



Туристический центр «Полярный Круг»

**ДЕТСКИЕ ПРОГРАММЫ. ВЕСНА, ОСЕНЬ.**

### Памятка по сборам

#### Дорогие друзья!

Обратите внимание: **дети часто теряют свои вещи!** Иногда ребенок сам не узнает свою же ранее потерянную вещь! Есть только один надежный способ **минимизировать вероятность потери вещей: подписать их.** Мы настоятельно рекомендуем промаркировать детские вещи, например, написать имя ребенка на ярлычках с информацией о том, как ухаживать за вещью; пришить небольшие бирочки с именем ребенка; подписать саму вещь с внутренней стороны специальным маркером; привязать яркие узнаваемые тесемки и т.п.

Внимание! Ниже приведен список вещей, общий для всех детских программ. В зависимости от выбранной программы вашему ребенку могут потребоваться вещи, **специфические для этой программы.** Например, косметика или грим для театральной программы. Пожалуйста, уточняйте информацию у наших менеджеров!

#### Минимальный набор необходимых личных вещей

Для вашего удобства мы проиллюстрировали некоторые вещи ссылками с примерами.

- **Нижнее белье** (мы рекомендуем брать количество, соответствующее числу дней смены).
- **Купальный костюм** (для посещения бани; по желанию).
- **Термобелье.** Мы рекомендуем взять с собой комплект из кофты и штанов: базовый комплект тонкого синтетического (!) белья, обеспечивающего эффективное отведение пота, а также комплект теплого.
  - Примеры тонкого термобелья: [\[1\]](#), [\[2\]](#)
  - Примеры теплого термобелья: [\[1\]](#), [\[2\]](#)
- **Носки:** не менее 5 пар тонких носков (х/б или акрил), не менее 5 пар теплых (акрил, шерсть). Желательно, чтобы хотя бы одна из пар теплых носков была из очень толстой, например, собачьей, шерсти.
- **1-2 легкие кофты** для занятий в помещении.
- **1 пара легких брюк** для занятий в помещении. Удобно, если на эти брюки ребенок может надеть теплые верхние штаны (это упрощает переодевания).

- **2 теплые кофты.** Можно больше! Мы рекомендуем отдавать предпочтение расстегивающимся толстовкам с капюшоном и кофтам из **плотного флиса**. Флис быстро сохнет и сохраняет тепло даже в намокшем состоянии, а также хорошо отводит влагу от тела. Обратите внимание: спортивные магазины предлагают вещи из флиса разной плотности (тонкий флис 200 г/м<sup>2</sup> легко продувается, более плотный – 300 г/м<sup>2</sup> и более – защищает и от холода, и от ветра; мы рекомендуем флис с маркировкой polartec). Одну из кофт можно заменить свитером из шерсти.
  - Примеры флисовых кофт: [очень теплая](#), [теплая](#), [легкая](#)
- **Теплая шапка**, надежно закрывающая уши; **балаклава**, закрывающая голову, шею и часть лица; **бафф или шарф**. Из материалов предпочтение лучше отдать плотному флису (быстро сохнет). **Перчатки и варежки** (мы рекомендуем 1 пара тонких и 1 – толстых (двойной слой ткани) флисовых перчаток; 2 пары толстых свободных (это важно!) «верхних» варежек с влагоустойчивым наружным слоем).
- **Теплая куртка.** Рекомендуемые характеристики: пуховый утеплитель или его синтетические аналоги Thinsulate, PrimaLoft, капюшон, влагоустойчивый материал верхнего слоя, манжеты на рукавах. Подходят как специальные «полярные» куртки, так и некоторые модели городских пуховиков, а также куртки для занятия зимними видами спорта.
  - Примеры курток: [очень хорошие](#); [хорошая, но может потребовать дополнительного утепления](#) (например, тонким пуховиком или толстой флисовой).
  - **Широкие теплые штаны** — свободные утепленные брюки из влагоустойчивого материала, желательно с застежкой снизу на штанинах. Обратите внимание: штаны должны быть достаточно широкие, чтобы их можно было натянуть сверху на сапоги (про обувь см. ниже). Только в таких штанах вашему ребенку будет комфортно ходить по глубокому снегу. Хорошо зарекомендовали себя комбинезоны и брюки для горных лыж и сноуборда. Примеры штанов: [\[1\]](#), [\[2\]](#), [\[3\]](#)
- **ИЛИ — комбинезон.** Рекомендации те же самые, что и по отношению к курткам и штанам.
  - Пример комбинезона: [хороший](#)
- **Надежная зимняя обувь.** Правильно выбранная обувь – залог качественного отдыха на «Полярном круге»! Погода здесь часто меняется, и обувь должна не только быть теплой, но и позволять нам стоять в мокром снегу по колено, не промокая ([пример неудачного варианта](#)). Мы настоятельно рекомендуем сапоги из ЭВА с утепленным вкладышем, который легко высушить в случае намокания. Наши сотрудники носят обувь [фирмы «Вездеход»](#), поэтому можем смело рекомендовать ее вам (обратите внимание, обувь этой фирмы нужно брать на 2-3 размера больше!).
- [Треккинговые ботинки](#), рассчитанные на температуру от нуля градусов.
- Пара удобной обуви (для перемещений по территории базы (ее должно быть легко снимать и надевать)).
- **Кружка** (легкая, небьющаяся, можно заменить термосом). Мы рекомендуем давать детям кружки с двойными стенками, так как они дольше сохраняют тепло напитка. Желательно заранее пометить свою кружку, например, наклеив на нее кусочки цветного скотча или привязав ниточки.
- **Походная посуда (миска и ложка)** для трапез на природе.

