

La lista que a continuación detallamos es un mínimo necesario e imprescindible. Aconsejamos que, si los niños son pequeños, aumentéis el número de prendas de vestir por lo menos al doble.

- **Para dormir:**
  - Saco de dormir de invierno.
  - Esterilla.
  - Pijama de invierno.
  - Cojín (opcional)
  
- **Para el aseo personal:**
  - Champú y/o gel de ducha.
  - Cepillo y Pasta de Dientes.
  - Peine.
  - 2 toallas, una de aseo y otra de ducha.
  - Crema hidratante y protectora contra el sol (imprescindible).
  - Protector labial (nunca vaselina).
  - Loción repelente de insectos.
  
- **Para comer:**
  - 2 platos hondos de aluminio y 1 bol para la fruta.
  - Tenedor, cuchara y cuchillo.
  - 1 vaso grande.
  - Cantimplora (al menos de 1 Litro).
  - Bolsa de tela que se pueda colgar, para guardarlo y secarlo todo.

**Es conveniente que el menaje sea de aluminio y el plato con asas.**
  
- **Ropa:**
  - Pares de calcetines suficientes.
  - Mudras suficientes (ropa interior, etc.).
  - Camisetas suficientes, más una para ensuciarse mucho, y la del equipo.
  - Varios pantalones cortos o de deporte.
  - 2 bañadores (para cambiarlo si se estropea).
  - Ropa de abrigo (por la noche refresca).

**Tened en cuenta que el campamento está en Ávila.**
  
- **Calzado**
  - 2 pares de zapatillas de deporte, ya estrenados en casa para evitar llagas.
  - Chanclas o sandalias de goma (que puedan cerrarse, como escaarpines)
  
- **Varios:**
  - Chubasquero (imprescindible).
  - Pañoleta (obligatoria si ya se la han puesto).
  - Linterna y pilas.
  - Gorra o sombrero (imprescindible).
  - Bolsa de plástico grande para la ropa sucia.
  - Imperdibles.
  - Pinzas para tender la ropa mojada (bañador tras las duchas, o que laven).
  - Pañuelos.
  - Jabón para la ropa (si quieren lavar).
  - Mochila pequeña para la marcha (la misma en la que vaya la comida del primer día)

El uso de aparatos electrónicos como los mp3, mp4, consolas, Smartwatch o similares, así como los teléfonos móviles y derivados, pueden provocar un efecto inverso al que se quiere conseguir en la actividad campamental, (aislamiento individual) así que, por favor, que no los incluyan en sus efectos personales. Así mismo tampoco existen enchufes habilitados para cargarlos, ni nos hacemos cargo de su rotura y/o pérdida.

En cualquier caso, y referente al teléfono móvil, si hiciera falta por razones urgentes, seríamos nosotros los que nos pondríamos en contacto con los padres/madres/tutores. Si en caso de extrema gravedad fuera necesario ponerse en contacto con nosotros, hágalo llamando a este número 629716799 o por correo electrónico a [jefatura@juniorsflordeneu.com](mailto:jefatura@juniorsflordeneu.com).