

**ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ,  
ОТПРАВЛЯЮЩИМ ДЕТЕЙ В ДЕТСКИЙ СПОРТИВНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ «СМЕНА» в 2018 году**

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Мы рады приветствовать Вас и Ваших детей, которые собираются приехать в детский лагерь «Смена» летом 2018 года. Лагерь «Смена» - территория спорта и чистого воздуха!

Детский спортивно-оздоровительный лагерь «Смена» работает от муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва «Вымпел» города Калуги с 2004 года. Лагерь - сезонный и принимает детей в летний период времени. Расположен в 20 км от города недалеко от села Корекозево Перемышльского района на территории памятника природы областного значения «Сосновый лес на дюнах». Природные условия лагеря максимально приближены к классическому представлению о летнем загородном лагере – на территории много хвойных деревьев, кустарников и цветов, территория благоустроена.

В лагере отдыхают юные спортсмены и воспитанники детско-юношеских спортивных школ города в возрасте от 7 до 17 лет включительно. Продолжительность смены - 21 день. Оздоровительный лагерь строит свою работу по режиму дня, который предусматривает активное участие ребенка в тренировочном процессе по своему виду спорта под руководством тренера, а также участие в различного рода мероприятиях. Подъем, отбой, прием пищи производится в строго определенное время, просмотр телепрограмм не предусмотрен.

**ИНФРАСТРУКТУРА ЛАГЕРЯ:**

- спальные корпуса (с отоплением)
- медицинский пункт;
- столовая;
- клуб;
- библиотека;
- спортивный зал;
- душевые;
- стадион;
- спортивные площадки;
- гимнастический комплекс;
- столы для тенниса;
- спортивный инвентарь;
- беседки.

## **ДОКУМЕНТЫ, необходимые для заезда в лагерь:**

- копия свидетельства о рождении ребенка или копия паспорта ребенка, достигшего 14 лет);
- копия полиса обязательного медицинского страхования ребенка;
- заполненную медицинскую карту форма 079/у, которая включает:
  - справку о результатах анализов на энтеробиоз и яйца-глист;
  - заключение врача-дерматолога или врача-педиатра об отсутствии заразных заболеваний кожи и осмотра на педикулез;
  - медицинскую справку об отсутствии контактов с инфекционными больными по месту жительства (взять в СЭС за 3 дня до отъезда в лагерь);
  - сведения о прививках;
- информационное согласие пациента на медицинское вмешательство;
- согласие на обработку персональных данных.

## **ВСЕ ДЛЯ ГИГИЕНЫ:**

- зубная паста;
- зубная щетка (обязательно в футляре);
- мыло в мыльнице;
- мочалка;
- шампунь;
- гель для душа (на усмотрение родителей);
- расческа;
- полотенце банное;
- полотенце для лица, для ног;
- платки носовые одноразовые;
- предметы личной гигиены для девочек;
- туалетная бумага.

Ежедневно дети по расписанию посещают душ.

## **СОБИРАЕМ ВЕЩИ**

Одежда и обувь должны быть удобными в пользовании, лучше, если обувь будет разношенной. Рекомендуем не давать детям с собой дорогостоящих вещей, золотых украшений, дорогой техники. Все вещи и обувь рекомендуется подписать. Постарайтесь, чтобы ребенок запомнил, что он берет с собой в лагерь, как выглядят его куртка, обувь и т.п. Составьте список вещей, которые ребенок берет с собой в лагерь в 2-х экземплярах. Первый экземпляр положите ребенку в чемодан, а второй оставьте себе.

Обязательно положите ребенку в сумку следующие вещи:

- комплект спортивной одежды;

- нарядную одежду для дискотек и праздников;
- повседневную летнюю одежду:
- шорты
- джинсы
- головной убор - обязательно!
- футболки и /или майки- 2-3 шт.
- нижнее белье
- носки х/б -2-3 пары
- ночную сорочку для девочек (пижаму для мальчиков)
- комнатные тапочки;
- комплект теплой одежды на случай плохой погоды, зонт или дождевик и водонепроницаемую обувь;
- повседневную обувь (обувь для улицы, кроссовки, сланцы для душа, обувь для дискотек и выступлений на сцене);
- пакет для грязного белья;
- крем от насекомых (не давайте детям спрей).

## **ГОСТИНЦЫ**

В детском лагере «Смена» организовано сбалансированное пятиразовое питание. Разработано 10-дневное меню, согласованное с Роспотребнадзором. В ежедневный рацион каждого ребенка входят молочные продукты, мясо, рыба, овощи, фрукты, соки, кондитерские изделия, выпечка собственного производства.

Мы понимаем Ваше желание дать ребенку с собой что-нибудь вкусное. Пожалуйста, не давайте детям с собой продукты, которые могут вызвать проблемы пищеварения.

**ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ, запрещенных санитарными службами для передачи детям в условиях загородного лагеря:**

- газированные напитки, квас
- сухари, чипсы
- любые молочные продукты
- любые соусы, кетчупы, майонез
- пирожные, торты (любые изделия с кремом или наполнителем)
- птица, рыба мясо, любые копчености, колбаса и т.д.
- приготовленная пища (домашняя, купленная в кулинарии, фастфуд, пицца) – салаты, соленья, супы, котлеты, пироги, пельмени, бургеры, нагетсы и т.д.
- консервы
- грибы
- супы, пюре, лапша быстрого приготовления
- арбузы

**Ребенку можно дать с собой:** шоколадку, печенье без наполнителей, пряники, сухари, вафли, сушки, соки в маленькой упаковке, питьевую воду, мытые фрукты в небольшом количестве, жевательные конфеты).

