

## Памятка для родителей

### Как избежать укусов клещей на отдыхе

Надевайте одежду светлого цвета: на ней лучше видно клещей

Надевайте рубашку с длинными рукавами и плотно прилегающими манжетами и длинные штаны

Обработайте одежду и снаряжение репеллентами или акарицидными средствами

Надевайте головной убор или капюшон

Надевайте одежду из гладкого материала: клещам сложнее за нее зацепиться

Осматривайте тщательно одежду каждые 15 минут, а на привале осматривайте вещи и открытые участки тела

Заправляйте рубашку или джемпер в штаны, а штаны в носки

