

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ,

отправляющих детей в загородный оздоровительный центр

ДОКУМЕНТЫ

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">✓ Документы удостоверяющие личность (свидетельство о рождении, паспорт для детей достигших 14 лет, только ксерокопии).✓ Ксерокопия медицинского полиса.✓ Путёвка | <ul style="list-style-type: none">✓ Справка о состоянии здоровья и эпидокружении (об отсутствии карантина) из детской поликлиники (срок действия справки 3 дня со дня выдачи);✓ Справка 079-у (из школы или поликлиники). Справка действительна 1 месяц;✓ Прививочная форма 063. Действует с сентября месяца. Если прививки вписаны в 079-у, то эта справка не обязательна. Также можно заменить форму 063 прививочным сертификатом.✓ Результат проверок на педикулез и чесотку (можно взять у врача в школьном медпункте, обычно вписан в 079-у).✓ Результаты анализов на энтеробиоз и я/глист (справка действительна 2 недели). |
|--|---|

ЧТО ВЗЯТЬ НА СМЕНУ (рекомендация)

Предметы личной гигиены:

- ❖ Зубная щетка и паста;
- ❖ Мыло туалетное (обязательно в мыльнице);
- ❖ Шампунь;
- ❖ Мочалка;
- ❖ Мыло хозяйственное;

Одежда и обувь на летние смены:

- ❖ Спортивный костюм и закрытая спортивная обувь;
- ❖ Купальник (плавки), сланцы;
- ❖ Солнцезащитный головной убор;
- ❖ Удобная обувь для

Прочее:

- ❖ Костюм по тематике программы (по желанию);
- ❖ Письменные принадлежности, блокнот;
- ❖ Фломастеры;
- ❖ Любимая игрушка или книжка;

- ❖ Расческа;
- ❖ Щипчики маникюрные;
- ❖ Полотенца;
- ❖ Туалетная бумага;
- ❖ Носовые платки;
- ❖ Шариковый антиперсперант
- ❖ Крем от солнца, от комаров (на летние смены, в целях безопасности спреи запрещены!).

- повседневной носки;
- ❖ Несколько футболок или маек;
- ❖ Шорты, штаны;
- ❖ Несколько сменных рубашек, футболок с длинным рукавом;
- ❖ Тапочки;
- ❖ Нарядная одежда (для дискотеки, выступлений, костюм или платье для бала);
- ❖ 5-6 пар носков;
- ❖ Нижнее белье;
- ❖ Пижама или ночнушка;
- ❖ Куртка;
- ❖ Теплый свитер или кофта;
- ❖ Дождевик, резиновые сапоги.

- ❖ Музыкальные инструменты (при желании).

НЕЛЬЗЯ

Чего не следует брать с собой:

- ❖ Дорогой телефон, фотоаппарат, плеер, PSP и пр.;
- ❖ Ювелирные изделия;
- ❖ Много денег.

Запрещено брать:

- ❖ Ножи и другие острые предметы;
- ❖ Чайник и др. электроприборы;
- ❖ Дезодорант-спрей, спреи и пр.;
- ❖ Спички, зажигалки и пр.;
- ❖ Сигареты, снюсы и алкогольные напитки;
- ❖ Газированные напитки (кроме минеральной воды);
- ❖ Сухарики, чипсы, семечки, жевательная резинка;
- ❖ Супы, пюре, лапшу быстрого приготовления;
- ❖ Лекарства (если нет рекомендации врача).

ОПАСНО, КЛЕЩИ!

Надевайте головной убор,
лучше – косынку или капюшон.

Надевайте светлую одежду из
плотной, гладкой ткани – на ней
видно клещей, за нее им будет
сложнее цепляться.

Плотно застегивайте манжеты
и воротник, заправляйте
штанины в голенища высокой
закрой обуви.



Обрабатывайте одежду
(не кожу!) акарицидными
и репеллентными
препаратами, но знайте,
что они не гарантируют
полной защиты.



Держитесь
подальше от высокой
травы и кустарников -
клещи не поднимаются
выше полуметра
от земли.

Каждые два часа
обязательно
осматривайтесь,
помогите осмотреться
попутчикам.