



## ¿Qué debemos llevar?

### Nuestros consejos

Hacer las maletas es el primer paso para dar autonomía al niño o niña en su experiencia en los campamentos. Por ese motivo, es muy importante que todos participéis en hacer el equipaje, de esta forma él o ella sabrá perfectamente qué se debe llevar y dónde lo ha guardado.

### Equipaje

No es necesario llevar mucha ropa, solamente la necesaria para una semana, y alguna muda de recambio. Es importante preparar el neceser para la higiene personal, y el kit para eliminar los piojos.

### Etiquetas

Es muy importante marcar toda la ropa, incluso la ropa interior y los calcetines. No nos hacemos responsables de los objetos perdidos, y en caso de encontrar una prenda perdida, si está marcada es mucho más fácil encontrar el propietario.

### Qué llevar ✓

Ropa diaria cómoda para las clases de cocina y las actividades deportivas. Recomendamos no comprar ropa nueva para el campamento. La última noche siempre celebramos una cena especial, con lo que es importante llevar una muda de gala reservada para este día. Además, cada año os enviamos un email con la ropa específica para las fiestas temáticas, donde siempre pedimos una camiseta blanca y otra negra.

### Teléfono móvil

Invitamos a las familias a no dejar teléfonos móviles en los campamentos. De todas formas, en caso de llevarlo, el día de entrada os pediremos que lo deis a su monitor/a de referencia, quien lo guardará hasta el momento de la llamada. El teléfono permanecerá apagado, con lo que hasta que no realicen la llamada no estará operativo.

### Protección solar

Es imprescindible llevar en nuestros campamentos protección solar alta, de mínimo 30 SPF, ya que las actividades son la mayoría de veces al aire libre

### Que NO debemos llevar ✗

Equipos electrónicos, cámaras o tabletas no se deben llevar en el campamento. Nuestro programa está lleno de actividades, y los tiempos libres también están dinamizados con actividades, con lo que no es necesario ningún aparato electrónico.

Toda la medicación que lleven se dará el primer día al monitor/a de referencia o a la enfermera antes de empezar los campamentos.

### Lavandería

El servicio de lavandería se realizará para aquellos niños y niñas que estén dos semanas en los campamentos. En este caso es imprescindible que la ropa esté marcada, ya que la recogeremos el sábado y la devolveremos limpia el lunes. Es importante no llevar ropa delicada, ya que el servicio de lavandería no se hace responsable de dañar alguna prenda.

## Lista recomendada de ropa

- 1 maleta con el nombre del niño o niña visible
- 1 mochila con el nombre del niño o niña visible
- 4 pantalones de deporte cortos
- 7 camisetas de manga corta o tirantes
- 4 conjuntos de ropa de calle para después de cenar
- 2 delantales
- 1 libreta y 1 boli
- Un conjunto más arreglado para la cena "Estrellas Michelin"
- 1 pijama
- 7 pares de calcetines normales
- 7 pares de calcetines de deporte
- Ropa interior para 7 días
- Chubasquero por si llueve
- 2/3 bañadores, chanclas y toalla para la piscina y gorro para piscina interior (sólo en Cerdanya), si hiciera frío en el exterior
- Neceser con cepillo, pasta de dientes, peine, gel, champú y crema solar
- Bolsa para poner la ropa sucia
- 1 zapatillas deportivas y otro calzado cerrado de recambio
- 1 cazadora, sudadera o chaqueta para la noche
- 1 tratamiento capilar para eliminar los piojos (para el caso de que tengamos que aplicarlo durante el campamento)
- Imprescindible gorra, cantimplora y protección solar

### Muy importante:

**Pulsera de mosquitos y loción repelente para los campamentos de Puerto de Santa María (Cádiz).**

