

Рекомендации по детскому отдыху.

Советы родителям, направляющим ребенка в лагерь

Эффективный отдых и оздоровление детей в каникулярное время, а особенно в летний период, является важной составляющей жизни каждой семьи. Именно правильно полноценно организованный отдых в летние месяцы способствует восстановлению у детей утраченных сил и компенсаторных возможностей детского организма за длинный учебный период. Полноценный отдых, сбалансированный с оздоровительным компонентом, в том числе рациональным питанием, предусматривается в организациях отдыха и оздоровления.

Несколько советов родителям о том, как подготовить ребенка для отдыха в лагере:

До оформления путёвки обсудите с ребёнком вопрос поездки на отдых в лагерь. Узнайте больше информации о выбранной Вами детской оздоровительной организации (посмотрите буклеты, сайты лагеря, где дети пишут о своих впечатлениях), поговорите с родителями, дети которых отдыхали в этом лагере. Узнайте о кадрах педагогов, вожатых: где они проходили учёбу, имеют ли они опыт работы с детьми. Поинтересуйтесь, как обеспечивается физическая и противопожарная безопасность детей в лагере.

Прежде чем купить путевку в лагерь, убедитесь, что он имеет разрешительные документы органов Роспотребнадзора на свою деятельность, лицензии и иные сертификаты.

Внимательно ознакомьтесь с правилами приобретения путевки, ее возврата, с правилами пребывания детей в лагере и посещения их родителями, режимом дня.

Обсудите с ребёнком правила поведения в детском лагере, в детском коллективе, условия проживания. Если ребёнок впервые едет в лагерь, объясните, что в комнате вместе с ним будут жить другие дети, что удобства (туалетные комнаты, душевые) рассчитаны на всех детей.

Договоритесь с ребенком, в какие дни вы будете навещать ребенка в лагере, в какое время звонить и общаться с ним. Старайтесь соблюдать данный график. Ребёнок должен знать, что вы любите его, сучаете, радуетесь вместе с ним его успехам.

Можно отправить с ребёнком любимую игрушку, книгу или фотографию.

В соответствии с программой смены и с учетом переменной погоды в нашем климате обеспечьте ребёнка необходимой одеждой и обувью. Кроме запаса нательного белья (как минимум недельного) обязательно предусмотрите головной убор, комплект утепленной одежды на случай непогоды. Из обуви предусмотрите как легкую так и более закрытую. Все элементы гардероба должны иметь метки, позволяющие однозначно идентифицировать владельца, т. е. имя и фамилию. Используйте для этого пришивные ярлыки или несмываемые фломастеры.

Не забудьте предусмотреть средства личной гигиены (зубная паста, щетка, расческа), не лишними будут в комплекте влажные салфетки, бумажные носовые платки, средства для обработки рук.

Если Вашему ребенку необходимо систематически принимать какие-либо лекарственные средства – оповестите об этом руководителя лагеря и обязательно медицинского работника! передайте медику лекарственные средства и прописанную врачом схему лечения! Не передавайте препараты через ребенка! Убедите ребенка в случае любого

недомогания обращаться за медицинской помощью. Участникам лагеря не разрешается иметь в своих личных вещах и самостоятельно принимать какие-либо лекарственные препараты. Медицинский работник лагеря проконтролирует своевременность и правильность приема лекарств.

Не пытайтесь упаковать ребенку в дорогу набор домашней пищи - может обернуться испорченным отдыхом. Поэтому, никаких «курочек, колбасок, творожков» и прочего «скоропорта»! Положите ребенку бутылку питьевой негазированной воды, какое-нибудь кондитерское изделие в промышленной упаковке (печенье, вафли), пачку влажных салфеток или средство для обработки рук.

Не увлекайтесь изысками домашних блюд и при посещении детей в лагере в родительские дни. Поверьте, дети в лагере получают хорошее питание! Домашними пирожками и ягодами с грядки Вы их накормите дома, а чипсы и кола вообще вредны для детского организма! С перечнем продуктов, которые можно привезти ребенку, можно ознакомиться в каждом лагере.

