

# Checklist Prático: Dicas de Viagem para Mulheres Sozinhas

Este checklist foi elaborado especialmente para mulheres que desejam viajar sozinhas com segurança, praticidade e autonomia. Confira os itens essenciais antes de embarcar na sua próxima aventura:

- Passaporte e vistos em dia
- Seguro viagem com cobertura ampla
- Aplicativos úteis baixados (mapas, tradutores, localização)
- Roteiro flexível, com dias de descanso
- Contatos de emergência salvos no celular e impressos
- Kit básico de primeiros socorros
- Cópias digitais de documentos
- Roupas adaptadas ao clima e cultura local
- Cartão de crédito internacional e reserva financeira de emergência