

Du lịch đã trở thành một hoạt động không thể thiếu trong thế giới ngày nay, người người nhà nhà đều đi du lịch khi có một thời gian rảnh rỗi dài ngày hoặc khi muốn thay đổi khí hậu, khám phá cái mới, tạo cảm giác thoải mái, loại bỏ mọi lo âu buồn phiền. Tuy nhiên để có một chuyến đi tiện lợi và thuận buồm xuôi gió thì không phải ai cũng biết cách. Chúng ta hãy cùng điểm qua một vài mẹo nhỏ cần phải biết mỗi khi đi du lịch:

#### 1: Nên và không nên

- **KHÔNG NÊN** mang theo những quán truyện dày cộp hay laptop vì mang theo những thứ đó vô cùng cồng kềnh, hơn thế nữa, bạn sẽ tập trung và những thứ đó mà bỏ quên việc bạn đi du lịch là để nghỉ ngơi, thư giãn đầu óc và đi khám phá
- **NÊN** mang theo bản đồ, cùng với một cuốn sách nhỏ nói về địa điểm bạn đang định đến vì nó sẽ chính là kim chỉ nam cho hành trình của bạn. Bạn hãy nhớ mỗi khi đi du lịch xa gia re tu Ha Noi hay các tour du lịch khác trong nước.
- **KHÔNG NÊN** khi có một người nào đó không quen biết nhắc bạn “hình như bạn có điện thoại đang kêu” thì đừng kiểm tra ngay, mà hãy nghe ngóng tình hình vì rất có thể người nhắc bạn đó lại là một tên trộm cắp đang muốn kiểm tra bạn để đồ có giá trị ở đâu, hoặc ngay lập tức giật điện thoại khỏi tay bạn.
- **NÊN** nhập ngay vào đoàn người cùng đoàn nếu có thể, hoặc đi vào những nơi đông các du khách như quán cafe, quán ăn hoặc wc, chọn chỗ ngồi mà có thể bao quát mọi hành vi của mọi người xung quanh và thật cẩn thận lúc kiểm tra điện thoại hay ví.
- **KHÔNG NÊN** để ví, tiền bạc, điện thoại ở ngăn ngoài cùng, hay hí hoáy vừa đi vừa nghịch điện thoại. Đây là những lúc sơ hở nhất mà người dùng có thể phải trả giá bằng tài sản của mình vì không phải lúc nào bạn cũng có thể để ý tới những chiếc túi. Không nên để ví ở túi quần sau hoặc chen lấn xô đẩy ở những chỗ đông người.
- **NÊN** để những đồ giá trị vào giữa túi, xung quanh là quần áo để cản trở những tên trộm. Để ví ở túi áo trong hoặc mang vừa đủ tiền cần tiêu.
- **KHÔNG NÊN** mang tất cả các loại mỹ phẩm, dầu gội mà bạn hay dùng theo vì nó rất cồng kềnh và dễ bị đổ vỡ
- **NÊN** mua những bộ túi kit sản phẩm chỉ vừa đủ cho những chuyến đi nghỉ mát kéo dài vài ngày

Ngoài những điều cần trên, du khách có thể tham khảo thêm các bí mật cho chuyến du lịch và [đặt khách sạn](#) với các hành trình khám phá của TUN.

#### 2) Cần nên mang những gì khi đi du lịch

- Chanh loại quả khá cần thiết nên mang đi khi bạn đi du lịch xa, vì có thể nước ở nơi bạn du lịch không phù hợp với làn da, hoặc tóc bạn. Chanh có tính sát khuẩn rất tốt nên. Bạn có thể dùng để tắm hoặc gội đầu, bôi vào vết côn trùng cắn. Mùi hương chanh còn giúp thoải mái đầu óc nữa. Du khách có thể mang theo chanh mỗi khi đi du lịch xa nhà.
- Túi đựng đồ cá nhân là một chiếc túi nhỏ để đựng khăn mặt, bàn chải, dao cạo râu và những vật dụng lể tể khác sẽ là một thứ không thể thiếu cho mọi người.
- ảnh chụp những người thân đang đi cùng bạn mới nhất, vì biết đâu bạn bị lạc thì đây sẽ là công cụ để tìm kiếm dễ dàng nhất. Không kể đến bạn đi du lịch

nước ngoài thì rào cản ngôn ngữ sẽ vô cùng lớn. Túi đựng đồ luôn là thứ rất quan trọng, bạn nhớ phải mang theo người mỗi khi đi du lịch.

