

**Рекомендуется иметь:**

- ✓ лекарства – средства для оказания первой необходимой помощи (бинт, вата, пластырь, анальгетики, антисептики); лекарственные препараты, необходимые при желудочно-кишечных расстройствах; при наличии хронических заболеваний – лекарства, которые Вы обычно принимаете
- ✓ теплые вещи (ветровка, головной убор – обязательно) для прогулки на катере
- ✓ дождевик
- ✓ кроссовки (непромокаемая обувь либо иметь сменную пару)
- ✓ купальник, легкий головной убор для защиты от солнца
- ✓ репеллент от клещей
- ✓ солнцезащитный крем
- ✓ фонарик (по желанию)