

# AirHelp's Lista Essencial do que Levar em Cada Viagem

	✓ Qtd.		✓ Qtd.		✓ Qtd.	
<b>Levar na Bagagem de Mão</b>		Passaporte / ID / Visto		Pensos rápidos		Garrafa de água vazia
		Cartão(s) de embarque		Medicamentos (rotulados)		Carregador de telemóvel
		Itinerário		Remédio pra dor		Carregador portátil
		Guia		Pomadas de primeiros socorros		Tampões de ouvidos
		Gel desinfetante para mãos		Lenços de papel		Kit de costura
		Cartões de crédito		Cartão/ documentos do seguro		Dinheiro
		Lenços desinfetante ou spray		Máscara para olhos		Almofada de pescoço
		Livros		Papel e caneta		Hidrante para os lábios
		Comida / snacks		Objetos de valor		Chaves do carro e casa
		Roupa extra		Lista de contatos de emergência		
<b>Itens Pessoais</b>		Escova de dentes		Pasta de dentes		Fio Dental
		Enxaguante bucal		Sabonete facial		Loção para o rosto
		Desodorizante		Hidratante		Sabonete
		Sabonete corporal		Champô		Condicionador
		Produtos para o cabelo		Escova de cabelo		Pente
		Perfume		Mini espelho		Pinça
		Termómetro		Creme antibacteriano / hidrocortisona		Fustão de algodão
		Lentes de contato / caixinha / solução		Óculos de prescrição / óculos de sol		Caixa dos óculos
		Gotas para os olhos		Maquilhagem		Desmaquilhante
		Lâmina de barbear		Creme de barbear		Vitaminas
		Preservativos		Produtos de higiene feminina		Protetor solar
		Verniz transparente		Corta unhas / lixa		Toalha de viagem
		Kit de emergência odontológica		Frascos para líquidos tamanho de viagem		Saco transparente tamanho 1/4
<b>Equipamentos</b>		Telemóvel		Máquina fotográfica		Mala da camera / acessórios
		Bateria da camera		Camera de filmar		Tablet
		Teclado		Computador portátil		Carregadores de dispositivos
		Estação para carregar		Coluna de viagem		Fones de ouvido com cancelamento de ruído
		Fones de ouvido		Leitor de ebook		Humidificador
		Tripla de alimentação		Adaptador universal		Telemóvel desbloqueado / Cartão
<b>Destinos de Temperaturas Quente</b>		Protetor solar		Spray para refrescar / névoa		Bolsa de praia / mochila
		Spray para queimadura solar		Repelente de insetos		Chinelos / sandálias
		Chapéu / viseira		Ventilador portátil		Toalha de praia
		Pequeno saco impermeável		Canga		
		Bikini / calções de praia		Bálsamo labial com SPF		
		Óleo de bronzear		Óculos escuros		

Destinos de Temperaturas Frias	✓	Qtd.		✓	Qtd.		✓	Qtd.
				Cachecol				Meias quentes
		Tops térmicos			Leggings térmicos			Casacos
		Fleece / malhas			Capa impermeável			Chapéu
		Sapatos antiderrapantes / botas			Luvas			
		Guarda-chuva			Aquecedores de mãos e pés			

Destinos de Aventura		Lanterna			Saco seco			Capa impermeável
		Kit médico			Máscara de mergulho			Spray anti-nevoeiro
		Máscara para o rosto			Luvas de proteção			Óculos de sol com lentes UV
		Capacete			Almofadas para cotovelos / joelhos			Roupas impermeáveis
		Roupa acolchoada			Botas/ sapatos para caminhada			Meias impermeáveis
		Tênis aquáticos			Tampa do saco à prova de água			Poncho
		Equipamento de mergulho			Purificador de água			Remédio para enjoo
		Cadeado com combinação			Carteira de viagem segura			Snowboard / esquis

Embalagens e Mais		Balança de bagagem			Cubos de embalagem			Removedor de mancha
		Saco de roupa			Sabão para lavar roupa			Saco plásticos para secar
		Varal de roupas			Parador para porta			Sacos reutilizáveis
		Folha de seda / saco de dormir			Palhinhas reutilizáveis			Estojo de viagem com documento

Lista só para Bagagem de Mão		Passaporte / cartão de identidade / visto			Pijamas			Tampões para os ouvidos
		Cartão (s) de embarque			Meias / meia-calças			Máscara de olhos
		Dinheiro / cartões de crédito / cartões de seguro			Sapatos			Almofada de pescoço
		Dispositivos eletrônicos			Bolsas / mala de viagem			Lenço
		Carregadores de dispositivos			Líquidos de tamanho de viagem (loção, etc.)			Livros
		Carregador portátil / adaptador			Vitaminas / medicamentos / preservativo			Objetos de valor
		Blusas			Kit de primeiros socorros			Lista de contatos de emergência
		Calças			Escova de cabelo / pente			
		Malhas			Desodorizante			
		Roupas íntima			Hidratante labial			

Roupas e Acessórios		Roupas íntimas			Meias / meia-calça			Sutiãs
		Camisola interior			Pijamas			T-shirts
		Camisolas de manga comprida			Hoodie			Calças de ganga
		Calções			Vestidos			Saias
		Tênis			Sapatos casuais			Sandálias / chinelos
		Pantufas			Cintos			Cachecol / bandana
		Camisa comprida			Roupa formal			Gravatas
		Sapatos formais			Bolsas			Mochila