

# Lista rzeczy do spakowania

na wycieczkę w góry z dzieckiem

- odpowiednie buty i odzież na zmienne warunki pogodowe
- dodatkowa para skarpetek
- woda i przekąski
- apteczka pierwszej pomocy
- mapa i kompas lub nawigacja GPS, mapa w smartfonie
- latarka lub czołówka
- coś do zabawy dla dzieci
- powerbank
- nawilżane chusteczki, mały ręcznik
- worki na śmieci
- foliowy płaszcz przeciwdeszczowy, ponczo foliowe
- scyzoryk lub multitool
- dokumenty dziecka
- pieniądze w drobnej gotówce



## lato

- krem z filtrem UV
- środek na komary i kleszcze
- odpowiednia ilość wody
- okulary przeciwsłoneczne
- czapeczka z daszkiem



## zima

- odpowiednie ciepłe ubranie, w tym kurtka, zimowe spodnie
- dodatkowe skarpetki, koszulka i rękawiczki na zmianę
- odpowiednie buty zimowe
- raczki na buty
- okulary przeciwsłoneczne lub gogle
- termos z ciepłym napojem
- krem chroniący przed mrozem oraz słońcem