

## ATTREZZATURA E DOCUMENTAZIONE CAMPI SUL MARE 2017

**Attrezzatura da campeggio:** Sacco a pelo (non troppo leggero), piccolo cuscino per la tenda, n. 1 stuoio o materassino da campeggio, zainetto per il mare, borraccia, torcia, piatto, tazza e posate da trekking(**possibilmente di metallo**) con un sacchetto che possa contenere il tutto.

**Abbigliamento:** accappatoio, asciugamano da mare, indumenti intimi, un paio di pantaloni lunghi, pantaloncini, magliette maniche corte, maglione pesante, impermeabile, n. 2 costumi da bagno, scarpe da ginnastica, cappellino per il sole.

**Oggetti da toilette:** spazzolino e dentifricio, doccia-shampoo, sacchetto per panni sporchi, copri water, burro cacao, crema protettiva per il sole, stick o spray repellente per zanzare, rotoli di carta igienica. Per le ragazze: assorbenti.

**PER I PROGRAMMI DI TREKKING:** per il trekking a piedi (nella sola settimana dal 30/7 al 06/08) sono fondamentali scarponi da trekking, zainetto da cammino, borraccia e torcia.

### **Vi preghiamo vivamente di non portare indumenti di marca e oggetti di valore.**

**Allergie alimentari:** Per i ragazzi con allergie alimentari, portare gli alimenti sufficienti per il primo giorno e una scheda dettagliata di alimenti tollerati.

**Medicinali:** Si consiglia di portare medicine omeopatiche (per chi le usa), tachipirina o altro da prendere nel caso di piccoli malesseri: febbre, mal di testa; spray per la gola o caramelle disinfettanti, il tutto dentro un sacchetto con il nome del ragazzo/a (consegnarlo agli assistenti).

**In caso di malessere chiamiamo sempre i genitori prima di eventuali somministrazioni di medicinali, anche se elencati nella scheda sanitaria.**

**Cellulari:** I cellulari vengono consegnati **carichi** al tavolo dell'accoglienza all'arrivo e vengono riconsegnati ai ragazzi il martedì ed il giovedì dalle ore 20.00 alle 21:00 per ricevere ed effettuare telefonate. **Vi chiediamo di consegnare cellulari carichi.**

**Spese extra durante il soggiorno (non incluse nella quota di partecipazione):**

Per le spese necessarie per il bar, o per tutto ciò che non rientri nel programma, il personale dell'Associazione Lasa conserva i soldi dei partecipanti in una banchetta privata che viene aperta quando si va al bar o per l'acquisto di eventuali souvenir; questo per evitare sia lo spreco di soldi che l'eccessivo acquisto di gelati o dolci vari.

**Telefonate:** si ricevono al 366 5011549, inoltre verrà fornito, il giorno dell'arrivo, un numero di cellulare della guida di ogni gruppo.

### **DOCUMENTI RICHIESTI:**

- Domanda di partecipazione compilata in tutte le sue parti;
- Scheda sanitaria timbrata e firmata dal medico curante o per attività ludico-motoria (ai sensi dell'art. 42 bis del DL n.69 del 21 giugno 2013, convertito in legge n.98 del 9 agosto 2013), o autocertificazione della scheda sanitaria (modulo scaricabile nel sito [www.associazionelasa.it](http://www.associazionelasa.it));
- Copia documento di Identità e della tessera sanitaria;
- In caso di somministrazione di farmaci, richiesta del medico curante e autorizzazione scritta dei genitori.
- Permesso di soggiorno per ragazzi provenienti dall'estero.

