

## О подготовке ребенка в летний лагерь

При приобретении путевки в летний оздоровительный лагерь узнайте больше информации о выбранной Вами организации (посмотрите сайты, почитайте отзывы) и убедитесь, что имеется разрешительная документация на деятельность - санитарно-эпидемиологическое заключение.

Как правильно собрать ребенка в летний лагерь? Количество вещей, которые вы планируете дать ребенку с собой, необходимо рассчитать на смену в 21 день.

- Составьте полный список вещей, которые ваш ребенок берет в лагерь, в двух экземплярах (один положите в чемодан, второй оставьте для себя).
- Подпишите или выделите каким-либо другим способом багаж своего ребенка, чтобы он мог легко опознать его среди чемоданов и рюкзаков других детей.
- Если вы даете ребенку с собой в поездку технику (телефоны, смартфоны, ноутбуки, планшеты, плееры), то лучше, если она будет недорогостоящей, так как ребенок может ее потерять.

Что положить в ЧЕМОДАН:

### 1. Одежда:

- парадная форма – белая блузка (мальчикам – классическая белая рубашка, галстук) – 2-3 шт.; черная юбка средней длины (классические прямые брюки) – 1-2 шт.;
- нарядная одежда – платье, костюм или иное; повседневная одежда (напр. джинсы, футболка, толстовка, пуловер и т.п. оптимистичных цветов (не черного, без асоциальных надписей и картинок));
- теплая и непромокаемая одежда и соответствующие головные уборы, спортивная форма (короткая и длинная);
- нижнее белье (несколько комплектов);
- дождевик.

### 2. Обувь:

- тапочки для корпуса (шлёпанцы, сланцы),
  - туфли (ботинки) чёрные для торжественных,
  - кроссовки (кеды) для спорта,
  - обувь для повседневного ношения,
  - сапоги резиновые;
  - носки хлопчатобумажные и шерстяные (сколько – решай вместе с родителями).
- ВАЖНО! Обувь должна быть не новой, привычной для ног, чтобы не было травм.

### 3. Гигиенические и хозяйственные принадлежности:

- полотенце, мочалка, шампунь, мыло, зубная щетка и паста, туалетная бумага, салфетки, ножницы для стрижки ногтей, расческа. Средства гигиены по возрасту и полу.
- Нитки, иголки, щетка для обуви и крем, щетка для одежды, средство для стирки твоего белья.

4. **Точно пригодятся:** ручки и блокнот, зарядное устройство для гаджетов, книга ,бутылка воды (обязательно подписанная)

5. **Документы:** путёвка, медсправка, копия страхового медицинского полиса, ксерокопии паспорта одного из родителей, свидетельства о рождении (для детей старше 14 лет паспорта).

Что ЗАПРЕЩЕНО брать с собой:

- Колюще-режущие предметы, за исключением маникюрных принадлежностей
- Опасные вещества
- Алкоголь
- Сигареты

- Взрывчатые вещества (включая петарды)
- Токсичные вещества
- Лазерные указки, бейсбольные биты, нунчаки, кастеты и т.д.
- Газовые баллончики и иные средства индивидуальной защиты
- Эротическую и порно продукцию
- Одежду с агрессивными или нецензурными надписями
- Экстремистскую литературу
- Предметы для азартных игр (игральные карты и т.д.)

Перед поездкой в лагерь ребёнку необходимо объяснить, что ему предстоит жить с другими детьми, и напомнить о правилах совместного проживания. Дети должны соблюдать элементарные правила гигиены: умываться, чистить зубы, принимать душ и не забывать мыть руки до и после еды, а также после посещения туалета. Кроме того, дети должны использовать только индивидуальные предметы личной гигиены – зубные щетки, полотенца, и не пользоваться чужими вещами.

В организованном коллективе стоит умеренно использовать духи и средства от насекомых — в закрытом помещении их аромат может вызывать дискомфорт у окружающих. Не стоит активно использовать парфюмерно-косметические средства, их высокая концентрация может спровоцировать у детей аллергическую реакцию.

Не рекомендуется давать или передавать детям в лагерь сладости, скоропортящиеся или не совсем полезные продукты. Например, лимонады, соки и нектары в больших упаковках, консервы, грибы, а также пирожные с кремом, торты, мясные и рыбные продукты, еду домашнего приготовления. Не стоит брать с собой в лагерь и лапшу быстрого приготовления, дети получают весь необходимый объем питательных веществ в лагере, в соответствии с режимом щадящего питания.

Если ребенку необходимо систематически принимать какие-либо лекарственные средства, об этом необходимо предупредить начальника лагеря и обязательно лекарственные средства передать медицинскому работнику вместе со схемой лечения.

Уважаемые родители! Все, что здесь написано – правда, все эти вещи действительно необходимы Вашему ребенку. Чтобы он (она) не чувствовал (а) себя неудобно и дискомфортно, отнеситесь к памятке серьезно!

**Желаем всем детям беззаботного жаркого, наполненного яркими эмоциями и впечатлениями, лета!**