**Памятка для родителей!**

**Собирая своего ребенка в лагерь, не забудьте положить в его сумку:**

**Необходимые документы для заезда в лагерь:**

\* Справка отъезжающего в оздоровительное учреждение по форме №079/у (должна включать прививки, соскоб на энтеробиоз, кал на яйца глист – ***результаты*** ***анализов действительны   
10 дней***);

\* Справка об эпид. окружении, в том числе о контактах с COVID больными- ***действительна 3 дня;***

\* Копия медицинского полиса;

\* Копия свидетельства о рождении;

\* Согласие на медицинское вмешательство.

**Одежда и обувь:**

* Сменное нижнее белье — 7 комплектов.
* Носки — 7 пар.
* Одежда для повседневной носки — 3-4 комплекта.
* Нарядная одежда для дискотек и праздничных вечеров — 1-2 комплекта.
* Удобный спортивный костюм и 2 футболки к нему.
* Теплый свитер или кофта, джинсы.
* Куртка-ветровка.
* Пижама или в том в чем спит ваш ребенок
* Головной убор для защиты от солнца.
* Купальник или плавки
* Удобную спортивную обувь.
* Сандалии или босоножки для повседневной носки.
* Туфли или ботинки под нарядную одежду.
* Шлепки или кроксы для второй обуви

**Средства гигиены, ухода и косметика**

* Зубная паста и щетка.
* Мочалка и гель для душа.
* Шампунь.
* Расческа.
* Резинки и заколки для волос.
* Полотенце
* Бутылку для воды, не более 500 мл.

**Что может быть ещё необходимым в лагере:**

* Средства защиты от комаров и других кровососущих насекомых (крем).
* Сухие и влажные салфетки, носовые платки.
* Дождевик на случай ненастной погоды.
* Любимая игрушка или книжка.
* «Вкусняшки» конфеты, печенье, сушки другие продукты длительного хранения, воду не более 500 мл.
* Телефон, зарядное устройство к нему и наушники

**Продукты!**

**Разрешено:**

1. Вода питьевая, вода минеральная питьевая, расфасованная в ёмкости (бутилированная), негазированная – до 500 мл, в потребительской упаковке промышленного изготовления.  
  
2. Орехи (кроме арахиса), сухофрукты – до 50 г, в потребительской упаковке.  
  
3. Мучные кондитерские изделия промышленного производства (печенье, вафли, мини-кексы, пряники), в том числе обогащённые микронутриентами (витаминизированные) – до 100 г, в потребительской упаковке промышленного изготовления.  
  
4. Кондитерские изделия сахаристые (ирис, зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), в том числе обогащённые микронутриентами (витаминизированные), шоколад – мелкая фасовка (от 25 г до 100 г), в потребительской упаковке.

**Запрещается передавать детям:**  
  
1. Колбасу, пирожные, торты и другие скоропортящиеся продукты.  
  
2. Продукты питания с истекшим сроком годности.  
  
3. Любые бутерброды.  
  
5. Пюре и лапшу быстрого приготовления.  
  
6. Грибы (в любом виде).  
  
7. Незрелые или перезревшие, подгнившие фрукты и овощи, особенно резаные кусками бахчевые – арбузы и дыни.