Что делать, если Ваш ребенок перед отправкой в лагерь находился в контакте с инфекционными больными? Не пытайтесь это скрывать. Оповестите об этом начальника лагеря и (обязательно!) медицинского работника, указав дату контакта и диагноз больного.

При появлении у ребенка симптомов заболевания перед отъездом – не пытайтесь любыми путями все-таки его отправить в лагерь. Ведь он может серьезно заболеть и представлять опасность еще и для других детей. В таких случаях нужно вызвать врача, официально зафиксировать заболевание, сообщить о причине не заезда руководителю лагеря, понаблюдать за развитием болезни и в дальнейшем решить вопрос о возможности отправки ребенка в соответствующий лагерь. Своевременное и правильное решение возникающих проблем позволит Вам и оздоровить ребенка и провести перерасчет стоимости путевки.

Обязательно за 2-3 суток сами внимательно (!) проверьте голову ребенка на наличие педикулеза. Если вдруг обнаружите наличие живых особей или гнид – проведите санацию противопедикулезными препаратами. В противном случае Вашего ребенка вправе не допустить в лагерь.

Внушите ребенку, что не организованный выход за территорию лагеря без ведома взрослых может быть опасен для его здоровья, в том числе и в связи с возможным присасыванием клеща. Специальная противоклещевая обработка проводится только на закрепленной территории. Если вдруг ребенок обнаружит на себе клеща – необходимо **НЕМЕДЛЕННО** сообщить воспитателю (вожатому) и **МЕДИЦИНСКОМУ РАБОТНИКУ!** Не нужно ребенку самостоятельно пытаться удалить присосавшегося клеща-это не простая процедура. Ни в коем случае не раздавливать клеща руками!

Какие документы необходимо взять ребёнку в лагерь

- Путёвка - 1 шт.
- Договор с лагерем - 2 шт.
- Медицинская справка - 1 шт.
- Справка об эпидокружении - 1 шт. (об отсутствии контакта с инфекционными больными)

- Копия свидетельства о рождении или паспорта (для детей старше 14 лет) - 1 экз.
- Копия медицинского полиса ребенка - 1 экз.
- Копия сертификата о прививках -1 экз.

Если Ваш ребенок заболет во время пребывания в лагере, администрация лагеря должна Вас проинформировать о роде заболевания, состоянии ребенка и выписанных врачом медикаментах, чтобы Вы могли дать согласие на предложенный способ лечения.

Особое внимание - сотовому телефону и другим гаджетам.

Во многих лагерях не приветствуют наличие у детей мобильных телефонов и иных гаджетов. Если вы снабжаете ребенка гаджетами, в том числе, сотовым телефоном, ему, как правило, будет запрещено пользоваться им независимо от времени дня и местонахождения. Ребятам по прибытии в лагерь предлагается сдать их на хранение. За несданный гаджет ребенок несет ответственность сам.

В лагерях не практикуется приглашать к телефону участника лагеря по просьбе звонящего. День в лагере полон впечатлениями и насыщен занятиями, и звонок может отвлечь вашего ребенка и других ребят и от интересного дела и нарушить его эмоциональный настрой.

Любую информацию о состоянии здоровья ребенка, его настроении и занятости вы можете получить у администрации лагеря в любое время дня.

Привлечение участников лагеря к работам

Ребенок должен быть готов к самообслуживанию в лагере. Дети могут быть привлечены к уборке помещений или дежурству в столовой, в соответствии с разрешенными нормами.

Для детей 6-10 лет: уборка постелей, несложные работы по уходу за помещениями; Для старших школьников - сервировка столов, уборка грязной посуды в столовой.

Для детей старше 14 лет - уборка обеденного зала, спальных комнат, благоустройство территории.

Не допускается привлекать детей к работам, связанным с большой физической нагрузкой или с использованием моющих и дезинфицирующих средств.

По всем возникающим вопросам рекомендуем вам обращаться к руководству оздоровительной организации, а в спорных случаях – в Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю. Телефон общественной приемной: 233-40-67.