



Что взять ребёнку с собой в лагерь?

Подготовка ребёнка к лагерю -- важное мероприятие. Список необходимых предметов для комфортной и безопасной поездки.

Личные вещи

- Одежда на каждый день, включая нижнее белье, носки, майки, шорты и футболки
- Купальный костюм, полотенце и плавательные тапочки
- Пижама и тапочки для внутренних помещений
- Личные гигиенические принадлежности: зубная щетка, зубная паста, шампунь, гель для душа и прочие необходимые средства

Обувь

- Кроссовки или спортивная обувь для занятий спортом и прогулок
- Шлепанцы или легкая обувь для душа и плавания
- Балетки или сандалии для праздничных мероприятий

Защита от солнца и насекомых

- Солнцезащитные очки и крем с высоким уровнем SPF
- Репеллент от насекомых или комаров

Столовые принадлежности

- Водная бутылка для переноса
- Переносной контейнер для перекусов и ланчбокс
- Персональные столовые приборы: вилка, ложка, нож

Дополнительные предметы

- Удобный рюкзак или сумка для переноски вещей
- Фонарик
- Электронные девайсы: мобильный телефон, зарядка, наушники

Медицинские принадлежности

- Лекарства, если у ребенка есть какие-либо хронические заболевания или он регулярно принимает лекарства по рецепту врача
- Персональная аптечка с основными медикаментами - анальгетики, средства для обезболивания, пластыри

Документы

- Копия всех необходимых медицинских документов (медицинская карта

или справка от врача)

- Контактная информация родителей или опекунов
- Копия медицинской страховки

Этот чек-лист поможет вам успешно собрать ребёнка в лагерь, не забыв о вещах первой важности на отдыхе. Увлекательных каникул!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?