

## CÁC TRẠI SINH CẦN CHUẨN BỊ NHỮNG GÌ ĐỂ “CHÁY” HẾT MÌNH CÙNG HỘI TRẠI?



### **Trang phục:**

- Mũ rộng vành, kính mát sẽ giúp bạn bảo vệ da, tóc và đôi mắt của mình.
- Áo phông chất cotton dễ thấm hút mồ hôi. Tuy nhiên bạn hoàn toàn có thể lựa chọn những kiểu áo thoáng mát mà vẫn thời trang khác như: crop top, áo dây, áo yếm...
- Quần dài, váy maxi, quần short...
- Dép lê xốp, thoáng mát hoặc các loại giày “nịnh chân” khác như: giày lười, giày bata, giày búp bê...
- Đặc biệt: khăn choàng to có thể đóng vai trò hỗ trợ tuyệt vời với điều kiện khí hậu và thời tiết nắng nóng như hiện nay. Bạn có thể dùng để choàng lên người, trùm đầu, quấn cổ, che mặt... Hơn nữa, bạn có thể dùng khăn để che nắng buổi sáng và vào ban đêm khi không khí lạnh dần thì khăn vẫn có thể tiếp tục phát huy tác dụng.



### **Đồ dùng vệ sinh cá nhân**

- Bàn chải, kem đánh răng.
- Khăn tắm, sữa rửa mặt, sữa tắm, dầu gội.
- Đồ cạo râu cho nam.
- Kem chống nắng.
- Khăn giấy, khăn ướt.
- Kẹp tóc, chun/thun buộc tóc.



### **Thuốc men:**

Bạn nhớ mang theo:

- Thuốc tiêu hóa; Thuốc chống dị ứng
- Thuốc cảm, thuốc viêm họng và cả thuốc hạ sốt nữa nha.
- Kem chống côn trùng; Dầu gió.
- Vitamin C, B1
- Băng cứu thương.
- Thuốc chống say xe.
- Nước muối sinh lý.



### **Đồ điện tử:**

- Máy chụp ảnh và phụ kiện pin, sạc cùng thẻ nhớ.
- Điện thoại di động
- Ổ cắm điện đa đầu cắm.



### **Thực phẩm:**

– Một chút đồ ăn nhẹ như là bánh ngọt, nước trái cây sẽ rất hữu dụng đó bạn.

### **Lưu ý:**

– Giấy tờ quan trọng và tiền bạc bạn nên cất cẩn thận (tốt nhất nên mang theo bên mình bằng 1 túi nhỏ)

– Bạn không nên mang theo quá nhiều trang sức đắt giá hoặc vật dụng linh tinh không cần thiết.