- Nước thứ vô cùng phổ biến lại cực kỳ cần thiết vì khi đi di chuyển lâu trên xe bạn rất cần tới nước để cân bằng thân nhiệt, hoặc khi tham gia các hoạt động ngoài trời, đi tắm biển, bạn cũng nên mang theo nước, không phải lúc nào bạn cũng có tâm lý sẵn sàng để đi tìm mua những chai nước này.
- Khăn sát khuẩn và kem chống nắng: mùi mồ hôi sẽ khiến mọi hoạt động vui chơi của bạn bị chững lại. Khi đó hãy dùng khăn sát khuẩn để lau người. Kem chống nắng cũng sẽ rất tốt cho làn da của bạn
- Máy nghe nhạc, một vài quyển truyện mỏng sẽ giúp bạn có thêm những khoảng lặng sau cuộc vui chơi thoải mái tâm lý hơn, giúp bạn có động lực để tiếp tục hành trình du lịch của mình của mình

### 3) Du khách mỗi khi đi du lịch cần chú ý

theo các nhà nghiên cứu người Pháp đã cho chúng ta biết rằng: "mỗi khi bạn ngồi trên tàu xe, kể cả máy bay quá 5 tiếng thì nguy cơ bạn bị tắc mạch máu não tăng lên 4 lần do thiếu nước cũng như không hoạt động trong một thời gian dài. Để ngăn chặn căn bệnh này xảy ra bạn cần lưu ý những điều sau đây:

- Bạn nên xin thị thực [visa for Vietnam](#) trực tuyến trước để tiết kiệm thời gian và tiền bạc.
- Cứ mỗi 30 phút bạn nên đứng lên hoặc duỗi thẳng chân tay, hoặc bẻ các đầu ngón tay, ngón chân sẽ giúp kích thích các dây thần kinh lên bộ não trung ương
- Ăn nhẹ, uống nước liên tục, tuy nhiên không nên ăn các đồ có chứa nhiều chất béo hoặc là các đồ uống có cồn – mặc dù sẽ dễ để bạn đi vào giấc ngủ nhưng lại khiến bạn mất nước
- Mang theo một chiếc gối ngủ để có thể dựa đầu thoải mái, tránh việc uống các loại thuốc ngủ vì nó khiến đánh lừa bộ não và không có phản ứng đối với tác động có hại tới bạn
- Tháo giày nếu phải đi một quãng đường dài, để không bị bí các dây thần kinh nằm ở dưới lòng bàn chân
- Mang các loại quần áo rộng, dễ thay trên đường đi để không bị bí mồ hôi
- Mang theo các loại giấy ướt, các loại khăn sát trùng dùng 1 lần để lau mặt hoặc thấm qua mồ hôi trên người, việc này giúp bạn có thể thoải mái, đỡ mệt trong một thời gian dài trên đường đi
- Đối với phụ nữ không nên trang điểm quá đậm trong chuyến đi, nó sẽ làm bí lỗ chân lông, mất ẩm ở da, dễ dẫn tới nóng trong và ảnh hưởng tới các mạch máu não.

### 4) một vài lưu ý khác:

- Nên tự gửi email cho mình lịch trình chuyến đi, số điện thoại quan trọng hoặc các thông tin về chuyến bay, tàu đi – điều này rất cần thiết vì nhớ đâu trên đoạn đường đi, bạn bị mất hành lý
- Đánh dấu hành lý, vali để không bị thất lạc