

КАК СОБРАТЬ РЕБЕНКА В ЛАГЕРЬ

При заезде в детский лагерь у ребёнка должна быть ручная кладь (пакет, рюкзак) с вещами, которые ребёнок забирает с собой в жилую комнату:

1. Предметы ухода и личной гигиены: зубная щетка, паста, шампунь, гель для душа/мыло, мочалка, расчёска или щётка, полотенце для пляжа и т.п.
2. Смена нижнего белья, футболка или пижама.
3. Одежда для повседневной носки и занятий физкультурой: футболка (2 шт.), футболка белая (1 шт.), джинсы, шорты, куртка-

на внутренних этикетках имя и фамилию ребёнка. При упаковке вещей сделайте их опись в двух экземплярах, один оставьте у себя, а второй положите во внутренний карман чемодана. При отъезде эта опись поможет ребёнку собрать все свои вещи, а вам проконтролировать их наличие по возвращении.

Предметы личной гигиены:

- зубная щетка и паста;
- мыло туалетное в мыльнице. Хозяйственное, с ветровка/толстовка, платье/юбка, носки (3 пары), спортивные штаны/шорты, головной убор.
- 4. Обувь: комнатные тапочки, кроссовки/кеды, сандалии/балетки.
- 5. Парадная одежда: рубашка, брюки/юбка/платье.
- Маленьким детям рекомендуем маркировать одежду, написав помощью которого, можно постирать носки, нижнее белье;
- мочалка, шампунь, гель для душа, возможно, необходимый лично ребенку питательный крем (один раз в неделю санитарный день, а искупаться в душе можно практически каждый день);
- расческа, ножницы для ногтей;
- для девочек: косметические принадлежности для ухода за кожей и телом; гигиенические принадлежности. Лучше, если все это будет находиться в специальной сумочке для предметов личной гигиены.
- спортивный костюм и закрытая спортивная обувь;
- кроссовки, туфли, босоножки-сандалии с фиксированной пяткой;
- бейсболка, косынка или солнцезащитная шляпа;
- 5-6 пар носков;
- нательное белье (трусики, маечки и т.п.);
- пижама, ночная сорочка;
- 4-5 футболок с коротким рукавом;
- две- три пары шорт/коротких брюк;
- две пары джинс или две пары брюк;
- две-три юбки/платья для девочек;

- 1-2 толстовки с капюшоном;
- одна куртка/ветровка;
- один плащ-дождевик;
- один комплект нарядной одежды.

Памятка "Правила направления детей в детский оздоровительный лагерь"

Отправляя ребенка на отдых в лагерь, лучше позаботится обо всем необходимом заранее, чтобы ребенок чувствовал себя максимально комфортно, даже находясь вдали от дома. Купить и упаковать все вещи родителям необходимо вместе со своим ребенком.



Вопрос о гигиене

Для того чтобы содержать себя в чистоте и порядке вовремя отдыха в лагере, Вашему ребенку понадобятся средства личной гигиены. Не стоит снаряжать его полным комплектом из шампуня, геля для душа, пенки для умывания и всего прочего. Гораздо удобнее купить кусок качественного туалетного мыла – им можно умыться, смыть грязь с тела и, если это крайне необходимо, постирать белье. Мыло лучше всего выбрать антисептическое. Ну а складная зубная щетка, мини-тюбик зубной пасты и одноразовые пакетики с шампунем еще больше облегчат курортную жизнь маленькому путешественнику.

Комары и другие насекомые способны испортить даже самый шикарный отдых. Поэтому нельзя забывать о репеллентах. Лучше всего не откладывать этот вопрос до приезда в лагерь, и выбрать крем или спрей, на который у Вашего ребенка нет аллергии в одной из городских аптек или магазинов.

А если будет холодно и сыро?

Даже если на дворе жаркое лето, не лишним будет дать ребенку с собой ветровку и джинсы. Погода – дама переменчивая, и в дождливые дни гораздо приятнее быть тепло одетым, чем кутаться в казенное полотенце. Для этих же целей послужит и пара закрытой спортивной обуви. Кстати, кеды – прекрасная экипировка и для длительных пеших прогулок. Не забудьте зонтик или пластиковый дождевик!

Оставаться на связи

Мобильный телефон и зарядка к нему – гарантия того, что Вы будете знать как обстоят дела у Вашего ребенка. Лучше всего договориться, что Вы будете созваниваться раз в день в строго определенное время. Так Ваш ребенок будет избавлен от необходимости носить мобильный всюду с собой, и постоянно следить за тем, чтобы его не потерять.

Мелочь, а приятно

Обязательно учитывайте интересы вашего ребенка, и не забудьте положить ему в рюкзак то, без чего ему будет скучно в детском лагере. Будут это краски, блокнот с ручкой, книжка или любимая кукла – не важно. Главное, чтобы в случае, если не окажется подходящей компании, ваше чадо не заскучало в одиночестве.

Не забудьте дать ребенку с собой что-нибудь вкусненькое: пачку печенья, карамельки, или набор сухофруктов. Иногда такой "привет из дома" способен не только поднять настроение, но и существенно подкрепить силы маленького путешественника во время отдыха в лагере!

Не берите с собой!

Дорогостоящую технику, ювелирные украшения, крупную сумму денег, ножи, петарды, зажигалки, свечи, кипятильники.

Если, несмотря на все Ваши уговоры, ребенок все таки берет дорогостоящую технику, объясните ему, что ОН сам будет нести за него ответственность. Часто помогает.

Во избежании случаев отравления не давайте с собой в детский лагерь и не привозите в родительский день: сладкую газированную воду; чипсы; жевательные резинки; сосиски, рыбу, мясо, супы и прочее; кремосодержащие продукты; продукты быстрого приготовления.

Лекарства с собой ребенку давать запрещено, все есть в медпункте.

Самое главное

И наконец, самое главное – не забудьте настроить ребенка на активный, творческий, веселый отдых в лагере!

Посоветуйте ему поменьше сидеть в комнате сплетничать или нажимать на кнопки телефона, а побольше быть на природе, посещать разные кружки, участвовать в репетициях и концертах играть в волейбол, настольный теннис, футбол и так далее!