

Що збирати дитині на зміну

Карпати — чек-ліст для батьків

У таборі «Час Індиго» проходять тренінгові та рольові зміни. Ознайомтесь з інформацією в особистому кабінеті щодо умов участі та рекомендованого дрес-коду — це обов'язково.

Документи — передаються при посадці

- ☐ Ознайомитись з правилами, медичними вимогами та правилами поведінки
- ☐ Заповнити анкету про дитину
- ☐ При організованому трансфері: оригінал свідоцтва про народження або паспорт

Одяг

Речі дітей 6-9 років підписати кульковою ручкою на ярлику зсередини (ігрове ім'я дитини).

- ☐ Шорти або спідниці
мінімум 3 шт.
- ☐ Футболки, майки, теніски
мінімум 5 шт.
- ☐ Купальник або плавки
для басейну
- ☐ Гумова шапочка для басейну
дівчатам; хлопцям — при довгому волоссі
- ☐ Вітровка
- ☐ Дощовик
- ☐ Теплий светер або кофта
на випадок поганої погоди
- ☐ Рубашка з довгим рукавом або водолазка
1-2 шт.
- ☐ Довгі штани або джинси
1-2 шт.
- ☐ Шкарпетки бавовняні
5 пар
- ☐ Спортивний костюм
- ☐ Спідня білизна
мінімум 6 комплектів
- ☐ Легка піжама
за потреби
- ☐ Наряди для вечірніх заходів та дискотек
- ☐ Костюм для шоу талантів
за потреби

☐ Сукня (дівчата) або класична сорочка та брюки (хлопці)

☐ Колготки під спідницю
дівчатам, на випадок поганої погоди

☐ **Головний убір від сонця — панама або кепка**
2 пари

☐ Вишиванка

Взуття

☐ **Гумові чоботи**
1 пара

☐ Спортивне взуття
1 пара

☐ Сандалії або босоніжки
2 пари

☐ **Гумові шльопанці або сланці**
для душу

☐ Взуття для номера або тапки

Гігієна та інше

☐ **Рушник для басейну**

☐ Гель для душу

☐ Шампунь

☐ Зубна паста та щітка

☐ Одноразові та вологі серветки

☐ Юнаки: бритва. Дівчата: прокладки, тампони

☐ Роліковий дезодорант зі слабким ароматом
для підлітків

☐ Розчіска

☐ Сонцезахисний крем

☐ Сонячні окуляри

☐ **Аптечка**
обов'язково; рекомендований перелік — на сторінці 3

☐ Чашка та чайна ложка

☐ Засіб від комарів
не аерозоль — браслети або фумігатори

☐ Гроші на кишенькові витрати
в окремому конверті

☐ Карнавальні костюми, реквізит
за бажанням

☐ Мобільний телефон для зв'язку з батьками

☐ Планшет або ноутбук
за бажанням; повністю під відповідальність дитини

Аптечка — обов'язково

Рекомендований орієнтовний список

Це загальні рекомендації, щоб батьки не забули зібрати дитині аптечку. Батьки самостійно формують її та кладуть ті засоби, які вважають потрібними й ефективними для своєї дитини. Обов'язково додайте ліки, які дитина приймає постійно, якщо такі є.

- Жарознижуючі/знеболюючі препарати (парацетамол, ібупрофен, цитрамон, німесил, інші)
- Спазмолітики (дротаверин, спазмалгон, інші)
- Антисептичні та дезінфікуючі засоби (бетадин, хлоргексидин, інші)
- Ранозагоювальні засоби (бепантен, левомеколь, йод, інші)
- Препарати при подразненні шкіри (псилобальзам, феністил, інші)
- Антигістамінні засоби (лоратадин, цетрин, еріус, інші)
- Препарати при ударах і розтягненнях (диклофенак, німід, фіналгон, інші)
- Препарати для лікування опіків (пантенол, бепантен, інші)
- Протинудотний та протиблювотний засіб (метоклопрамід, суспрін, юнорм, мотиліум, інші)
- Ентеросорбенти (активоване вугілля, атоксіл, полісорб, інші)
- Протидіарейний засіб (смекта, ентерол, лоперамід, ніфуроксазид, інші)
- Засіб для відновлення водного балансу (регідрон, біогайя, інші)

- Офтальмологічні препарати (левоміцетин, сульфацил, ципрофлоксацин, інші)
- Вушні краплі (отипакс, аурідексан, ципрофлоксацин, інші)
- Заспокійливі препарати (валеріана, корвалол, інші)
- Розчин для промивання носа (хьюмер, носоль, інші)
- Краплі від нежитю (навізін, ріназал, інші)
- Препарати від болю в горлі — таблетки, спрей (септефрил, стрепсілс, тантум верде, хлорофіліпт, орасепт, інші)
- Препарати від кашлю (мукалтин, бромгексин, АЦЦ, інші)
- Засоби від порізів та синців (бактерицидний пластир, бинт, йод, перекис водню, синяк офф, інші)
- Сонцезахисні засоби
- Засоби від укусів комах
- Ліки, які дитина приймає на постійній основі, якщо такі є