**Памятка родителям, отправляющим детей в лагерь**

Каждый родитель думает, как организовать отдых ребёнка на каникулах?

В период принятия решения родителям необходимо посоветоваться с врачом-педиатром по месту жительства ребенка о возможности его отдыха в конкретной оздоровительной организации. Прием детей в оздоровительные организации проводится при предоставлении медицинских справок, выданных в территориальных организациях здравоохранения.

До отъезда в лагерь родители должны обязательно поговорить с ребенком, выяснить, что его волнует в предстоящем времяпрепровождении, есть ли у него вообще желание ехать в лагерь.

Если ребёнок уже знает от других детей, что такое лагерь и сколько там интересного, то у него уже создана позитивная мотивация отъезда, и родителям надо поддержать в ребёнке этот положительный заряд. Чем спокойнее родители будут реагировать на отъезд ребенка, тем легче он воспримет разлуку и новые условия жизни в лагере.

Перед поездкой в оздоровительный лагерь необходимо напомнить детям о мерах профилактики респираторных и острых кишечных инфекций, в том числе: соблюдении правил личной гигиены (мытье рук с мылом после прогулок, занятий, в том числе на открытом воздухе, после посещения туалета, перед приемом пищи и по мере необходимости).

Не забудьте побеседовать с детьми о правилах и нормах поведения в коллективе, о соблюдении правил безопасности в лагере, о бережном отношении к лагерному имуществу и правилах поведения на воде.

Оптимальный возраст, когда можно отправлять ребенка в лагерь, — 8 лет. Лучше, если первый раз лагерь будет недалеко от дома.

Ребёнок должен принимать участие в сборе сумки, чтобы знать, какие вещи ему положили, и не забыть их потом. Необходимо брать те вещи, без которых мальчику или девочке невозможно обойтись в лагере в течение 3-4 недель. Сама сумка должна быть с крепким корпусом и ручками. Желательно, чтобы она была на колесиках и помещалась под кровать или шкаф.

Предметы личной гигиены:

* зубная щётка и паста;
* туалетное мыло в мыльнице;
* хозяйственное мыло для стирки носков, плавок, нижнего белья;
* мочалка, шампунь;
* расческа для волос;
* гигиенические принадлежности.

Необходимо объяснить ребенку, что обмениваться расческами, мочалкой, одеждой и другими личными вещами ни в коем случае нельзя.

Одежда и обувь:

* спортивный костюм и закрытая спортивная обувь;
* купальник, плавки (при наличии пляжа или бассейна);
* одежда для повседневной носки (1-2 комплекта);
* солнцезащитный головной убор;
* нарядная одежда для вечеров отдыха, дискотек;
* 5-6 пар носков;
* 2-3 смены нижнего белья;
* теплый свитер или кофта;
* водонепроницаемая ветровка, желательно с капюшоном;
* удобные туфли для повседневной носки;
* комнатные тапочки, сланцы для бассейна.

Не рекомендуется брать в лагерь планшет, ноутбук и т.п. дорогостоящую видео- и аудиоаппаратуру, ценные вещи, драгоценности и ювелирные украшения, деньги. За их порчу и утерю администрация лагерей никакой ответственности не несет.

В загородных оздоровительных лагерях обычно пятиразовое питание. Это завтрак, обед, полдник, ужин и второй ужин. В лагерь нельзя привозить чипсы, газированные напитки. Не надо везти ягоду, мороженое, пирожные. Нельзя привозить или передавать ребенку скоропортящиеся продукты. При оформлении в лагерь родителей знакомят с полным перечнем запрещенных к ввозу продуктов.

Для адаптации в лагере ребенку необходимо 2-3 дня, поэтому не стоит торопиться с визитом в первые дни заезда, иначе ваш приезд в это время может вызвать у него желание уехать домой. Если ребенок чувствует себя в лагере неуютно и постоянно настаивает на возвращении домой, ему дадут возможность позвонить вам.

Будьте, пожалуйста, доброжелательны, корректны в общении с детьми и педагогами. Только таким образом можно решить все возникающие проблемы и обеспечить полноценный отдых ребёнка.

Хорошего отдыха вашим детям!

Источник: <https://minsksanepid.by/news>