# Статья в СМИ: О рекомендациях как собрать ребенка в лагерь

Количество вещей, которые вы планируете дать ребенку с собой в лагерь, 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.

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.

Роспотребнадзор напоминает, что в условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции родителям необходимо еще более внимательно относиться к здоровью детей и не отправлять в лагерь ребенка с симптомами ОРВИ или с высокой температурой.

**Что нужно положить в чемодан?**

**Одежда**

· Футболка 7-8 шт.

· Отдельно белая футболка для прощальных пожеланий. Иногда дети в конце смены расписываются на ней специальными фломастерами или красками.

· Спортивный костюм 1 шт.

· Кофта с длинным рукавом 2 шт.

· Теплая кофта на молнии или на пуговицах 2 шт.

· Джинсы или брюки 2 шт.

· Шорты 5 шт.

· Нарядная одежда

· Платье (для девочек) 2 шт.

· Юбка (для девочек) 2 шт.

· Пижама или одежда для сна 2 шт.

· Нижнее белье 21 шт.

· Носки 21 шт.

· Купальник (для девочек) 2 шт. Желательно ярких цветов.

· Плавки или купальные шорты (для мальчиков) 5 шт. Желательно ярких цветов.

· Солнцезащитные очки 1 шт.

· Дождевик или зонт 1 шт.

· Головной убор 1 шт. Желательно подписать.

· Список вещей

**Гигиена**

· Мочалка 1 шт.

· Мыло обязательно в мыльнице, которая закрывается

· Зубная щетка 2 шт.

· Зубная паста 1 шт.

· Полотенце банное 2 шт.

· Бритвенный станок 3 шт.

· Расческа

· Ножницы для ногтей

· Средства женской гигиены

· Полотенце пляжное 2 шт.

· Тапочки для душа/бассейна

· Бумажные платки 2 уп.

· Резиновая шапочка для бассейна

**Обувь**

· Кроссовки

· Комнатные тапочки

· Резиновые тапочки для пляжа

· Сандалии или любая другая открытая обувь

**Документы**

· Путевка

· Медицинская справка

· Подписанное родителями согласие с правилами и распорядком лагеря

· Нотариально заверенное согласие от родителей

· Копия полиса медицинского страхования

· Документы, удостоверяющие личность ребенка (загранпаспорт, паспорт или свидетельство о рождении)

**Что нужно положить в рюкзак?**

· Альбом или тетрадку

· Влажные салфетки 5 уп.

· Книгу или журнал

· Деньги

· Телефон

· Бутылку с водой 0,5 литра. Обязательно подписанную.

· 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.)

Источник: [**66.rospotrebnadzor.ru**](http://yandex.ru/clck/jsredir?bu=8r3s36&from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=2202.P5qQt3lkc7hu6uCu5Z4mi8zeKyX8TF1YtdKMK2Xw2SgaCxFvENRQo3nRmD0J42vo8KfjUKBVL-EQE896eZoxVHW316YAXHUB_Rv0jICVCqdvaGh0bW5rZHloamhhZmV4.20b67491ae4b65a1f9c95995a5665fffa1dc0720&uuid=&state=jLT9ScZ_wbo,&&cst=AiuY0DBWFJ4BWM_uhLTTxNG5Swe_JeTDOmVS1opp_zpZeTpaKkx_23zEM7_EP5aGou5w1Uk2nywQsj41f_0NlQ0gMXV6rzCA59PR3KczrGjyrwA4ISC7HP1V4UFZTJ9GfD3i7_i14FBOo5SqRXusLh6PdxvF46harrIsE8Pfbz9c-rNQAFfEgx1jiOZ67y0Cieqtc88ooWZHWKMf167Wwb0RD6OGBR2Rr3Pl9_hF4JToAx6duk605HCECB-wL8ZTWdVlEUHlRGryq_i44q_R5c9_3l4lvvjqmbTW86Z3cxHzHbW_Xg3RPbvB9MBn71MJqqZzxbb1EeMl4wERmtBTJz6SPdmRoGFELxChLJ8eRE7GIERsM3b_F1S8QENIwbsXnaiv4xzNVMmkmWDln_qwAJLIoZZEsfcPvYtj1Z9imh_2clyw-dl53fxH6_LZFOGSV58RYmqnbhZSEArxM6ZeNVgMddqBX3Cdjd_OF0D7ICzlvLkKUy4OdHtnmsLlMZLTttQ1sPIbDXx7GQ2IGfVB8HxITFqkwvkHYsDheOh7ulo_tgoORxbLi4hgSHOdli0ENuJ4QyAYn4W5pplRW0gwb-M3HrPuaTTe9A8XeN-RsvebWcKfbLSAmQiwlVGVe63jUjVcbwjfnHCpQSJCx01zCausAb-U3cnzm6fsyWBnmuwk9qkuZH0xXrZ9cl-yNcpeAhVgMEURdWxmo8-xBwXJGCipd0ycbuC0qKJuoAbmgPQeqQBtqYgn3YCeMKwgK5IHXIgfL4U8YwXeA0tHXxe4Aqz-NU9xJaDMX_GRcZ8MnrGWa6Zm6_F-EOYaI-oEuDFdUjHbz7312aEwkjuOZkpNhI4Tw-E91iEQHk0XVSRiEkZng3m8T6VHdO8KFMxEB7sDHp5QAb9cI2g0j3FTDkSV8vvNGQVxA8gC2vhMobgwKp5bnmUjlkTZEnmc4zkJ5NNxlsnV1pyui5rRtEdnDrQemdhyOHwqEKuKik71SdT9aPRrUXSzghXk6Dp19XkMdm53&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1LdmtxZ1UzUnA5YkNpYzhCNjZSOHpaOTd6RElJQWE2UzNMYThwVkh4czUxSlVvV091SmVqd01WVEFsTmpESnFGXzNhOWtNMkJUazhNZ0w0TXJCRU9WQTZSUFh0aHF2bnB1a0ZyUSws&sign=07e377f08a02699b0ab6bfa70524ff4b&keyno=0&b64e=2&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpjly_ySFdX80,&l10n=ru&cts=1579849478015%40%40events%3D%5B%7B%22event%22%3A%22click%22%2C%22id%22%3A%228r3s36%22%2C%22cts%22%3A1579849478015%2C%22fast%22%3A%7B%22organic%22%3A1%7D%2C%22service%22%3A%22web%22%7D%5D)