

Lista de viaje

NECESER

- Gel de baño, champú.
- Jabón.
- Cepillo y pasta de dientes.
- Peine.
- Pañuelos desechables.
- Protector labial.
- Crema solar.
- Desodorante y colonia.

ROPA

- Ropa adecuada para la estación del año y suficiente para la semana.
- Pijama.
- Chubasquero y gorra.
- Ropa interior.
- Calzado: cómodo y adecuado para la marcha.
- Zapatillas de recambio (polideportivo).

OTROS

- Tarjeta de la Seguridad Social.
- Bolsa para la ropa sucia.
- Juego de sábanas (90 cm x 190 cm).
- Toalla o albornoz para la ducha.
- Chanclas.
- Mochila para las salidas.
- Cantimplora para el agua.
- Un libro para leer antes de dormir.

NO SE PUEDE TRAER

- Materiales electrónicos.
- Linternas.
- Saco de dormir.
- Comida y chucherías.
- Objetos de valor.

Nota: en el cuadro que aparece a la izquierda de cada material puedes poner una marca para saber lo que ya tienes.