



## ΑΤΟΜΙΚΑ ΕΦΟΔΙΑ

### A. ΡΟΥΧΙΣΜΟΣ:

- Προσκοπική στολή (πλήρης)
- Σακίδιο
- Κάρματ (υπόστρωμα)
- Υπνόσακος
- 2 παντελόνια φόρμας
- Πουλόβερ ή fleese
- Φούτερ
- Μπουφάν
- 3 ζευγάρια κάλτσες (οι κάλτσες για την πορεία να είναι απαραίτητα μακριές)
- 2 σετ εσώρουχα
- Αδιάβροχο
- 2 μακό μπλουζάκια (+1 που φοράμε μέσα από το πουκάμισο της στολής)
- Αρβυλάκια που πιάνουν τον αστράγαλο για την πορεία
- Δεύτερο ζευγάρι παπούτσια



### B. ΕΙΔΗ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑΣ:

- Πετσέτα προσώπου
- Οδοντόβουρτσα - οδοντόκρεμα
- Χτένα, σαπούνι
- Χαρτί υγιείας, χαρτομάντηλα
- Μωρομάντηλα, αποσμητικό



### Γ. ΕΙΔΗ ΦΑΓΗΤΟΥ

- Καραβάνα
- Μαχαίρι - πηρούνι – κουτάλι - ποτήρι
- Παγούρι με νερό για την πορεία
- 1,5 λίτρο νερό επιπλέον

### Δ. ΛΟΗΠΑ:

- Πυξίδα
- Γραφική ύλη  
Φακός με εφεδρικές μπαταρίες
- Φωτογραφική μηχανή (προαιρετικά)
- Σακούλες για άπλυτα
- 



### Ε. Τρόφιμα

- 1 πρωινό Κυριακής
- 2 δεκατιανά
- 1 απογευματινό

Μεσημεριανό και βραδινό μαγειρεύονται από όλη την Ενωμοτία.

### Ενωμοτιακά εφόδια

Σακούλες Σκουπιδιών  
Φαρμακείο

Σκηνή ελεγμένη με πασαλάκια (ανάλογα τα άτομα)  
Λάμπες ελεγμένες με φυτίλι ( ανάλογα τις Σκηνές)

Σκερπάρνι  
Πετρέλαιο

1 γκαζάκι ανά 2-3 άτομα

Εφεδρική φιάλη  
Γραφική ύλη

Σφουγγάρι και απορρυπαντικό πιάτων

Σπάγγος

Ενωμοτιακό Κοντάρι