

## Памятка: Как правильно собрать ребенка в лагерь?

Количество вещей, которые вы планируете дать ребенку с собой в лагерь, необходимо рассчитать на смену пребывания ребенка.

- 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.

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.

### Что нужно положить в чемодан?

Одежда	Гигиена	Обувь	Документы
<ul style="list-style-type: none"><li>· Футболка 7-8 шт.</li><li>· Спортивный костюм 1 шт.</li><li>· Кофта с длинным рукавом 2 шт.</li><li>· Теплая кофта на молнии или на пуговицах 2 шт.</li><li>· Джинсы или брюки 2 шт.</li><li>· Шорты 5 шт.</li><li>· Нарядная одежда</li><li>· Платье (для девочек) 2 шт.</li><li>· Юбка (для девочек) 2 шт.</li><li>· Пижамы или одежда для сна 2 шт.</li><li>· Нижнее белье 21 шт.</li><li>· Носки 21 шт.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Мочалка 1 шт.</li><li>· Мыло обязательно в мыльнице, которая закрывается</li><li>· Зубная щетка 2 шт.</li><li>· Зубная паста 1 шт.</li><li>· Полотенце банное 2 шт.</li><li>· Бритвенный станок 3 шт.</li><li>· Расческа</li><li>· Ножницы для ногтей</li><li>· Средства женской гигиены</li><li>· Полотенце пляжное 2 шт.</li><li>· Тапочки для</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Кроссовки</li><li>· Комнатные тапочки</li><li>· Резиновые тапочки для пляжа</li><li>· Сандалии или любая другая открытая обувь</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>· Путевка</li><li>· Медицинская справка</li><li>· Подписанное родителями согласие с правилами и порядком лагеря</li><li>· Нотариально заверенное согласие от</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>· Купальник (для девочек) 2 шт. Желательно ярких цветов.</li> <li>· Плавки или купальные шорты (для мальчиков) 5 шт. Желательно ярких цветов.</li> <li>· Солнцезащитные очки 1 шт.</li> <li>· Дождевик или зонт 1 шт.</li> <li>· Головной убор 1 шт. Желательно подписать.</li> <li>· Список вещей</li> </ul>	<p>душа/бассейна</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Бумажные платки 2 уп.</li> <li>· Резиновая шапочка для бассейна</li> </ul>		<p>родителей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Копия полиса медицинского страхования</li> </ul> <p>Документы, удостоверяющие личность ребенка (загранпаспорт, паспорт или свидетельство о рождении)</p>
--	--	--	--

В рюкзак ребенку можно положить: альбом или тетрадку, влажные салфетки, книгу или журнал; деньги, телефон, бутылку с водой 0,5 литра. Обязательно подписанную. Положить зарядное устройство.

### **ЗАПРЕЩЕНО БРАТЬ С СОБОЙ**

- Любые колюще-режущие предметы (за исключением маникюрных принадлежностей)
- Огнеопасные вещества
- Сигареты
- Алкоголь
- Взрывчатые вещества (включая петарды)
- Токсичные средства
- Лазерные указки, бейсбольные биты, нунчаки, кастеты и т.д.
- Газовые баллончики и иные средства индивидуальной защиты
- Эротическую и порнографическую продукцию
- Одежду с агрессивными или нецензурными надписями
- Экстремистскую литературу
- Лекарственные средства
- Предметы для азартных игр (игральные карты и т.д.)

Роспотребнадзор напоминает, что родителям необходимо внимательно относиться к здоровью детей и не отправлять в лагерь ребенка с симптомами ОРВИ или с высокой температурой.