ಪ್ರವಾಸಿತಾಣದ ಹವಾಮಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಶೀಲಿಸಿ. ಹೋಗುವ ಮತ್ತು ಹಿಂದಿರುಗುವ ಎರಡು ದಿನಗಳ ಮೊದಲು ಆ ಸ್ಥಳದ ಹವಾಮಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಕಣ್ಣಾಯಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಅತಿಯಾದ ಮಳೆ ಆಗುವುದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಪ್ರವಾಸ ಮುಂದೂಡುವುದು ಒಳಿತು.

ಮುಂಜಾಗ್ರತೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

ಆರೋಗ್ಯ

- ಶೀತ, ನೆಗಡಿ, ಜ್ವರ ಇಂತಹ ಸಣ್ಣಪುಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಬಿಸಿಯಾದ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.
- ನೀರಿನಿಂದ ಹರಡುವ ರೋಗಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಲು ಶುದ್ಧ ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಮಾತ್ರ ಬಳಸಿ.
- ನೀವು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ.

ಉಡುಪು ಮತ್ತು ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

- ರೈನ್ ಕೋಟ್, ವಿಂಡ್ ಚೀಟರ್, ವಾಟರ್‌ಪ್ರೂಫ್ ಜಾಕೆಟ್‌ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯಿರಿ. ಜೊತೆಗೆ ಕೊಡೆಯಂತೂ ಹೇಗೂ ಇರಲೇಬೇಕು.
- ಮಳೆಯಲ್ಲಿ ಜಾರದೆ ನಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ, ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾದ, ವಾಟರ್‌ಪ್ರೂಫ್ ಶೂಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ.
- ಸಾಕಷ್ಟು ಒಣ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು (ಕನಿಷ್ಠ 2–3 ಸೆಟ್) ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ ವಸ್ತುಗಳು (ಮೊಬೈಲ್, ಕ್ಯಾಮೆರಾ, ಪವರ್ ಬ್ಯಾಂಕ್) ಮತ್ತು ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಮಳೆಯಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಲು ವಾಟರ್‌ಪ್ರೂಫ್ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳು ಅಥವಾ ಕವರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ಸೊಳ್ಳೆ ನಿವಾರಕ (Mosquito repellent) ಇರಲಿ. ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಸೊಳ್ಳೆಗಳ ಕಾಟ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಸಣ್ಣ ಗಾಯಗಳು, ತಲೆನೋವು, ಜ್ವರ ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ಔಷಧಗಳು, ಬ್ಯಾಂಡೇಡ್, ಆ್ಯಂಟಿಸೆಪ್ಟಿಕ್ ಇರುವ ಒಂದು ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕಿಟ್ ಕಡ್ಡಾಯ.

ಮಳೆ ಅನುಭೂತಿ, ರಿಮೋಟ್ ವರ್ಕ್!

ಇಂತಹ ಪ್ರಯಾಣದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಜಾಗಗಳನ್ನು ನೋಡಬೇಕೆಂಬ ಆತುರ ಬೇಡ. ಒಂದೆರಡು ದಿನ ಒಂದೇ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿಯೇ ಉಳಿದು, ಅಲ್ಲಿನ ಮಳೆಯ ಅನುಭವವನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ. ಒಂದು ಸಣ್ಣ ಮಳೆಯ ತುಂತುರು ಸ್ನಾನ, ಮಂಜು ಮುಸುಕಿದ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯ ತಂಪನ್ನ ಅನುಭವಿಸುವುದು, ತಣ್ಣನೆಯ ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲೋಟ ಬಿಸಿ ಬಿಸಿ ಕಾಫಿ ಅಥವಾ ಚಹಾ – ಇವೆಲ್ಲವೂ ನಿಮ್ಮ ಮಳೆಗಾಲದ ಅನುಭವವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಇಂತಹ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ಗದ್ದಲದಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಪುಟ್ಟ ಹೋಂ ಸ್ಟೇ, ಹಳ್ಳಿಯ ಮನೆ ಅಥವಾ ವಿಶ್ರಾಂತಿಧಾಮವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ. ಸುತ್ತಮುತ್ತಲ ಮಳೆಯನ್ನ ಅನುಭವಿಸಿ.

ನೀವು ಅಲ್ಲಿಂದಲೇ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಆಯ್ಕೆಯ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಯೋಚಿಸಬಹುದು. ನಗರದ ಒತ್ತಡದಿಂದ ದೂರವಿರುವ ಇಂತಹ ಹೋಂ ಸ್ಟೇ ಅಥವಾ ತೋಟದ ಮನೆಯಲ್ಲಿ 'ರಿಮೋಟ್ ವರ್ಕ್' ಮಾಡುವುದು ಕೂಡ ಅದ್ಭುತ ಅನುಭವ. ಹೊರಗೆ ಧಾರಾಕಾರ ಮಳೆ ಸುರಿಯುತ್ತಿರುವಾಗ, ಕಿಟಕಿಯ ಬದಿಯಲ್ಲಿ ಕುಳಿತು ಲ್ಯಾಪ್‌ಟಾಪ್‌ನಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಾ ಮಳೆಯ ಸದ್ದಿಗೆ ಕಿವಿಗೊಡುವುದು ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಶುದ್ಧ ಗಾಳಿ, ಪ್ರಶಾಂತ ವಾತಾವರಣ ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸಾಂಗತ್ಯವು ನಿಮ್ಮ ಕೆಲಸದ ಏಕಾಗ್ರತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಹೊಸ ಆಲೋಚನೆಗಳಿಗೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಇದು ಬರೀ ಕೆಲಸವಲ್ಲ, ನಿಮ್ಮ ಆತ್ಮವನ್ನು ರೀಚಾರ್ಜ್ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಸುಂದರ ಅವಕಾಶ.