



4. Перед отъездом:

- **Проверьте вещи еще раз:** Убедитесь, что ничего не забыли.
- **Поговорите с ребенком:** успокойте его, скажите, что любите его и будете ждать.
- **Вручите ребенку памятку с вашими контактами:** укажите номера телефонов (свой, мужа/жены, бабушки/дедушки).
- **Обсудите с ребенком план связи:** как часто вы будете созваниваться/переписываться.
- **Удачи!** Пожелайте ребёнку хорошего отдыха, новых друзей и незабываемых впечатлений!

5. Полезные советы:

- Не берите с собой ценные вещи (ювелирные украшения, дорогие гаджеты).
- Не давайте ребенку много денег.
- Обсудите с ребёнком, что делать, если он заболеет или возникнут какие-то проблемы.
- Уточните у администрации лагеря правила приема передач.
- Помните, что самостоятельность и ответственность - важные качества, которые ваш ребёнок сможет развить в лагере!



Желаем вашему ребенку отличного отдыха!

Тотемский территориальный отдел
Управления Федеральной службы по
надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека по
Вологодской области

Собираем ребенка в детский загородный оздоровительный лагерь



г. Тотма
2025

Вот и наступило долгожданное время летних каникул! Ваш ребенок отправляется в оздоровительный лагерь, и вы хотите, чтобы его отдых был комфортным, безопасным и запоминающимся.

Эта памятка поможет вам правильно подготовить ребенка к поездке.

1. Медицинская подготовка:

- **Медицинская справка (форма 079/у):** обязательный документ, содержащий информацию о состоянии здоровья ребенка, перенесенных заболеваниях, прививках, аллергиях, хронических заболеваниях (если есть).

- **Справка об отсутствии контактов с инфекционными больными:** берется у педиатра за несколько дней до отъезда.

- **Медицинские препараты:** если ребенок принимает какие-либо лекарства на постоянной основе, обязательно передайте их в лагерь с четкой инструкцией по применению (дозировка, время приема). Укажите все лекарства, которые принимает ребенок, в медицинской карте.

2. Список вещей (самое важное):

- **Одежда и обувь:**

- спортивный костюм и спортивная обувь;
- одежда для повседневной носки (не меньше 2-ух комплектов);
- солнцезащитный головной убор;
- нарядная одежда (для мероприятий);
- футболки, рубашки (3-4 шт., в том числе и с длинными рукавами);
- одежда для купания (купальник, плавки);
- носки (5-6 пар);
- нижнее белье (3-5 смен);
- теплый свитер или кофта;
- ветровка;
- туфли для повседневной носки;
- обувь для ношения во время дождя, сырой и холодной погоды;
- спортивная обувь;
- сланцы, комнатные тапочки.



- **Предметы личной гигиены:**

- зубная щетка и паста;
- шампунь и гель для душа;
- мочалка;
- мыло;
- расческа/щетка для волос;
- солнцезащитный крем с высоким SPF;
- репеллент от комаров и других насекомых;
- влажные салфетки;
- носовые платки;
- девочкам: резинки, заколки для волос.

- **Не забудьте:**

- упакуйте вещи в удобную сумку или чемодан;
- подписывайте вещи (особенно одежду)- это облегчит их поиск в случае потери.

3. Важные документы:

- путевка;
- копия свидетельства о рождении ребенка;
- полис обязательного медицинского страхования (ОМС);
- согласие на медицинское вмешательство (если требуется);
- копия справки об инвалидности (если есть);
- документы, подтверждающие льготы (если есть).