

Checklist de Viagem

1. Planejamento Pré-Viagem

❖ DOCUMENTAÇÃO:

- Passaportes (se necessário)
- Carteiras de identidade
- Cartões do plano de saúde
- Cartões de vacinação

❖ RESERVAS E ITINERÁRIOS:

- Passagens aéreas/hospedagem
- Reservas para eventos (ingressos ou credenciais)
- Itinerários de cada dia

❖ MEDICAMENTOS E

PRIMEIROS SOCORROS:

- Medicamentos de uso contínuo
- Kit básico de primeiros socorros

2. Preparo da Bagagem

❖ ROUPAS:

- Checar a previsão do tempo para o local da viagem
- Roupas adequadas para as atividades programadas
- Pijamas confortáveis

❖ PRODUTOS DE HIGIENE PESSOAL:

- Shampoos
- Sabonetes
- Desodorantes

- Perfumes
- Absorventes/ protetores íntimos
- Protetor solar
- Itens de maquiagem
- Pentes/ escovas de cabelo
- Escovas dentais/ creme dental
- Cremes e pomadas
- Repelente de insetos

❖ EQUIPAMENTO ELETRÔNICO:

- Carregadores para todos os dispositivos
- Adaptadores de tomada, se necessário
- Dispositivos de entretenimento para crianças

3. Bagagem de Mão

❖ NECESSIDADES BÁSICAS:

- Lanchinhos saudáveis bem embalados
- Garrafas de água reutilizáveis
- Livros, jogos ou atividades para crianças

❖ DOCUMENTOS IMPORTANTES:

- Passagens
- Documentos de identificação
- Reservas de hospedagem

❖ KIT DE EMERGÊNCIA:

- Medicamentos essenciais
- Curativos e analgésicos

4. Durante a Viagem

❖ PASSATEMPOS:

- Playlist de músicas favoritas
- Livros ou e-books
- Jogos de viagem

❖ PARADAS ESTRATÉGICAS:

- Checar áreas de descanso confiáveis ao longo da rota
- Atividades para esticar as pernas e espalhar
- Levar dinheiro em espécie para gastos eventuais

❖ CUIDADOS PREVENTIVOS:

- Água para manter-se hidratado
- Medicamentos separados e de fácil acesso

5. Ao Chegar

❖ INSPEÇÃO DO QUARTO:

- Identificar possíveis perigos para crianças
- Localizar saídas de emergência

❖ ORGANIZAÇÃO DO ESPAÇO:

- Separar os pertences de cada membro da família
- Escolher um lugar discreto para pertences de valor
- Organizar os produtos de higiene no toilette

❖ PASSEIO LOCAL:

- Explorar pontos de interesse nas proximidades
- Conversar com a recepção do hotel sobre atividades locais

