

Чемоданное настроение

Как собрать ребенка в лагерь без паники и лишних вещей

Неумолимо приближается лето, и тысячи детей уже заждались момента, когда наконец-то попрощаются на время с родителями и их отеческим контролем и отправятся в загородный лагерь. Для ребенка это радость и свобода. А для родителей? Помимо расставания с любимым дитятей главное испытание для мам и пап – упаковать чемодан. Как ничего не забыть, но и не нагрузить ребенка так, что он не донесет багаж до автобуса? Мы собрали советы опытных родителей, вожатых и специалистов Роспотребнадзора.

■ Иван ТИХОМИРОВ

Все записать и все подписать!

Начните с листа бумаги. Составьте перечень всего, что кладете. Один экземпляр оставьте себе, второй положите ребенку в карман рюкзака. Когда настанет время собираться домой, этот магический список спасет забытые под кроватью шлепанцы.

И еще один лайфхак, который невозможно переоценить: подпишите все. Носки, трусы, футболки, полотенца, зарядку для телефона и даже зубную пасту. В лагере вещи имеют удивительное свойство путешествовать из комнаты в комнату. Несмываемый маркер или наклейки с фамилией – и ваш ребенок гарантированно вернется домой не в чужой кепке.

Принцип семи футболок

Никаких накрахмаленных рубашек и белых брюк. Лагерь – это зона комфорта и легкой грязи: трава, песок, краски для «Зарницы» и пятна от мороженого. Идеальная формула – дышащий хлопок и запас на 10–14 дней. Вот универсальный набор:

- Футболки – 7–8 штук. Одну обязательно белую: в конце смены на ней распишутся новые лучшие друзья.
- Шорты и штаны – по 2–3 пары. Не забудьте положить джинсы или плотные брюки – они пригодятся для вечерних посиделок у костра, когда воздух становится прохладным.
- Кофта с длинным рукавом и толстовка – две штуки. Даже в самые теплые летние месяцы бывают холодные ночи.
- Спортивная форма и одно нарядное платье или рубашка – для дискотеки и концерта.

Отдельная история – нижнее белье и носки. Многие бывалые родители советуют взять столько пар трусов и носков, сколько дней ребенок пробудет в лагере. Потому что стирать умеют не все, да и вывесить свое белье для просушки ребенок может просто постесняться, а влажные вещи, натянутые на себя, – верный путь к простуде и другим заболеваниям. Если ребенок не готов к подвигам прачки, пусть лучше каждый день надевает новый комплект.

Четыре пары – не роскошь

Самая частая ошибка – дать ребенку с собой новые кеды «на вырост». В результате после первого же футбольного матча или похода мозоли обеспечены.



Обувь должна быть разношенной и удобной. Обязательный минимум:

1. Кроссовки или кеды – для спорта и прогулок.
2. Сандалии или легкие босоножки – для перемещения по территории.
3. Тапочки – для спального корпуса.
4. Резиновые шлепанцы – только для душа и пляжа. Грибок-то ведь никто не отменял!

Гигиена без сюрпризов

Ребенок должен четко знать: чужой зубной щеткой и мочалкой не пользуются даже лучшие друзья. В косметичку кладем:

- Зубную пасту и две щетки (одна запасная).
- Мыло, мочалку, шампунь и гель для душа в закрывающихся флаконах.
- Расческу и для девочек – килограмм резинок и заколок (они теряются с космической скоростью).
- Три полотенца: для лица, для душа и для пляжа.
- Влажные салфетки и бумажные платочки – большая упаковка.

И отдельный пакет для грязного белья. Если его не положить, ароматом нестираных вещей пропитается все, что находится в чемодане.

Телефон, фонарик и... кусочек дома

О гаджетах договоритесь заранее: в большинстве лагерей телефоны выдают на час вечером, чтобы дети не сидели в них вместо волейбола и дискотек. Зарядку и

«**В рамках летней оздоровительной кампании в этом году на территории Ярославской области запланирована работа 479 объектов отдыха и оздоровления детей, в том числе загородных, с дневным пребыванием, труда и отдыха, специализированных различной направленности, палаточных. Для работы в них в летний период будут привлечены более 3 тысяч педагогических и медицинских работников. На базах Ярославского государственного педагогического университета им. К.Д. Ушинского и колледжей региона организована подготовка вожатых.**»

пауэрбанк положите обязательно – розеток в комнатах катастрофически не хватает.

