



**ACCADemia  
DOMANI**  
ACCELERARE IL TUO FUTURO

**Corso Online di**  
***Pianificare e vivere un viaggio***

***Paola Cuscinello***





# Programma Generale del Corso di *Pianificare e vivere un viaggio*

## MODULO 1- Prima del viaggio

1. Prepararsi al viaggio
2. Sapersi adattare (al fuso orario/ stagione, alla lingua, al cibo, alle usanze, alle genti)
3. Fonti di informazioni; corsi di lingua, valute e carte di credito, documenti e visti, soggiorni di lavoro all'estero o volontariato
4. Pianificare il viaggio – diario di viaggio e il piano B
5. Immortalare i momenti più emozionanti
6. Consapevolezza delle cose veramente utili e sapersi liberare del superfluo; cosa mettere nello zaino – borsa o valigia
7. App utili per viaggiare

## MODULO 2 - Itinerari di viaggio

8. Viaggiare a piedi (proposte di itinerari)
9. Viaggiare in bicicletta (proposte di itinerari)
10. Viaggiare in auto (proposte di itinerari)
11. Viaggiare in treno (proposte di itinerari)





- 12. Viaggiare in bus (proposte di itinerari)
- 13. Viaggiare in aereo (proposte di itinerari)

### **MODULO 3 - Il ritorno da un viaggio**

- 14. Viaggiare per ritrovarsi e scoprire i lati in ombra della nostra bella personalità
- 15. Ogni avventura rafforza la resilienza - Autoironia
- 16. Condividere le esperienze
- 17. La filosofia del viaggiare senza fretta e senza paura
- 18. Libri di viaggio

### **Quiz finale**

### **CONCLUSIONE DEL CORSO E CERTIFICATO FINALE**

