

«Экодемия». Список необходимых вещей.

Одежда:

1. Сменная одежда
2. Тёплая одежда (куртка с капюшоном, утепленные брюки)
3. Дождевик
4. Головной убор от солнца
5. Шапка тёплая, флисовая кофта или свитер
6. Приветствуются костюмы из плотной ткани, такие как энцефалитные костюмы
7. Футболки, шорты, брюки
8. Сменное нижнее белье

Вся одежда должна быть спортивной, не стесняющей тело.

Обувь:

1. Удобная спортивная обувь (кроссовки/кеды, трекинговые ботинки, сланцы)
2. Резиновая обувь с высоким голенищем
3. Сменная обувь
4. Тёплые носки

Бытовые личные вещи:

1. Средства личной гигиены, полотенце
2. Спальный мешок
3. Коврик
4. Фонарик с запасными батарейками
5. Кружка
6. Ложка
7. Чашка небьющаяся
8. Аптечка для личного пользования
9. Желательно наличие солнцезащитного крема
10. Желательно наличие репеллентов от клещей