**Памятка для участника туристического лагеря «ПУСТОЗЕРСК»**

**Рекомендуемый перечень индивидуального снаряжения.**

1. Рюкзак большой с непромокаемым вкладышем.
2. Сидушка из пенки.
3. Обувь основная - сапоги резиновые с липтами.
4. Куртка с синтетическим утеплителем и шапка.
5. Плащ-дождевик или накидка из полиэтилена.
6. Свитер шерстяной, термобельё, брюки, шорты, нижнее бельё, носки шерстяные и х/б.
7. Головной убор, накомарник, платок из плотной ткани.
8. Индивидуальная аптечка, средства личной гигиены.
9. Перчатки рабочие х/б.
10. Полотенце.
11. Миска, кружка, ложка, нож.
12. Мешочки для посуды, белья, мелочей.
13. Пакеты полиэтиленовые большие.
14. Туалетные принадлежности, набор для ремонта личного снаряжения.
15. Спички.
16. Репелленты от комаров.

**Обязанности участника туристического лагеря.**

1. Участник выполняет требования руководителя и старшего по группе.
2. Принимает решение по выполнению каких-либо действий, связанных с повышенной степенью риска, только при согласовании с руководителем группы или его замещающим.
3. Строго соблюдает общие правила передвижения в группе по дорогам, лесной зоне, населённым пунктам, рекам, пересеченной местности. Отрыв от группы возможен только с разрешения руководителя или лица его замещающего.
4. Принимает участие в организации питания и ночлега, в соответствии с потребностями группы и своими обязанностями. Предлагает возможные способы улучшения обустройства бивака.
5. Строго соблюдает режим, установленный во время движения, отдыха, ночёвок, днёвок.
6. Использует продукты питания и воду, не представляющие опасности для жизни и здоровья человека.
7. Должен знать и применять на практике правила обеспечения пожарной безопасности и поведения в лесу, оказания первой доврачебной помощи, способы ориентирования на местности.
8. Принимает необходимые меры по предупреждению чрезвычайных ситуаций в лагере и предотвращению их последствий.
9. Несёт ответственность за сохранность личного и группового снаряжения, а также продуктов питания.
10. Совершенствует знания, умения и навыки, связанные с действием человека или группы оказавшейся один на один с природой.
11. Несёт ответственность за повреждение исторических и природных памятников, истребление редких растений и животных.