

# Checklist: Mala de bordo

*Viagem internacional*

Nome: \_\_\_\_\_

Contato: \_\_\_\_\_

- Documentos de identificação, carteira e passagem;
- Medicamentos diários e para dor de cabeça, enjoo, dor muscular ou desconforto estomacal/intestinal;
- Lista de alergias ou problemas de saúde;
- Peça de roupa extra (confortável e funcional);
- Meia extra e meia quente para o avião;
- Revistas de Palavras-Cruzadas, Caça-Palavras, etc.;
- Bom livro;
- Celular e carregador (tradicional ou portátil).
- Garrafa d'água;
- Lanche leve e gostoso;
- Travesseiro de pescoço e tapa olho;
- Marcar a mala com fita colorida, capa, cadeado, etc.

## Notas:

*(Itens para comprar ou coisas para fazer antes da viagem)*

---

---