**ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 8**

**Λίστα ελέγχου εξοπλισμού**

Όταν ετοιμάζετε τις βαλίτσες σας για την εθελοντική σας αποστολή, να θυμάστε ότι ο καιρός είναι εξαιρετικά ευμετάβλητος- μπορεί να βρεθείτε σε συνθήκες ψύχους τη μια μέρα και σε συνθήκες καυτού ήλιου την επόμενη. Είναι απαραίτητο να έχετε μαζί σας επαρκή προστασία από τον ήλιο και πολλά επιπλέον ρούχα για κρύο ακόμα και τους καλοκαιρινούς μήνες. Είναι σημαντικό να θυμάστε ότι μπορεί να έχετε έργα σε απομονωμένα μέρη, οπότε θα πρέπει να έχετε μαζί σας όλα όσα πιστεύετε ότι θα χρειαστείτε για τη διάρκεια της εθελοντικής εργασίας.

|  |  |
| --- | --- |
| **Απαραίτητος εξοπλισμός:** | **ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ** |
| **Σακίδιο -** Σημαντικό για τις εργάσιμες ημέρες για τη μεταφορά του γεύματος και του προσωπικού εξοπλισμού. |  |
| **Μπότες πεζοπορίας -** Οι άνετες και ανθεκτικές μπότες πεζοπορίας είναι απαραίτητες. Όλες οι διακοπές θα περιλαμβάνουν πολύ περπάτημα. Παρακαλείστε να μην φέρετε καινούργιες μπότες που δεν έχουν φορεθεί. |  |
| **Μπότες ασφαλείας - Οι μπότες με προστατευτικό κάλυμμα είναι υποχρεωτικές** για τα έργα, αλλά παρακαλούμε σημειώστε ότι συχνά δεν είναι κατάλληλες για πεζοπορία σε λόφους, οπότε πρέπει να έχετε μαζί σας και μπότες πεζοπορίας. |  |
| **Κάλτσες πεζοπορίας -** Συνιστώνται δύο/τρία μάλλινα ζευγάρια (κρατήστε ένα εφεδρικό ζευγάρι για χρήση στη σκηνή). |  |
| **Αδιάβροχο μπουφάν και παντελόνι -** Πρέπει να είναι καλής ποιότητας. Παρακαλείστε να φέρετε κάτι με το οποίο μπορείτε να δουλέψετε. Τα ακριβά ρούχα τύπου Gore-Tex είναι μια χαρά για δραστηριότητες αναψυχής, αλλά ίσως να θέλετε να φέρετε μια εναλλακτική λύση για την εθελοντική εργασία.  |  |
| **Δοχείο φύλαξης φαγητού και μπουκάλι νερού ή/και μικρό (προσωπικό) θερμό** |  |
| **Καπέλο, αντηλιακή κρέμα υψηλής προστασίας, κρέμα χειλιών και γυαλιά ηλίου**  |  |
| **Ρούχα:** |  |
| **Μπλουζάκια - Τα μπλουζάκια** από τεχνικά υφάσματα είναι καλά, καθώς πλένονται εύκολα και στεγνώνουν γρήγορα. |  |
| **Παντελόνια πεζοπορίας -** Φέρτε ό,τι νιώθετε άνετα, χρήσιμα είναι αυτά με τεχνολογία SolarDry. Σημειώστε ότι τα τζιν δεν είναι καλά για εργασίες σε εξωτερικούς χώρους, καθώς δεν θα σας κρατήσουν ζεστό/η, αν βραχούν. |  |
| **Ζεστά ρούχα-** Να είστε προετοιμασμένοι! Σχεδόν οποιοσδήποτε καιρός είναι πιθανός! Φέρτε ζεστά ρούχα (συνιστάται μάλλινο ύφασμα). |  |
| **Εσώρουχα -** Αυτά που είναι κατασκευασμένα από τεχνικά υφάσματα είναι χρήσιμα. |  |
| **Ζεστό καπέλο και γάντια -** Θα σας δοθούν γάντια εργασίας, αλλά τα ζεστά γάντια μπορεί να είναι πολύ χρήσιμα. Μην ξεχάσετε να φέρετε ένα ζεστό καπέλο. |  |
|  |  |
|  |
| **Πρόσθετες συστάσεις:** *Κατάλογος πρόσθετου εξοπλισμού που μπορεί να σας φανεί χρήσιμος.* |  |
| **Κουτί πρώτων βοηθειών/πρόνοιας** (για προσωπική χρήση) - Σας συνιστούμε να έχετε μαζί σας μια προσωπική τσάντα χρήσιμων ειδών πρώτων βοηθειών, π.χ. έμπλαστρα και αντισηπτικά μαντηλάκια. Σύμφωνα με την Πολιτική Υγείας και Ασφάλειας του Οργανισμού Περιβάλλοντος, οι εθελοντές πρέπει να έχουν δικά τους είδη πρώτων βοηθειών, όπως παυσίπονα, οπότε φέρτε τα δικά σας εφόδια. |  |

**Πού μπορώ να βρω εξοπλισμό;** Στα καταστήματα