

QUÈ PORTAR?

MOTXILLA GRAN

- ☐ SAC DE DORMIR
 - ☐ LLENÇOL DE SOTA I COIXINERA
 - ☐ 2 PIJAMES (LLARG I CURT)
 - ☐ BARRET O GORRA
 - ☐ JERSEI PRIM
 - ☐ JERSEI GRUIXUT
 - ☐ SAMARRETES DE MÀNIGA CURTA PER 12 DIES
 - ☐ PANTALONS CURTS PER 12 DIES
 - ☐ ROBA INTERIOR PER 12 DIES
 - ☐ 1 MUDA EXTRA
 - ☐ 2 BANYADORS
 - ☐ 1 TOVALLOLA DE PISCINA
 - ☐ 1 TOVALLOLA DE DUTXA
 - ☐ XANCLES
 - ☐ MÀRFEGA
 - ☐ LOT (AMB PILES DE RECANVI SI CALEN)
 - ☐ BOSSA PER A LA ROBA BRUTA
 - ☐ IMPERMEABLE O CAPELINA
 - ☐ PANTALONS LLARGS
 - ☐ SABATES DE MUNTANYA
 - ☐ 3 PARELLS DE MITJONS GRUIXUTS
 - ☐ MUDA PER EMBRUTAR
 - ☐ BANYADOR PER EMBRUTAR
 - ☐ NECESSER COMPLET (CREMA SOLAR DE FACTOR ALT I REPELENT DE MOSQUITS!)
- NOVETATS DE L'ANY!**
- ☐ SAMARRETA BLANCA DE COTÓ
 - ☐ DAVANTAL
 - ☐ CARMANYOLA



QUÈ PORTAR?

MOTXILLA PETITA

A DINS:

- ☐ Cantimplora (nom marcat)
- ☐ Esmorzar del primer dia
- ☐ Dinar del primer dia

DONAR ALS MONIS ABANS DE PUJAR A L'AUTOCAR:

- ☐ Documentació
- ☐ **Cat Salut original !!!**
- ☐ Medicaments (marcats amb nom i cognom) + pauta d'administració



QUÈ PORTAR?

EXCURSIONS

- ❑ Sabates de muntanya (que no siguin per estrenar)
- ❑ Mitjons gruixuts i alts
- ❑ Samarreta transpirable de màniga curta (no de tirants!)
- ❑ Pantalons curts
- ❑ Cantimplora (mínim 1,5L)
- ❑ Motxilla petita i mitjana (no de cordes!)
- ❑ Aïllant



QUÈ NO PORTAR?

- TELÈFON MÒBIL I APARELLS ELECTRÒNICS.
- RELLOTGES.
- MENJAR (EXCEPTE EL DELPRIMER DIA).
- TABAC, ALCOHOL I ALTRES SUBSTÀNCIES TÒXIQUES.
- ESTRIS PER FER FOC.
- DINERS.



QUÈ PORTAR?

OPCIONAL, PERÒ RECOMANABLE

- INSTRUMENTS MUSICALS.
- CÀMERA DE FOTOS.
- MALABARS.
- CARTES.
- JOCS DE TAULA.

