

## Lista orientativă pentru bagaje

Vă transmitem o listă cu strictul necesar care să-l aibă, copiii în bagaje, recomandat pentru cei mici sub 14 ani, să se ocupe părinții de aspectele punctate mai jos.

### **Obligatoriu:**

- o șapcă sau bandană și o pereche de ochelari de soare;
- pijamalele sau ținută lejeră pentru somn/odihnă;
- șosete și lenjerie de corp (slip, boxeri, costum de baie etc);
- câteva tricouri, maiouri, pantalonii scurți,
- trening sau pantaloni lungi pentru serile mai reci, la mare este mai răcoare seara și destul de rece noaptea.
- încălțăminte lejeră, o pereche de papuci de plajă, șlapi, una de sandale ori de teniși.
- o cremă de corp cu factor de protecție suficient de ridicată, recomandat 5/6;
- o loțiune calmantă, care trebuie aplicată pe piele după ce ai stat la plajă;
- Trusă de igiena personală: pasta și periuta de dinți, săpun, sampon, gel de dus, parfum, after shave etc
- o pătură pentru plajă și prosoapele aferente;
- un spray, pentru a preveni înțepaturile insectelor;
- un gel cu aloe vera pentru arsurile solare.
- dezinfectant și un set de mască, purtarea măștii este obligatorie în zonele cu restricții.

### **Recomandat:**

- articole de joacă/sportive: colac, minge de plajă/apă, discuri zburătoare, badminton, rachete de tenis etc
- bidon cu apă pentru hidratare și produse energizante, răcoritoare de tip batoane etc.

### **Important:**

Administrarea medicamentelor se face sub supraveghere și asistență medicală, interzis să dețină copiii/adolescenții asupra lor medicamente sub orice formă, fără știința conducătorului de grup.

Interzis deținerea sau consumul de substanțe psihotrope, etnobotanice, sau alte derivate și surogaturi de acest fel de tip plante și substanțe halucinogene.

Cu considerație  
Mihai Dănăilă  
România Turistică