- Толстая [пенка-сидушка](#) с надежным креплением.
- **Предметы личной гигиены.** Зубная паста, щетка, мыло с мыльницей, шампунь, дезодорант, расческа и проч. Также рекомендуется специальная косметика, защищающая детскую кожу от холода и ветра, в том числе гигиеническая помада.
- **Солнцезащитные очки** спортивного типа или горнолыжная маска.
- Легкий [дождевик](#), который можно надеть поверх теплой куртки. Лучше отдать предпочтение изделию из тканого материала длиной ниже колена.
- **Фонарь**, лучше налобный.
- Небольшой **рюкзачок** для прогулок и экскурсий, например, [такой](#).
- Рекомендуем иметь с собой бинокль для наблюдения за животными и птицами (особенно это актуально для программы «На поиски тюленей», которая проходит в мае).

**Мы рекомендуем также взять (по желанию):**

- нарядную одежду для вечерних мероприятий;
- музыкальные инструменты, настольные игры (за исключением игровых карт), реквизит, принадлежности для творчества и т.п.

**Мы не рекомендуем брать с собой на детские программы:**

- любые вещи, расставание с которыми для вас невыносимо (несмотря на все усилия родителей и вожатых, дети все же иногда теряют или портят свои вещи);
- игровые мультимедийные средства (электронные игры у нас разрешены только от отбоя до подъема);
- еду (хранить ее в детских комнатах запрещено в соответствии с СанПином).

**Пожалуйста, сообщите педагогам, если у ребенка с собой есть:**

- спички, зажигалки, свечи, пиротехнические средства;
- режущие и колющие предметы (опасные ножницы, ножи, спицы, опасные бритвы, рабочий инструмент);
- лекарства (если ребенку необходимо принимать медикаменты, просим вас передать назначения в письменном виде нашему врачу).

### **Запрещено брать с собой:**

- сигареты (в том числе электронные), табак и изделия из него, никотин-содержащие продукты, курительные принадлежности;
- алкогольные и иные спиртосодержащие напитки, энергетические напитки;
- психотропные и наркотические средства.

### **Дорогие участники и родители! Это существенно!**

- Наличие **всех** перечисленных позиций **обязательно для радостного и безопасного участия** ребенка в программе.
- Если у вас нет чего-либо из списка выше, и вы не успеваете это приобрести, то свяжитесь, пожалуйста, с организаторами поездки заранее, и мы постараемся приготовить недостающие вещи из нашего запасного фонда. Фонд не безграничен, отсутствие чего-либо, выявившееся на месте, может доставить существенные хлопоты и дискомфорт.

## Полезная информация для гостей «Полярного Круга»

- **Связь**

На территории Туристического центра из операторов мобильной связи надежно работает только Мегафон. У МТС - частичное покрытие. Билайн и Теле2 - отсутствуют. Мобильный интернет от Мегафона отличный, от МТС – крайне слабый.

Беспроводной доступ в интернет работает на территории центра на платной основе, за подробностями, пожалуйста, обращайтесь к нашим менеджерам.

- **Медицина**

На территории туристического центра функционирует медпункт, где взрослым гостям могут оказать при необходимости первую помощь, а детям – медицинскую помощь. Если Вам нужны какие-то специфические медикаменты, не забудьте взять их с собой, собираясь в путешествие.

- **Магазины**

В непосредственной близости от туристического центра есть маленький деревенский магазинчик, который работает не всегда. Ближайший нормальный магазин находится в 60 км от нас, в Чупе.

- **Баня**

На территории туристического центра работает русская баня. Посещение бани по расписанию групповых сеансов входит в стоимость проживания.

- **Дорожные условия**

Последние 30 км дороги до туристического центра — это грунтовая дорога через лес с ямами, камнями и глубокими лужами. Её не всегда возможно преодолеть на легковой машине. Обязательно проконсультируйтесь у наших менеджеров и уточните дорожные условия, прежде чем ехать к нам на машине. Если вас укачивает в транспорте, примите меры заранее, так как на этом участке сильно качает даже во внедорожных машинах.

- **Оплата услуг**

За услуги и сувениры в туристическом центре можно расплатиться как наличными деньгами, так и банковскими картами. Банкоматов в ближайших окрестностях нет.

- **Документы**

Собираясь в дорогу, не забудьте взять с собой паспорта, билеты и медицинские полисы.

- **Телефоны для связи**

Телефон дежурного администратора туристического центра: +7(921)665-30-56, работает круглосуточно.

Телефон офиса бронирования в Москве: +7(499)110-90-80, работает по будним дням с 10 до 19 часов.