



Экспресс путешествие

А теперь отправимся в короткое путешествие, которое вы точно запомните

Вы точно взяли с собой всё необходимое?

☐ А как же аптечка на все случаи жизни?

От ожогов(Пантенол, Бепантен) От высокой температуры(Парацетамол, Аспирин, Ибуклин) Простуда - Боль в горле(Граммидин с анестетиком, Терафлю ЛАР, Стрепсилс плюс) -Насморк(Тизин, Отривин, Ксимелин, Ринонорм, Африн) Аллергия(Лоратадин, Дезлоратадин, Цетиризин, Кетотифен) Обезболивающее(Нурофен, Миг, Найз, Кеторол, Пенталгин) От отравления: - общие: Интеросгель, Полифепан - от тошноты и рвоты: Мотилиум, Мотилак -вздутие и изжога: Смекта -от диареи: Имодиум -боль в животе: Но-шпа, Дюспаталин, Тримедат, Бускопан -переедание и тяжесть: Мезим, Креон, Эрмиталь, Панзинорм

☐ Необходимая техника

Зарядные устройства Павер-банк Камера, фотоаппарат Наушники Ноутбук

☐ Средства личной гигиены

Зубная щетка, паста Салфетки влажные, сухие Расческа Дезодорант
Дезинфицирующий гель для рук

☐ Одежда и обувь(не берем целый чемодан, нам нужно быть мобильными!)

Спортивный костюм Одежда "на выход" Теплые вещи Сменное белье

☐ Документы и деньги

Паспорт Права Банковские карты Наличные денежные средства (можно взять копии документов, чтобы не потерять оригинал)

А теперь давайте вместе выберем город в который отправимся..

☐ Рязань

Маленький уютный город, расположенный на высоком правом берегу Оки при впадении в неё реки Трубеж. Славится историческими сооружениями, музеями и историческими архитектурными памятниками

☐ Сергиев-Посад

Спокойный и неторопливый город в Московской области. Объект Всемирного наследия ЮНЕСКО — Троице-Сергиева лавра

☐ Коломна

Один из древнейших городов Подмосковья, где можно познакомиться с частично сохранившимся Коломенским кремлем и попробовать местную коломенскую пастилу

☐ Тверь

Расположен на берегах реки Волги. Императорский путевой дворец, очаровательные заброшки Морозовского городка и кухня тверских карелов, проживающих в Тверской области точно заинтересуют любого путешественника

☐ Тула

Город-герой. Родина самоваров и пряников. Обязательно стоит пройти по старым улочкам, посмотреть Кремль и насладиться заповедным уголком "ясной поляны"

☐ Дмитров

Считается городом с высокой экологией. Светлый и добрый. Ваше внимание привлекут величественные церкви и монастыри. А традиционные соревнования по полету на воздушных шарах завораживает любого

А самое главное не забыли? Это настроение и чуточку любви к окружающему миру, чтобы насладиться каждым моментом!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?