

## Letní zážitkový tábor INDIÁNSKÉ LÉTO 2015

### SEZNAM VĚCÍ A POKYNY KE SBALENÍ

#### POVINNÁ VÝBAVA:

OBUV	
1x	sportovní boty, tenisky
1x	pevná obuv do lesa
1x	gumové holiny
1x	přezůvky do sprchy i k bazénu (kroksy , gumové nazouváky - s pevnou podrážkou )
1x	přezůvky (vhodné pro pohyb po hotelu) <b>přezůvky vložte do příručního batůžku, který budou mít u sebe v autobusu.</b>
OBLEČENÍ	
1x	oblečení do chaty (pohodlné kalhoty a nebo tepláky, triko, které bude mít dítě jen na pobyt v chatě – vždy suché a čisté)
3x	tepláky nebo kalhoty do přírody
2x	kraťasy
1x	šustáková bunda
1x	teplejší mikina nebo svetr
2x	triko s dlouhým rukávem nebo košile
4x	triko s krátkým rukávem
1x	pyžamo – souprava na spaní (pohodlné kalhoty a triko s dlouhým rukávem, příp. souprava termo prádla, teplé ponožky)
	ponožky – v dostatečném množství - i náhradní, nad počet strávených dní
2x	teplé ponožky
	spodní prádlo – v dostatečném množství - i náhradní, nad počet strávených dní
1x	letní pokrývka hlavy – kšiltovka, šátek
1x	teplejší pokrývka hlavy určená na spaní ve stanu
1x	plavky do bazénu
HYGIENA	
1-2x	ručník
2x	1x osuška k bazénu a 1x do sprchy – (bohužel nejde z hyg. hlediska kombinovat)
1x	toaletní potřeby: šampon, sprchový gel nebo mýdlo, kartáček a pasta na zuby, hřeben (vše uložit nejlépe do taštičky pro snadné přenášení do umývárny na patře)
1x	Papírové kapesníky (děti trpící alergickou rýmou raději i více)
1x	krém na opalování – z bezpečnostních důvodů <b>ne ve spreji</b>
1x	repelent proti klíšťatům – z bezpečnostních důvodů <b>ne ve spreji!</b>
1x	pytel na špinavé prádlo -(nejlépe <b>prodyšná</b> větší plátěná taška) ( používá se i staré povlečení z velkého polštáře)

OSTATNÍ POVINNÉ VYBAVENÍ	
1x	batůžek na výlet – nechat jako příruční zavazadlo do autobusu
1x	pláštěnka – <b>ne deštník!</b>
1x	svítilna, ruční nebo čelovka + náhradní baterie
1x	podepsaná uzavíratelná láhev na pití
1x	starší deka (do stanu, k ohni, na trávu...)
1x	spací pytel + malý polštářek ( využijeme , přestože jsou postele vybaveny dekami s povlečením)
1x	textilní šátek (využijeme na hry)
1x	tužka, pero, sešit, příp. pastelky, fixy
LÉKY	
Osobní léky – pokud dítě užívá, lékařská zpráva o pravidelném užívání léků, dávkování – <b>nepřibalujte léky do zavazadla</b> – při odjezdu nahlásit a předat zdravotníkovi	
Průkaz zdravotní pojišťovny – ofocená kopie obou stran na zdravotní dokumentaci – <b>při odjezdu předat zdravotníkovi</b>	

## DOPORUČENÁ VÝBAVA:

1x	sluneční brýle
1x	oblíbená hračka, plyšák
1x	hudební nástroj vhodný na tábor (bubínky, tamburíny, vyrobená chrastítka apod.)
1x	drobné společenské hry (pro dobu poledního klidu)
1x	<b>náhradní tenisky</b> pro případ promáčení sportovní obuvi
1x	knížka
	dopisní papíry, známky, obálky
	kapesné: na pohlednice, drobné sladkosti v hotelovém bufetu apod. Doporučujeme max. 300,-Kč (dle uvážení rodičů). S kapesným si děti hospodaří samy.

## POKYNY KE SBALENÍ:

- Přiložte dětem do zavazadla soupis sbalených věcí.
- Vše uložit do **podepsané** tašky, krosny nebo kufru + batůžek do autobusu, tak ať mají děti s sebou pouze dvě zavazadla: **podepsané** hlavní zavazadlo + **podepsaný** příruční batoh.
- Těm z vás, kterým se nepodaří umístit do hlavního zavazadla spacák a deku, umístěte ji do igelitového pytle, zavažte a viditelně podepište lihovou fixou.
- Prosíme rodiče, vyčleňte svým dětem na tábor věci, kterých při jejich případném zničení nebude škoda.
- Všechny věci (týká se především menších dětí) nějak označte, aby si je děti poznaly.
- Vybavte děti tak, aby jim nebylo horko v parných dnech a zima při chladném, deštivém počasí nebo večer u táboráku apod. Tzn.: ať mají i teplé oblečení na večer a náhradní teplé oblečení.
- Zkontrolujte **velikost sbalené obuvi!**
- Pokud dáte dětem s sebou drobné sladkosti, tak při jejich výběru myslíte na skladovací teplotu cca 30°C! Nedávejte dětem větší množství sladkostí a zásoby pití v PET lahvích!
  
- **NEDÁVEJTE DĚTEM S SEBOU ŽÁDNÉ:**
  - ELEKTRICKÉ PŘÍSTROJE – kulmy, fény, ani MP3, I-PEDY, notebooky, tablety, fotoaparáty, aj.) – byly by odebrány po celý pobyt.
  - NOŽE, NŮŽKY, ZBRANĚ (LUKY, PRAKY, OŠTĚPY, ŠIPKY, HVĚZDICE, NUNČAKY, OBUŠKY, PARALITICKÉ SPREJE, PYROTECHNIKU, SIRKY, ZAPALOVAČ, apod.) - byly by odebrány po celý pobyt.
  - NEDÁVEJTE DĚTEM JINÉ LÉKY, NEŽ KTERÉ MUSÍ PRAVIDELNĚ UŽÍVAT. Léky nepravidelně užívané (např. analgetika, antipyretika) jsou obsaženy v táborové lékárně.
  - CENNOSTI – zlaté náušnice, řetízky, prstýnky apod.

Výjimkou je mobilní telefon, který můžete dětem na tábor přibalit.

- Mobilní telefon bude po příjezdu do tábora dětem odebrán a následně ho budou dostávat vždy jen v době poledního klidu.
- Po dobu odebrání budou označené a vypnuté telefony uschovány v táborovém trezoru.
- Na pokojích nebude dovoleno manipulovat s žádným el. zařízením, tedy ani s nabíječkou mobilu, proto zvažte, zda je mobil na tábor nezbytný - vše podstatné z dění na táboře se budete dozvídat z webových stránek každý večer a pro naléhavé případy vám bude předán kontakt na vedoucí tábora.
  
- **Ráno v den odjezdu podejte doma dítěti uklidňující lék např. "kinedril".**  
Cesta autobusem potrvá cca 1.5 hod. směr Šternberk, Břidličná.....
- **Poštu můžete posílat dětem na níže uvedenou adresu:**  
Rekreační středisko Relaxa, Žďárský potok 64, Stará Ves u Rýmařova, 793 43

NEPOSÍLEJTE POŠTOU VĚTŠÍ MNOŽSTVÍ POTRAVIN A SLADKOSTÍ!