

## РЕКОМЕНДАЦИИ ГРАЖДАНАМ: Как собрать ребенка в лагерь

### Роспотребнадзор напоминает, как правильно собрать ребенка в лагерь

Количество вещей, которые вы планируете дать ребенку с собой, необходимо рассчитать на смену в 21 день.

· 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 недорогой, так как ребенок может ее потерять.

Дети должны соблюдать базовые 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 запах 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 продукты. Например, лимонады, соки и нектары в больших упаковках, консервы, 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**  
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## КАК СОБРАТЬ РЕБЕНКА В ЛАГЕРЬ



НА СМЕНУ В 21 ДЕНЬ

### 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 3 шт.
- Нарядная одежда
- Платье (для девочек) 2 шт.

### ГИГИЕНА

- Юбка (для девочек) 2 шт.
- Пижама или одежда для сна 2 шт.
- Нижнее белье достаточное кол-во.
- Носки достаточное количество.
- 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

### БУВЬ

- Мочалка 1 шт.
- Мыло в мыльнице, которая закрывается - 1 комп.
- Зубная щетка 2 шт.
- Зубная паста 1 шт.
- Полотенце банное 2 шт.
- Расческа 1 шт.
- Ножницы для ногтей 1 шт.
- Средства женской гигиены
- Полотенце пляжное 2 шт.
- Тапочки для душа/бассейна
- Бумажные платки 2 уп.
- Резиновая шапочка для бассейна 1 шт.
- Влажные салфетки 1 уп.

### ОБУВЬ

- Кроссовки, ботинки (туфли) с фиксацией стопы
- Комнатные тапочки
- Резиновые тапочки для пляжа
- Сандили или любая другая открытая обувь

### ДОКУМЕНТЫ

- Путевка в лагерь
- Документы, удостоверяющие личность ребенка или их копии (свидетельство о рождении или паспорт)
- Копия медицинского страхового полиса
- Медицинская справка по форме №079/у (из поликлиники по месту жительства), в которой указываются сведения обо всех сделанных прививках и перенесенных заболеваниях. Срок годности справки три месяца
- Медицинская справка об отсутствии контактов с инфекционными больными. Справка берется у педиатра по месту жительства ребенка за три дня до отъезда ребенка
- Результаты анализов на яйца глист, гельминтов и энтеробиоз. Срок годности справки/результатов анализов 10-14 дней.
- Согласие с правилами и распорядком лагеря

### ЧТО 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)
- Сигареты
- Петарды, фейерверки
- Токсичные средства
- Лазерные указки, бейсбольные биты, нунчаки, кастеты и т.д.
- Газовые баллончики и иные средства индивидуальной защиты
- Безрецептурные лекарства

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)