**Рекомендации гражданам: как собрать ребенка в лагерь**

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по РБ в Заиграевском районе напоминает, как правильно собрать ребенка в 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.

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

· 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.)

**Использованы материалы Управления Роспотребнадзора по Республике Бурятия.**