

COUSAS A TRAGUER O PRIMEIRO DIA

Revisom A	Primeira versom.	07/09/2022
-----------	------------------	------------

PARA FICAR NA SEMENTE:

- Umha **caixa** (de sapatos, plástica,...) para guardar a muda.
- **Muda** completa (roupa interior, camisola, sueiro, pantalom) que varie com a época do ano.
- **Calçado** para o espaço **interior** (peúgas anti-esvaramento, chinelos, sapatilhas).
- **Calçado** para o **exterior** (socas de goma ou calçado velho em época de calor, galochas em época de chuva).
- **Casaco** para a chuva.
- **Roupa de águas** (se tiver, mas é altamente recomendável).
- **Boné**.
- Umha **garrafa** de água, manejável e ligeira, para poder transportar nas saídas.
- **Avental ou babete**, se o precisar, para a parva ou jantar.
- **Cueiros e toalhitas** (de os precisar).
- Duas **toalhas** ou panos pequenos para secar as mãos com umha fita para pendurar.

CADA DIA:

- A **parva** numha saca de teia (fruta, pão, queijo, lácteos ou o que adoite comer, sempre e quando seja saudável).

ALIMENTOS PERIGOSOS:

- Salsichas e cenouras cruas cortadas en toros (melhor em tiras).
- Frutos secos e sementes.
- Uvas inteiras (melhor cortadas em quartos).
- Maçã crua (melhor cortada em lascas).
- Pipocas.
- Presunto (o lardo é a parte mais perigosa, melhor cortado em anacos).
- Cereijas e aceitonas com caroço.
- Pastilhas elásticas e doces duros (nom som saudáveis e provocam atragoamentos frequentes).

AS QUE FICAM A JANTAR:

- Pratos (fondo, liso) e talheres (garfo, colher, faca e colherinha) melhor de metal e cerámica.
- Saca ou caixa para guardar pratos e talheres.
- Escova e pasta de dentes.

PARA NOM ESQUECER...

- Toda a roupa e objetos pessoais devem vir MARCADOS COM O NOME.
- Tentaremos evitar envoltórios plásticos e papel de prata fomentando o uso de envases reutilizáveis.
- A vestimenta suja irá para a casa e deverá ser repostas no dia seguinte.
- As famílias das crianças que precisam de toalhitas e cueiros deverão trage-los de forma regular.

Aguardamos que esta informação seja de utilidade, qualquer dúvida, poderdes contatar com as educadoras pelos meios habituais.

Educadoras Semente Vigo