Приложение 4

Памятка для родителей.

Во время дня заезда курсантов в центр «Авангард» контактный номер телефона родителей должен быть всегда доступен

**Необходимо:**

**Одежда и обувь**

* Куртка (непромокаемая) c капюшоном по сезону;
* Перчатки (темные однотонные, по сезону);
* Шапка (темная однотонная, по сезону);
* Свитер теплый (желательно с «горлышком»);
* Спортивный костюм;
* Сменная одежда для тактических занятий и марш-бросков;
* Сменное нательное белье (майки, футболки, трусы, носки, пижама или иная одежда для сна);
* Ботинки тёмного цвета с влагозащитой (не ярких цветов, желательно, черные);
* Спортивная обувь для спортивного зала (без ограничений цвета);
* Мешок для сменной обуви (можно просто специальный пакет);
* Тапочки для жилой комнаты;
* Сланцы (для посещения бани);
* Термобелье (для тех, кто заезжает зимой);
* Костюмы для творческих выступлений (по желанию).

**Личные вещи**

* Большая дорожная сумка или рюкзак для вещей;
* Средства личной гигиены (зубная паста, зубная щетка, расческа, туалетное мыло, шампунь, мочалка, дезодорант (только роликовый, не распылитель), влажные салфетки, бумажные платочки, полотенце (банное);
* Бутылка или фляжка для воды (желательно подписать), воду можно будет брать в столовой или из кулера;
* Тетрадка в клеточку 48 листов и ручка шариковая синяя.

**Запрещается:**

* Спички, зажигалки, иные источники открытого огня, сигареты, любые курительные смеси, вэйпы, снюс, электронные сигареты;
* Продукты питания и напитки;
* Все разновидности петард и другого пиротехнического оборудования;
* Травмоопасные игрушки;
* Предметы самообороны (электрошоковые, газовые приспособления, и т.д.);
* Алкоголь;
* Запрещенные к обороту на территории РФ вещества;
* Энергетические напитки;
* Ножи и другие колюще-режущие предметы (за исключением предметов для шитья и личной гигиены);
* Печатная/аудио/видео продукция, содержащая пропаганду аморального поведения и насилия;
* Кипятильники, иные электронагревательные приборы;
* Чайники;
* Лекарственные препараты, если без назначения врача.