

# Checklist - Sozinha pelo Mundo

✓	DOCUMENTOS
	Passaporte com visto
	Carteira de motorista (nacional e internacional)
	Cartões de crédito
	Seguro viagem / saúde
	Dinheiro em espécie
	Cartão de Vacinação Internacional
	Passagem aérea + cartão de embarque
	Cópia dos documentos

✓	ELETRÔNICOS
	Celular e carregador
	Carregador portátil para celular (power bank)
	Câmera fotográfica, baterias extras, carregador
	Cartão de memória da máquina fotográfica
	GPS, carregador e suporte
	Adaptador de tomada

✓	PARA AS MALAS
	Cadeado TSA, 1 para cada mala
	Identificação nas malas
	Lacre ida e volta, 1 para cada mala
	Bolsa extra (se precisar)

✓	BOLSA PESSOAL / MALA DE BORDO
	Óculos de sol
	Óculos de grau
	Colírio lubrificante (se lentes de contato)
	Prendedor de cabelo
	Pente / escova de cabelo
	Máscara para dormir
	Tampão para os ouvidos
	Travesseiro de pescoço
	Escova dental e pasta
	Maquiagem mínima (limites para líquidos)
	Remédios de uso contínuo
	Casaco e meia
	Celular, carregador e fones de ouvido
	Algo para leitura
	Documentos listados acima
	Caneta

✓	MALA DE BORDO
	Todos os eletrônicos (citados ao lado)
	Muda de roupa 1 dia (se extravio de bagagem)
	Objetos de valor (jóias, etc)
	Farmacinha (remédios para enjôo, analgésicos)

## PARA MALA DESPACHADA

✓	HIGIENE PESSOAL
	Xampu e condicionador
	Sabonete líquido para o corpo
	Sabonete líquido para o rosto
	Estojo e líquido de limpeza de lentes de contato
	Desodorante
	Perfume

	Creme para o corpo
	Lâmina de barbear
	Absorventes higiênicos
	Protetor solar – corpo e rosto
	Repelente
	Cortador e lixa de unha
	Pinça

✓	ROUPAS
	Calça jeans
	Legging
	Camisetas com e sem mangas
	Casaco
	Vestidos
	Calcinhas / cuecas / sutiens
	Shorts / bermudas
	Pijamas
	Sandália de dedo
	Tênis
	Sapatilha
	Meias
	Boné
	Bolsa para o dia-a-dia
	Bolsa para noite
	Biquínis / sunga
	Canga

✓	MAQUIAGEM
	BB cream
	Base em pó
	Blush
	Corretivo
	Lápis de olho
	Rímel
	Batom
	Hidratante labial (especialmente se frio)
	Demaquilante
	Algodão em disco
	Lenço de papel

✓	EXTRAS
	Saco plástico
	Guarda-chuva / capa de chuva
	Ferro de passar / Wrinkle releaser
	Tira manchas em canetinha
	Secador de cabelo

✓	PARA INVERNO
	Gorro
	Luvras
	Segunda pele / roupa térmica (blusa e calça)
	Casaco impermeável
	Cachecol
	Casacos de lã
	Meias de lã
	Bota impermeável