

**Parrocchia Santa Maria Maggiore  
Cogoleto  
CAMPO ESTIVO CESANA TORINESE  
COSA DEVI METTERE NELLO ZAINO**

- ✚ Biancheria intima per dieci giorni
- ✚ Occorrente per pulizia personale: *dentifricio, spazzolino, doccia-shampoo, pettine, sapone*
- ✚ Fazzoletti
- ✚ Telo per doccia
- ✚ Asciugamano
- ✚ Fon
- ✚ Calzini e calzettoni
- ✚ Pigiama
- ✚ Pantaloncini corti
- ✚ Pantaloni lunghi
- ✚ Magliette
- ✚ N° 2 maglioni
- ✚ Giacca a vento
- ✚ K way
- ✚ Scarpe da ginnastica
- ✚ Ciabattine per doccia
- ✚ Scarponcini
- ✚ Cappello per sole
- ✚ Borraccia
- ✚ Burro cacao
- ✚ Crema solare
- ✚ Costume per giochi d'acqua
- ✚ Occhiali da sole
- ✚ Zainetto per gite
- ✚ Torcia con pile cariche
- ✚ Sacco a pelo+lenzuolo per materasso + federa *oppure* lenzuola +federa
- ✚ Sacchetti (per roba sporca)

✚ **IMPORTANTE:**

- un farmaco antidolorifico, antifebbrile *assunto in passato, confezione integra*
- eventuali farmaci se terapia in corso
- cerotti per vesciche e piccole escoriazioni
- fotocopia carta di identità e codice fiscale