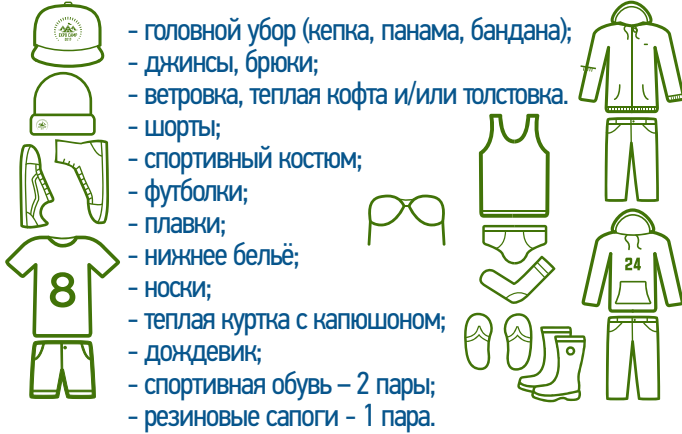


КАК СОБРАТЬ РЕБЁНКА В ЛАГЕРЬ NOMADS CAMP (рекомендации для родителей)

ОДЕЖДА:



ЕДА В ДОРОГУ:

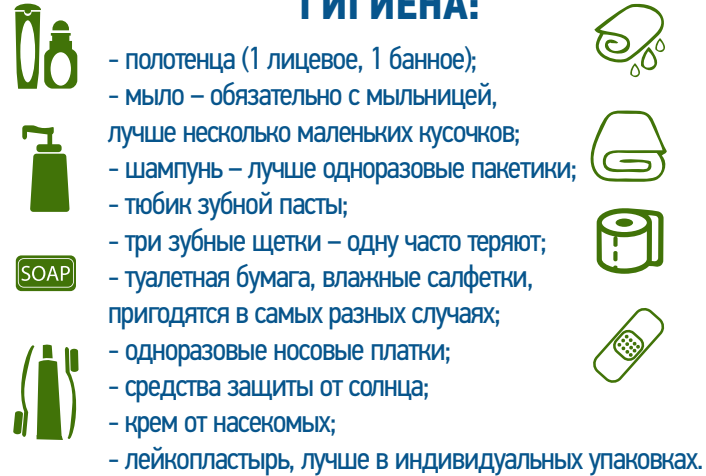
Полностью **исключить** скоропортящиеся продукты (котлеты, мясо и курицу, яйца, пирожки с начинкой, колбасу, консервы и т.д.), а также колу, лимонады, газировки.



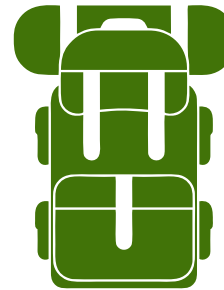
Лучшее питье – бутилированная негазированная вода.
Сок лучше взять в маленьких упаковках с трубочками.
Хороши мытые фрукты и овощи, печенье, выпечка без начинки, хлебцы. Еду лучше сложить в отдельный пакет, не забыть в него положить салфетки, в том числе влажные для обработки рук, а также отдельные пакеты для мусора.



ГИГИЕНА:



Собирая вещи, обратите внимание на то, куда Вы их упаковываете. Сумка или рюкзак должны быть удобными для Вашего ребёнка. Проверьте замки, молнии, проверьте и укрепите ручки. Желательно, чтобы сумка или рюкзак были с наружными карманами.

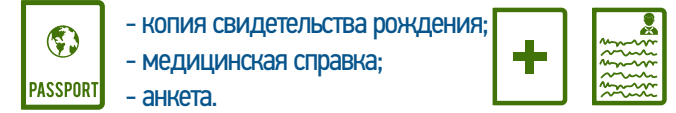


НЕ БРАТЬ:

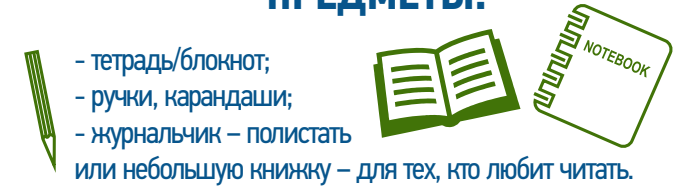
- парфюмерию в стеклянном флаконе;
- ювелирные украшения;
- дорогую аппаратуру, гаджеты.



ДОКУМЕНТЫ:



ПРЕДМЕТЫ:



ВНИМАНИЕ!

Обязательно нужна справка от врача!

Если Вашему ребёнку нужны особые лекарства, лучше отдать их медицинскому работнику лагеря, чтобы кто-нибудь из детей не использовал их по собственному усмотрению. К лекарству следует приложить инструкцию по применению (или рецепт). Укажите в анкете, если ваш ребёнок не переносит каких-то нагрузок. Так же требуется описание хронических заболеваний ребенка, аллергии, личных предпочтений в питании/диете ребенка, увлечений и других индивидуальных качеств.

НЕОБХОДИМО НАСТОЯТЕЛЬНО УБЕДИТЬ РЕБЁНКА:

- чистить зубы не только утром, но и на ночь;
- соблюдать правила личной гигиены;
- прибирать свои вещи, не оставлять их без присмотра;
- выполнять все инструкции по безопасности;
- не отлучаться из лагеря без сопровождения взрослых;
- выполнять рекомендации инструкторов лагеря.