

KONTRABANDISTEN UDALEKU IBILTARIA (14-17) 2021

BEHARREZKO EKIPAIA ETA MATERIALA

- Osasun Txartela (hobe, fotokopia plastifikatua).
 - Mendiko motxila handia (45-50 lt), egoera onean. Kontuan izan ia egunero mendian eta pisuarekin eraman beharko dugula.
 - Mendiko botak edo zapatilak (erabiliak badira hobe).
- Mendirako arropa eroso (galtza luzeak eta motzak, ia egunero ibiliko gara).
 - Barruko arropa.
 - Galtzerdiak (luzeak pare bat gutxienez botekin jartzeko).
 - Kamisetak.
 - Jertsea/Sudadera.
 - Txandal luze zahar bat, gero botatzeko modukoa (espeleo).
 - Zapatila zaharrak, gero botatzeko modukoak (espeleo).
 - Pijama.
 - Bainujantzia.
 - Bisera edo txanoa.
 - Eguzkitako krema.
 - Txamarra edo xira.
 - Kiroletako zapatilak.
 - Toalla: dutxarako bat eta urtegirako beste bat.
 - Lo zakua.
 - Esterila.
 - Linterna.
 - Kantinplora.
 - Nezeserra.
 - Txankletak.
 - Txangoetarako motxila txikia (hobe motxila, ez lokarridun zakutxo bat).
- Argazki kamera (aukeran).
- ⊗ **Zerrendan jartzen duena baino gehiago ez ekarri (sakeleko telefonoa, MP3, dirua...).**

COVID-19: PREBENTZIO NEURRI PERTSONALAK

OHARRA: prebentzio neurri hauek aldatzen ahalko dira. Aurretik abisatuko da

AURRETIK:

- Udaleku aurreko 14 egunetan Covid-19ko sintomatologia aztertu.
- Nafarroako Osasun Agintaritzak unean uneko ezartzen ahal dituen prebentzio eta kontrol neurriak betetzea eta onartzea (aurretik abisatuko da).

EKIPAIAN:

- Arropa paketetxotan antolatu, plastiko transparentetan sartuta.
- Hiru (3) maskara ekarri (higienikoak edo kirurjikoak).
- Gel hidroalkoliko pote txiki bat (100ml), bertan zure izena idatzita.
- Eskuoihala aurretik 60º garbitzea aholkatzen da.

UDALEKUAN ZEHAR:

- Harreran eta udalekuan zehar hezitzaileak emandako aholkuak bete.
- Eskuak maiz garbituko ditugu, ur eta xaboiakin. Gela hidroalkolikoa, bakarrik hezitzaileek hala eskatuta.
- Maskara egoerak eta jarduerak hala eskatzen dutenean erabiliko dugu, eta hezitzaileek adieraziko dute.
- Udalekuan bi hezitzaile izango dugu lagun, eta jarduera batzuetan mendi gidari bat ere.
- Logeletan, komunetan, jantokian... talde txikitan antolatu eta txandatuko gara.