**Памятка по подготовке к летнему оздоровительному лагерю**

**с круглосуточным пребыванием детей.**

 С приближением летнего сезона, Роспотребнадзор напоминает родителям о правилах подготовки детей к отдыху в летних лагерях.

 Прежде всего, необходимо подписать или каким-либо образом выделить багаж ребенка, чтобы он мог легко опознать свои вещи среди рюкзаков и чемоданов других детей

 Перед отправкой важно правильно собрать вещи, чтобы обеспечить комфорт и безопасность вашего ребенка в течение 21-дневной смены

Так же необходимо напомнить детям правила гигиены: умываться, чистить зубы, принимать душ и мыть руки до и после еды, а также после посещения туалета.

 Важно использовать только индивидуальные предметы личной гигиены, такие как зубные щетки и полотенца, и избегать использования чужих вещей.

 Роспотребнадзор также напоминает, что использование парфюмерии и средств от насекомых должно быть умеренным, чтобы не вызывать дискомфорта у окружающих

 Не рекомендуется давать или передавать детям в лагерь сладости, скоропортящиеся продукты. Например, лимонады, сок 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 в лагере получают полноценное 5-6 разовое питание.

 **Так, что стоит положить в чемодан вашего ребенка? Из одежды рекомендуется:**

* 7- 8 футболок, отдельно белая футболка для прощальных пожеланий. Иногда дети в конце смены расписываются на ней специальными фломастерами или красками.
* Спортивный костюм, кофты, джинсы/брюки, шорты, нарядная одежда (платья, юбки), пижама и купальники для девочек, плавки для мальчиков
* Головные уборы, солнцезащитные очки и дождевики

**Что касается вещей для гигиены**

* Мочалка, мыло, зубная паста, полотенца, расчески, ножницы для ногтей и для девочек женские гигиенические средства
* Если в лагере предусмотрено купание-бассейн или открытый водоем–плавки, купальники, обувь

 Важно также не забыть о необходимых документах: путевке в лагерь, документах, удостоверяющих личность ребенка или их копии (свидетельство о рождении или паспорт), медицинской справке и согласии с правилами лагеря

В рюкзак ребенка рекомендуются положить альбом, книгу или журнал, влажные салфетки, сумму наличных денег, телефон и бутылку с водой, обязательно подписанную.

 Готовя ребенка к поездке в загородный лагерь, родители могут быть уверены, что их дети будут комфортно чувствовать себя и получат незабываемые впечатления от отдыха