Маленький фонарик станет героем всех ночных историй. А любимая мягкая игрушка размером не больше ладошки поможет в первые два дня, когда тоска по дому особенно остра. Еще пригодятся книга, настольная игра в дорожной упаковке и блокнот для рисования.

Что точно не надо брать

Не забывайте при сборах и про «черный список». Хотя руки так и тянутся положить «что-нибудь вкусненькое», лучше оставить это дома. Колбаса, йогурты и торты в рюкзаке через пять часов превратятся в биологическое оружие. Никакой газировки и лапши быстрого приготовления – в лагере пятиразовое питание, голодным никто не останется.

Под запретом также дорогие украшения, планшеты за сто тысяч и золотые цепочки. Лагерь – это не место для статуса, а место для игр, где вещи легко теряются и бьются.

Ну и очевидное: ни в коем случае не позволяйте ребенку брать

с собой ножи, спички, петарды – это уже не совет, а правило безопасности.

Отпустите ситуацию

Но, как ни крути, самый трудный этап сборов – психологический. Договоритесь с ребенком о времени звонков: например, после ужина. Объясните, что если вы не взяли трубку, это не катастрофа – вы перезвоните. Не пугайтесь первых слез в СМС – так часто бывает. Но практически всегда уже после первой дискотеки или похода дети пишут: «Мам, все круто, остаюсь еще на смену».

Собирайте вещи вместе: пусть чадо само сложит свои носки и заодно запомнит, где что лежит. И не забудьте в самом конце – на самый верх или в боковой карман чемодана – положить записку. Теплую, смешную, всего на две строчки: «Сынок, ты молодец. Ешь котлеты и не забывай чистить зубы!» Поверьте, это работает лучше любого дорогого гаджета.

Счастливой смены и правильного чемодана! ■

ФОТО СГЕНЕРИРОВАНО НЕЙРОСЕТЬЮ

ЛЕТНИЙ ОТДЫХ

Открываются первые смены

Для летнего детского отдыха в Ярославской области подготовлены уникальные программы.

В Ярославской области организовано отдохнут более 51 тысячи детей, в том числе бесплатно – 10 тысяч находящихся в трудной жизненной ситуации. Открываются загородные, палаточные и профильные лагеря, лагеря с дневным пребыванием, лагеря труда и отдыха.

Всего будет задействовано 485 организаций. Для работы в них в летний период привлекут более 3 тысяч педагогических и 400 медицинских работников. На базе ЯГПУ им. К.Д. Ушинского и колледжей региона прошли подготовку 840 вожатых.

Воспитательная работа ориентирована на базовые ценности, которые способствуют всестороннему развитию личности ребенка и его успешной социализации в современных условиях. Уже разработаны соответствующие программы и календарные планы.

Детский санаторий «Искра» запускает шесть уникальных летних программ. Все они направлены на развитие творческого потенциала каждого ребенка. За летние смены лагерь примет порядка 2500 детей. Здесь выполнен косметический ремонт ряда помещений.

Кроме того, в этом году максимально задействован для детской оздоровительной кампании санаторий «Сосновый бор». В этом году здесь впервые откроется профильная смена всероссийского детского движения «Движение Первых». Ее участников ждет насыщенная программа, сочетающая творчество, личностное развитие и активный отдых на свежем воздухе.

Ярославские подростки летом будут не только отдыхать, но и работать. Вакансии есть для более чем полутора тысяч человек.

В ярмарке вакансий приняли участие работодатели из сфер общепита, гостиничного бизнеса, связи, а также молодежные организации.

Трудоустройство несовершеннолетних проходит в рамках национального проекта «Кадров». Официально оформленные подростки смогут получать зарплату не ниже МРОТ. Дополнительно подросткам, устроившимся через службу занятости, предусмотрена выплата из областного бюджета в размере 1863 рублей за полный месяц работы.

Подобная занятость помогает школьникам получить первый трудовой опыт и познакомиться с требованиями работодателей.