

Recomendações para sua comodidade e aproveitamento das Trilhas Ecológico Interpretativas do Território EDAF

- **Segurança**

É muito importante, que esteja acompanhado por um guia, que lhe passará as características do ambiente e você poderá escolher a roupa mais adequada à situação.

- **Roupa e calçados adequados**

Qualquer que seja o clima a roupa deve ser bastante confortável para permitir que os movimentos sejam executados sem dificuldades.

Para lugares quentes com vegetação rasteira escolha roupas de cor mais clara e confeccionada em tecidos leves, que permitem a transpiração normal e rápida absorção do suor ou chuva.

Para lugares onde a vegetação é maior como mata, cerrado, é sempre bom o uso de uma calça para evitar arranhões e picadas de insetos.

Se na trilha tiver cachoeiras ou rios vale também ir com biquíni/sunga e levar a mais uma muda de roupa e toalha.

A mochila deverá ser de material impermeável, não se esqueça de levar um casaco para final de tarde e capa de chuva.

Quanto aos sapatos, use tênis, ou qualquer outra modalidade indicada para estas ocasiões.

Não se esqueça de levar uma lanterna.

No geral, leva-se água, frutas, e lanches leves, repelente contra insetos e protetor solar, mas lembrando sempre que o excesso de peso da mochila faz com que a atividade se torne cansativa.

Por favor, OBSERVE os recipientes ao longo da trilha para COLETA do lixo produzido, carregue sempre um saquinho de lixo para não poluir o meio ambiente.