**Уважаемые родители! Если Ваш ребенок страдает пищевой аллергией, обязательно предупредите об этом!**

## **МЕДИКАМЕНТЫ**

Категорически запрещается давать ребенку в лагерь любые медикаменты.

В лагере круглосуточно функционирует медицинский пункт с необходимым оборудованием и медикаментами, работает высококвалифицированная медицинская сестра, которая в случае необходимости может оказать первую медицинскую помощь (при любом недомогании ребенок должен сообщить своему тренеру, вожатому).

## **ВНИМАНИЕ!**

Если Ваш ребенок принимает лекарства на постоянной основе по назначению врача, передайте медицинской сестре лагеря нужные лекарства с письменными инструкциями врача по их применению. Родителям необходимо сообщать о каких-либо индивидуальных особенностях своих детей.

Следует объяснить ребенку о необходимости следить за состоянием собственного здоровья и своевременно обращаться за медицинской помощью на стадии появления первых признаков заболевания.

## **ТЕЛЕФОНЫ, ГАДЖЕТЫ:**

Напоминаем, что в соответствии со ст.925 Гражданского Кодекса Российской Федерации администрация лагеря не несет ответственность за утрату ценностей и сохранность электронных устройств Ваших детей.

Телефоном запрещено пользоваться во время тихого часа, после отбоя и до подъема, во время завтрака, обеда, полдника, ужина, а также во время общелагерных мероприятий в клубе. Зарядка аккумулятора может осуществляться только с разрешения тренера или вожатого. В случае пропажи мобильного телефона или другого устройства ребенок должен незамедлительно сообщить об этом тренеру либо вожатому.

## **НЕ СЛЕДУЕТ БРАТЬ С СОБОЙ В ЛАГЕРЬ:**

- дорогую аудио, видео-, фототехнику;
- дорогие телефоны, плееры, наушники;
- парфюмерию (за исключением дезодоранта);
- ювелирные изделия из золота, серебра и драгоценных камней;
- лекарства (за исключением лекарств, принимаемых ребенком на постоянной основе, по назначению врача);

- ножи, колюще-режущие предметы;
- деньги.

## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Важно психологически настроить ребенка на пребывание в лагере.

Пожалуйста, запомните наш режим дня. Не звоните детям в «запретное» время.

В первые дни нахождения в лагере у ребенка проходит адаптация к новым условиям.

Если вам трудно унять тревогу за ребенка, позвоните тренеру, предварительно записав номер его мобильного телефона, или начальнику лагеря по тел.79-46-50.

Ребенку необходимо привыкать к самостоятельности, он должен понимать, что застилать кровать, следить за гигиеной, складывать свои вещи он будет самостоятельно!

## **ЗАПРЕЩЕННЫЕ ПОСТУПКИ РЕБЕНКА**

В детском лагере категорически запрещены действия ребенка, угрожающие его жизни и здоровью окружающих, наносящие вред природе:

- курение;
- употребление наркотических средств и алкогольных напитков;
- самостоятельный выход за территорию без сопровождения взрослых;
- порча или посягательство на имущество лагеря;
- неоднократное нарушение режима дня, правил поведения в лагере;

В случае совершения ребенком проступков, перечисленных в этом списке, мы будем вынуждены сообщить об этих нарушениях Вам и отчислить Вашего ребенка из лагеря.

Просим провести со своими детьми беседу о необходимости бережного отношения к материальным ценностям лагеря.

## **БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛАГЕРЕ:**

Лагерь круглосуточно охраняется, работает пропускной режим. По всему периметру территории имеется металлическое ограждение. В корпусах установлены противопожарные системы. Детям не разрешается покидать территорию лагеря без разрешения взрослых. После заезда в лагерь дети проходят инструктаж по правилам проживания, технике безопасности, пожарной безопасности на территории лагеря.

Перед открытием лагеря и между сменами проводится акарицидная (противоклещевая) обработка территории.

Гарантированная безопасность – это выполнение детьми внутренних правил распорядка дня!

## **ПОСЕЩЕНИЕ ДЕТЕЙ В ЛАГЕРЕ**

**ВНИМАНИЕ!** В соответствии с Санитарными правилами и нормами, Типовым положением о детских загородных лагерях, а также правилами внутреннего распорядка

ка оздоровительных лагерей с целью санитарно-эпидемиологического благополучия передвижение родителей и других посторонних лиц по территории лагеря, а тем более посещение спальных корпусов и других помещений НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!

Родители могут посетить ребенка в любой день смены с 10 до 20 часов (с 14.00 до 16.00 - тихий час). **Если Вы забираете ребенка на какое-то время с территории лагеря, Вам необходимо заполнить заявление установленной формы, указав причину отсутствия ребенка.**

### **ВНИМАНИЕ!**

Каждую смену проводится Родительский день! В этот день мы приглашаем родителей на территорию лагеря, у нас проходит концерт, подготовленный детьми, совместные мероприятия с участием родителей.

Мы рады будем также видеть вас на торжественных линейках, посвященных открытию и закрытию смен в лагере.

С 2014 года лагерь «Смена» носит почетное звание «Лагерь-мастер».

**ДОЛ «Смена» для всех – здоровье, отдых и успех!»**

**Желаем Вашим детям приятного и запоминающегося отдыха!**

**С уважением, администрация ДОЛ «Смена».**