Соль-Илецк Онлайн

✅ Чек-лист: что взять с собой

Распечатайте и отмечайте галочками при сборах • sol-ileck.online

📄 ДОКУМЕНТЫ И ДЕНЬГИ

- [ ] **Паспорт** (для детей — свидетельство о рождении)
- [ ] **Полис ОМС**
- [ ] **Наличные** мелкими купюрами
- [ ] **Карта «Мир»** (Visa/MC не везде)

👕 ОДЕЖДА И ОБУВЬ

- [ ] **Лёгкая одежда** — футболки, шорты
- [ ] **Головной убор** — панама или кепка
- [ ] **Сланцы / шлёпки** для пляжа
- [ ] **Удобная обувь** для прогулок
- [ ] **Тёплая кофта** на вечер

🏖️ ДЛЯ СОЛЁНЫХ ОЗЁР

- [ ] **Купальник / плавки × 2**
- [ ] **Полотенце** (которое не жалко)
- [ ] **Сланцы** — грунт горячий!
- [ ] **Питьевая вода**
- [ ] **Солнцезащитные очки**
- [ ] **Крем SPF 50+**

📱 ГАДЖЕТЫ И МЕЛОЧИ

- [ ] **Пауэрбанк**
- [ ] **Водонепроницаемый чехол** для телефона
- [ ] **Зарядное устройство**
- [ ] **Рюкзак / пляжная сумка**

💊 АПТЕЧКА

- [ ] **Крем SPF 50+** — наносить каждые 2 часа
- [ ] **Пантенол** (от ожогов)
- [ ] **Антигистаминное**
- [ ] **Пластырь и бинт**
- [ ] **Средство от комаров**
- [ ] **Личные лекарства** (с запасом)

👶 ДЛЯ ДЕТЕЙ

- [ ] **Панамка** + детский крем SPF 50+
- [ ] **Круг / нарукавники**
- [ ] **Игрушки для пляжа**
- [ ] **Перекусы и вода**

⚠️ Правила для детей на озёрах

Не нырять и не брызгаться — соль сильно щиплет глаза.
Ранки и царапины будет пощипывать — это неопасно.
После купания — обязательно ополоснуться в душевых.

💡 Лайфхаки от местных

- Берите **2 купальника** — пока один сохнет, купаетесь в другом
- Ополаскивайтесь **сразу после озера** — после «Развала» тело покрывается солёной корочкой
- Приезжайте на озёра **до 10:00** — меньше людей
- Проверьте **прогноз погоды** на sol-ileck.online/pogoda/

🛒 Что купить на месте

Еда и вода — много заведений на территории озёр
Полотенца, сланцы — продают у входа и на территории
Аптеки — в центре и рядом с озёрами
Дождевик — на всякий случай, ливни бывают

sol-ileck.online

Жильё, досуг и полезные советы для отдыха в Соль-Илецке • 2026