

Checklist Geral para as Férias



Olá! Fizemos este documento para facilitar a organização pré-temporada e arrumação das malas. Você pode clicar nos quadradinhos ao lado de cada item que já estiver resolvido ou que já tiver enviado.



documentos e fichas

PREENCHER E ASSINAR

- Assinar contrato enviado por e-mail
- Enviar Ficha de Inscrição
- Ficha de saúde de cada acampante (aruana.com.br/registrar)
- Autorização** e comprovante de depósito da Lojinha. O Aruanã tem uma **lojinha**, com snacks, produtos do Aruanã e produtos de higiene pessoal. Os responsáveis deverão preencher a autorização e depositar o valor até 10 dias antes do início da temporada. Se houver troco, será estornado na conta do responsável em até 15 dias úteis após a temporada. Se preferir, o acampante poderá pagar no cartão durante a temporada.

ENVIAR IMAGEM DOS DOCUMENTOS (**NORMAS DA TRIBO**)

- Carteira de identidade (RG ou Certidão de Nascimento)
- Carteirinha de vacinação
- Certificado de vacinação da covid-19 do aplicativo ConecteSUS
- Carteirinha do plano de saúde (se houver)
- Enviar passaporte do acampante na parte de cima da mala (somente veteranos).

LEMBRETES

- Fique atento nas semanas antecedentes ao embarque para evitar doenças infectocontagiosas.
- Tenha as receitas médicas para enviar junto com os medicamentos.
- Identifique todos os objetos do acampante com o número de passaporte.

Checklist de Bagagem **INVERNO**



Sugerimos que os responsáveis **façam a mala junto com o acampante** para que ele sinta a importância desse processo e também consiga reconhecer seus pertences com maior facilidade no acampamento.

ATENÇÃO: lista para 7 dias. Adapte a quantidade conforme a estadia. Para lavar roupas o custo é de R\$70,00 por lavagem e será descontado do valor da lojinha.



como organizar

IDENTIFICAÇÃO

Todo material de uso pessoal deverá estar identificado com seu **número de passaporte** escrito com caneta permanente e **letras legíveis**.

Para roupas em geral, a identificação deve estar **perto ou na própria etiqueta**, na parte de trás da peça, no verso (gola para camisetas e blusas e cós para shorts e calças). Para sapatos, colocar o número na **lateral da parte interna ou na língua** de forma que fique aparente.

Todos os outros objetos também devem estar identificados, como toalhas, lençóis, roupas de piscina, bonês, acessórios, kit de sobrevivência, necessaire e produtos de higiene.

vestuário



ROUPAS DE ROTINA

- 14 peças íntimas (calcinhas/cuecas)
- 4 tops/sutiã
- 10 pares de meia
- 10 camisetas manga curta
- 4 camisetas manga longa
- 5 calças compridas (jeans e moletom)
- 4 blusas esportivas de frio (moletom)
- 1 ou 2 casacos/jaquetas bem quentinhos
- 7 shorts ou bermudas
- 2 pijamas de inverno
- 3 maiôs/biquínis/sungas
- 2 pares de tênis
- 1 par de chinelos/crocs/papete
- 1 roupa velha

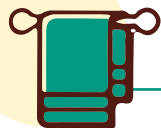
- 1 boné/chapéu/gorro
- 1 cachecol

ROUPAS PARA JANTARES

Em todas as temporadas são tradicionalmente realizados jantares temáticos com a participação de todos e são importantes para integrar os acampantes. Recomendamos que traga em sua mala:

- 1 fantasia de qualquer tema
 - 1 roupa para Festa Julina
 - 1 roupa para a Noite de Gala
- *As fantasias dos demais jantares poderão ser improvisadas.

Checklist de Bagagem INVERNO



cama & banho

CAMA

- 1 travesseiro
 - 1 fronha
 - 2 cobertores/manta ou saco de dormir
 - 2 lençóis de elástico*
 - 1 lençol de cima
- *Em caso de enurese noturna, mandar 3 lençóis.

BANHO E PISCINA

- 2 toalhas de banho
- 1 toalha de rosto
- 1 toalha de piscina
- Sabonete e saboneteira

- Shampoo
- Condicionador
- Touca de banho
- Secador de cabelos

HIGIENE & SAÚDE

- Escova de dentes
- Creme dental
- Pente/Escova de cabelo
- Desodorante
- Filtro solar FPS 30
- Repelente
- Absorventes

diversos



DIVERSOS

- Lanterna com pilhas
- Capa de chuva
- Protetor labial
- Sacola impermeável (para roupas molhadas)
- Instrumentos musicais

KIT SOBREVIVÊNCIA

- Mochilinha
- Garrafinha ou copo

MEDICAMENTOS

Todos os medicamentos habituais e de tratamento que estiverem especificados na **Ficha de Saúde** devem ser enviados em sua embalagem original, com a receita médica e identificação do acampante na embalagem, colocados dentro de uma **necessaire** ou **sacola**. A necessaire deve ser colocada por último na mala, por cima de tudo, e deve conter a informação "medicamentos" e o nome ou passaporte do acampante.

- Medicamentos
- Band-Aid
- Pastilhas ou mel para garganta
- Necessaire