

Ceata



LISTA DE VERIFICARE

**A ECHIPAMENTULUI PENTRU
TABARA DE VARA**

Listă de verificare a echipamentului pentru tabăra de vară

1. Campare

- cort (doar cei care au anunțat că aduc; de verificat bețe, țărugi, sfori, tentă)
- sac de dormit (de pus în ceva impermeabil, sac de plastic)
- saltea de izopren sau gonflabilă (plus pompă, în cel de-al doilea caz)
- saci de plastic pentru deșeuri (60 L)
- sfoară de rufe (plastic), pentru diversele inginerii necesare taberei
- briceag (eventual multifuncțional)
- brichetă / chibrite
- lanternă frontală + baterii de rezervă
- lampă de cort pe baterii (după caz)
- minitopor (după caz)
- cuțit de vânătoare (după caz)
- spray cu ardei iute (pentru câini ciobănești etc.; după caz)
- duș de campanie (după caz)

2. Veselă

- farfurie / bol de metal / plastic (de preferabil cu capac)
- cană de metal / plastic
- furculiță plastic / metal
- lingură de plastic / metal
- burete de vase

3. Igienă

- săpun solid
- șampon de păr (după caz)

- prosop mare
- prosop de mâini
- periuță de dinți
- pastă de dinți
- perie de păr / pieptene
- deodorant / antiperspirant (după caz)
- hârtie igienică
- clește de unghii
- cremă pentru protecție față de raze UV (după caz)
- cremă împotriva țânțarilor și căpușelor (după caz)
- săpun lichid sau șervețele umede

4. Îmbrăcăminte și încălțăminte

- bocanci de munte (peste glezne, impermeabili)
- încălțăminte de rezervă (adidași)
- papuci / sandale (după caz)
- pantaloni lungi (material rezistent)
- pantaloni de rezervă (eventual scurți)
- pantaloni trening (pentru seară și noapte)
- pulover / polar (pentru seară și noapte)
- tricouri pentru 6 zile
- cămașă / bluză cu mânecă lungă
- schimburi pentru 6 zile
- geacă impermeabilă / hanorac / pelerină
- pălărie (obligatorie, pentru protecția față de soare)
- căciulă (pentru noapte)
- minitrusă de cusut (ac, câteva tipuri diferite de ațe, ace de siguranță, nasturi)

5. Trusă de prim ajutor (nu există niciun fel de impunere, fiecare părinte cunoscând cel mai bine ce fel de tratamente se potrivesc cel mai bine copilului în diferite afecțiuni acute)

- antidiareice
- săruri de rehidratare orală
- dezinfectant (recomandabil betadina)
- plasturi
- comprese sterile
- bandaj elastic
- forfecuță
- analgezice (intern și extern - unguent)
- antipiretice / antitermice
- antiseptice locale (recomandabil tinctura de propolis, care poate fi utilizată și extern)
- picături de nas (după caz)
- șervețele sterile pentru ochi (după caz)
- alte medicamente pentru diferite afecțiuni acute relativ comune

7. Colectare date din teren

- mapă A5 de tip clipboard
- instrumente de notat (pix)
- aparat foto (după caz)
- 2-3 recipiente mici de plastic (de tipul coprocultoarelor) pentru exemplare deosebite de nevertebrate (doar carcusele de chitină), fructe, gale, roci, ingluvii, exuvii etc. (după caz)
- gps (cine are)

8. Comunicare

- telefon mobil (după caz)
- power bank (după caz)
- încărcător pentru telefon mobil (după caz)

- fluier (după caz)
- stații emisie-recepție (după caz)

9. Drumeție

- rucsăcel
- busolă
- binoclu (după caz)
- lupă (după caz)
- hrană uscată
- caserole pt. fructe / hrană uscată
- termos / recipient pentru lichide de min. 1L

10. Alte obiecte personale

- carnet de elev
- bani de buzunar
- carte de rugăciuni
- alte obiecte personale