzionamento del cellulare all'estero.
11. Lasciare ad amici e famigliari i propri contatti all'estero e l'itinerario di viaggio preparato.
12. Assicurarsi di avere disponibilità di diverse modalità di pagamento.
13. Verificare nel caso sia necessario guidare all'estero la validità della propria patente di guida.
14. Fare più copie del passaporto, documenti di viaggio e numeri utili, salvarle anche on line.
15. In considerazione delle proprie condizioni di salute portare con se anche le copie delle prescrizioni mediche usuali.
16. Indicare nel passaporto, on line, o con i braccialetti appositi eventuali allergie.

### **Durante il periodo all'estero**

1. Pensare in ogni istante a ciò che si sta facendo dando fiducia al proprio istinto.
2. Non esporre oggetti di valore
3. Porre attenzione nel fare fotografie, girare video, osservare con binocoli. Queste attività possono essere fraintese dalle autorità locali, soprattutto vicino a installazione militari.
4. Rispettare le usanze e la sensibilità del paese ospitante.
5. Dare notizie di sé periodicamente al proprio contatto in Italia.
6. Verifica le regole di importazione/esportazione di cibo e piante del paese ospitante.
7. In caso di grave attentato, insurrezione armata, stato di guerra rimanere temporaneamente nelle proprie abitazioni e/o hotel e cercare di comunicare la propria posizione alla Rappresentanza diplomatica italiana sul posto. Tenere un atteggiamento prudente e mantenersi aggiornati sull'evoluzione delle condizioni di sicurezza nel Paese, contattando all'occorrenza l'Ambasciata d'Italia e seguendo scrupolosamente le indicazioni delle autorità locali.