



**Список рекомендованных вещей, предметов личной гигиены и быта, которые необходимо взять с собой и то, что запрещено в лагере.**

**Предметы личной гигиены и быта:**

1. Зубная щетка и паста;
2. Мыло туалетное (обязательно в мыльнице);
3. Шампунь;
4. Мочалка;
5. Мыло хозяйственное;
6. Расческа;
7. Маникюрные ножницы;
8. Полотенца;
9. Туалетная бумага;
10. Носовые платки;
11. Крем от солнца, от комаров (на летний период, в целях безопасности спреи запрещены!);
12. Фонарик с запасом батареек.
13. Спальный мешок, теплоизоляционный туристический коврик, подушка (данный пункт носит рекомендательный характер, для обеспечения еще большего комфорта вашему ребенку.)

**Одежда и обувь:**

1. Спортивный костюм и закрытая спортивная обувь;
2. Сменная одежда и обувь для активных занятий (кроссовки или лёгкая удобная обувь.)
3. Купальник (плавки), сланцы;
4. Солнцезащитный головной убор;
5. Удобная обувь для повседневной носки;
6. Несколько футболок или маек;
7. Шорты, штаны;
8. Несколько сменных рубашек, футболок с длинным рукавом;
9. 5-6 пар носков;
10. Нижнее белье;
11. Куртка;
12. Теплый свитер и кофта, толстовка;
13. Дождевик, резиновые сапоги.
14. Костюм по тематике программы (по желанию);

**Что не желательно брать с собой:**

1. Дорогой телефоны и гаджеты;
2. Ювелирные изделия;
3. Много денег (на карманные расходы и сувенирную продукцию родители обычно деньги сдают водителю или организаторам.)

### **Запрещено брать:**

1. Ножи и другие острые предметы;
2. Чайник;
3. Спички, зажигалки и пр.;
4. Сигареты и алкогольные напитки;
5. Газированные напитки (кроме минеральной воды);
6. Сухарики, чипсы;
7. Супы, пюре, лапшу быстрого приготовления;
8. Лекарства (если нет рекомендации врача, при наличии лекарственных средств, родитель сдает аптечку водителю, в сопровождении записки, как и по сколько принимать препараты. Передать всё необходимо во время регистрации участников перед посадкой в автобус)

### **Для родителей:**

Детям с собой можете давать всё необходимое и с запасом, не переживать о том, как они донесут свои вещи :). По приезду организована выгрузка и транспортировка вещей до мест проживания детей.

### **По всем вопросам звоните нам:**

+7 (915) 206-999-0 / Москва

+7 (914) 928-48-96 / Иркутск

### **Или напишите нам:**

go@taigacamp.ru

### **Наш сайт:**

[www.taigacamp.ru](http://www.taigacamp.ru)