



REGIÃO DO DISTRITO FEDERAL
GRUPO ESCOTEIRO MARECHAL RONDON – 4º DF

CHECK LIST DE MATERIAIS INDIVIDUAIS PARA ACAMPAMENTO DA
ALCATEIA

Para Dormir/ Carregar/ Outros	
<input type="checkbox"/> Mochila* <input type="checkbox"/> Lanterna <input type="checkbox"/> Pilhas extras <input type="checkbox"/> Cobertura (boné/chapéu)	<input type="checkbox"/> Isolante térmico <input type="checkbox"/> Saco de dormir ou cobertor <input type="checkbox"/> Sacos para embrulhar as roupas e para lixo (não recomenda-se os de supermercado)
Roupas e calçados **	
<input type="checkbox"/> Calças compridas <input type="checkbox"/> Bermudas <input type="checkbox"/> Shorts <input type="checkbox"/> Camisetas com motivos escoteiros <input type="checkbox"/> Mudanças de roupas íntimas <input type="checkbox"/> Agasalhos <input type="checkbox"/> Outros: _____	<input type="checkbox"/> Toalha <input type="checkbox"/> Roupas de banho <input type="checkbox"/> Tênis/Botas (preferível) <input type="checkbox"/> Pares de meia <input type="checkbox"/> Chinelo <input type="checkbox"/> Impermeável ou capa de chuva <input type="checkbox"/> Outros: _____
Higiene Pessoal	
<input type="checkbox"/> Sabonete <input type="checkbox"/> Desodorante <input type="checkbox"/> Xampu/condicionador <input type="checkbox"/> Repelente	<input type="checkbox"/> Escova de dente <input type="checkbox"/> Pasta de dente <input type="checkbox"/> Escova ou pente de cabelo <input type="checkbox"/> Protetor Solar
Máquina de Comida	
<input type="checkbox"/> Talheres (faca, garfo e colher) <input type="checkbox"/> Prato (não de vidro)	<input type="checkbox"/> Cantil (lembre-se de tomar muita água) <input type="checkbox"/> Copo/ caneca (não de vidro)
Kit de Identificação/Segurança	
<input type="checkbox"/> Documentos de Identificação <input type="checkbox"/> Carteira do Plano de Saúde <input type="checkbox"/> Dinheiro, para eventuais necessidades <input type="checkbox"/> Remédio***	<input type="checkbox"/> Lista de Telefones Úteis/Emergência <input type="checkbox"/> Carteira de Associado dos Escoteiros do Brasil
Itens proibidos	
<input checked="" type="checkbox"/> Canivete	<input checked="" type="checkbox"/> Alimentos, biscoitos e balas (com exceção dos lanches frios, quando expressamente indicados, toda alimentação da Alcateia será provido no acampamento)
Não esquecer de:	
<input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____

* Apropriada para acampamento (com barrigueira), sem rodas. Recomenda-se que o peso do material individual não exceda 20% do peso corporal.

** Avaliar a necessidade considerando o número de dias de acampamento e as condições climáticas.

*** Os remédios devem ser utilizados apenas com prescrição médica e são de uso exclusivamente individual. Os chefes deverão ser informados da medicação.