

check list

Próximo passeio do _____

Dia: _____ das _____ às _____

Local: _____

Ponto de encontro: _____

Roupas e acessórios

- Mochila
- Calçado para trilha
- Chapéu
- Casaco e capa de chuva
- Protetor solar
- Repelente
- Roupas para banho
- Toalha

Alimentação

- Utensílios para picnic: copinhos, pratinhos, talheres, toalha e saquinhos de lixo. Escolha materiais que não sejam descartáveis.
- Garrafinhas de água, cantil ou caramanhola
- Comidinhas.

Outros comentários

Materiais

- Lanterna
- Lupa
- Caixinha para coleta de insetos
- Bloco e caneta
- Binóculos

Kit de primeiros socorros e segurança

- Apito
- Antisséptico
- Antialérgico
- Esparadrapo
- Band-aid
- Algodão
- Pinça
- Cloro para purificar água