

# PROJETO LITORAL NOTA CEM

## CHECK LIST PARA VAIGEM SEM PERNOITE

### VESTUÁRIO

✓	
	Camiseta
	Calção
	Calça
	Moleton
	Meias
	Calçado com solado anti-derrapante

### ACESSÓRIOS

✓	
	Óculos de sol
	Boné/chapéu
	Protetor solar
	Repelente
	Capa de chuva
	Sacolas plásticas
	Medicamentos tomados regularmente

### *OBSERVAÇÕES.*

**1. SE A ATIVIDADE ENVOLVER VISITA AO MANGUEZAL, UMA MUDA DE ROUPA DEVE SER PROVIDENCIADA SÓ PARA A ATIVIDADE: CALÇA E CAMISETA DE MANGA CUMPRIDA E UM CALÇADO VELHO QUE FIQUE FIRME NO PÉ.**

**2. EM HAVENDO O INTERESSE DE DOAR ESSA ROUPA, ELA SERÁ DESTINADA ÀS COMUNIDADES DE PESCADORES E INDÍGENAS DA REGIÃO.**