



Checklist do Explorador Científico

O que levar e como se preparar para uma viagem que une natureza e ciência

1. Itens Essenciais de Viagem

- Mochila ergonômica e resistente à água
- Passaporte e documentos pessoais
- Dinheiro local ou cartão internacional
- Seguro viagem com cobertura para trilhas e atividades outdoor
- Guias de campo ou apps offline (flora, fauna, geologia)

2. Roupas e Calçados Adequados

- Casaco impermeável e corta-vento
- Roupas em camadas (tecido leve + térmico)
- Calçados para trilha (confortáveis e antiderrapantes)
- Chapéu, boné ou touca (dependendo do destino)
- Luvas e meias extras
- Roupas reserva em saco estanque (à prova d'água)

3. Kit Explorador Científico

- Caderno de campo + lápis ou caneta resistente à água
- Lupa de mão ou binóculo

- Garrafa térmica ou cantil ecológico
- Lanche leve + alimentos energéticos
- Câmera ou celular com bateria extra / power bank
- Aplicativos úteis (Sky Map, iNaturalist, Seek by iNaturalist)

4. Segurança e Sustentabilidade

- Protetor solar e repelente ecológico
- Kit de primeiros socorros básico
- Sacolas para lixo (Zero Waste)
- Canudo e talheres reutilizáveis
- Cartão de vacinas atualizado
- Respeitar sinalizações e regras de preservação local

5. Para Aprender e Se Conectar

- Livros ou podcasts sobre o local visitado
- Mapa do parque ou reserva natural
- Curadoria de vídeos/documentários (baixados previamente)
- Diário de bordo ou app de anotações
- Contato do guia local ou equipe do parque
- Curiosidade, respeito e mente aberta 

Gostou deste material?

Compartilhe com seus amigos exploradores.

Acompanhe mais roteiros e dicas em: <https://viagensapaixonantes.com>