



JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO DO WYJAZDU NA OBÓZ I KOLONIE?

W trosce o komfortowy i zdrowy pobyt dziecka na koloniach i obozach, sugerujemy uczestnika wyposażyc w:

PRZYBORY TOALETOWE: mydło w płynie, szampon, krem z filtrem oraz krem lub balsam po opalaniu - dezodorant, coś na kleszcze i komary, szczoteczka i pasta do zębów - szczotka lub grzebień do włosów - środki higieniczne: chusteczki higieniczne i nawilżające

RĘCZNIKI: 1 duży kąpielowy lub 1 plażowy, 1 średni pod prysznic, **SRÓJ KĄPIELOWY**

BIELIZNA: piżama lub koszulka nocna, - bielizna (majteczki, skarpetki), podkoszulki - bluzeczki na każdy dzień pobytu

UBRANIA: czapka z daszkiem/nakrycie głowy, spodnie długie (2-3szt.), spodnie ¾ (2szt.), spodenki krótkie (3 szt.), dres, bluza z długim rękawem w tym jedna polarowa (2 szt.), strój dyskotekowy, kurtka przeciwdeszczowa z kapturem.

NA ZAJĘCIA SURVIVALOWE: Śpiwór dla chętnych, którzy będą chcieli spać w namiocie podczas zajęć survivalowych. Koszulka i spodnie do wybrudzenia na zajęcia survivalowe.

OBUWIE: buty sportowe (1 para), klapki pod prysznic (1para), sandały lub crocysy lub wygodne buty do chodzenia po ośrodku.

DODATKOWO: plecak (mały/średni), okulary słoneczne, mała poduszeczka (na drogę), torba/worek na brudną odzież. Prosimy również, aby dziecko zabrało ze sobą piórnik - szczególnie młodsze grupy!!!!

BAGAŻ: Prosimy zapakować rzeczy dziecka w miękką torbę podróżną lub walizki.

SPIS RZECZY: dla tych dzieci, które mogą mieć problem z zapamiętaniem swoich ubrań!!!

DOKUMENTY, LEKI i parafarmaceutyki: LEGITYMACJA SZKOLNA, KARTA OBOZU, leki przyjmowane na stałe przez dziecko oraz leki, które można dziecku podać doraźnie. Spis leków oraz sposób podawania, obowiązkowy i zalecany (np. w przypadku bólu głowy, gorączki itd.). Kartkę i leki wkładamy do torebki lub kosmetyczki, podpisujemy i przekazujemy wychowawcy przy autokarze. Dobrze jest wyposażyc dziecko w płyn przeciw komarom i preparat do posmarowania w razie ukąszenia przez owady.

PODRÓŻ: Jeżeli dziecko ma chorobę lokomocyjną, na godzinę przed podróżą prosimy podać lek (np. aviomarin) i wyposażyc w dostateczną ilość tabletek. Na drogę do plecaka proponujemy zapakować: coś do czytania, karty, grę, zeszyt lub notes, długopis, chusteczki higieniczne, chusteczki nawilżające, poduszczkę, kanapki lekkie, wodę niegazowaną lub soczki (2 szt.), słodką bułkę, ciasteczka, cukierki miętowe lub owocowe. Niewskazane są chipsy, cola, a zwłaszcza czekoladowe.

KIESZONKOWE: prosimy pieniądze włożyć w podpisaną kopertę w banknotach po 10,00 zł oraz 20, 00 zł i przekazać wychowawcy wraz z ewentualnym spisem i dawkowaniem leków przy autokarze. Na terenie ośrodka znajduje się sklepik.

SZKOLENIE WINDSURFINGOWE/ZAJĘCIA WODNE: uczestnicy otrzymają pianki. Zalecamy buty z miękką podeszwą do windsurfingu i kajaków.

W przypadku jakichkolwiek pytań, prosimy o kontakt z biurem:

Tel. kom. +48 504 179 348