

### **Lista na obóz:**

- aktualne badania lekarskie /ksero przekazujemy wraz z kartą kwalifikacyjną/ lub oświadczenie
- kimono - jeśli jest to więcej niż jeden komplet, pas. (W przypadku braku kimona biały t-shirt do ćwiczenia)
- komplet ochraniaczy
- ciepłe ubrania (bluzy, spodnie)
- zimowe buty (KONIECZNIE)
- czapka zimowa x 2
- rękawiczki x 2 ( w tym jedno nieprzemakalne, nie szmaciane)
- klapki pod prysznic
- kapcie do chodzenia po ośrodku /tenisówki na halę
- zmiany bielizny
- ciepłe skarpety
- ciepła piżama
- spodnie zimowe typu narciarskie
- przybory toaletowe
- ręcznik x 2 (większy i mniejszy)
- krem ochronny z filtrem UV
- Strój kąpielowy, czepek (nieprzemakalny, zwłaszcza dziewczynki z dłuższymi włosami), okulary do pływania (ew. rękawki, kapoki do pływania)
- dres
- legitymacja szkolna
- zeszyt + długopis + flamaster
- leki - jeśli konieczne - plus informacja o tym dla nas (Jeśli dziecko bierze systematycznie leki, należy spakować je, wraz z czytelny opisem dawkowania, w osobną torbę, którą należy przekazać wychowawcom na zbiórce. Poza tym nie dajemy dzieciom żadnych leków. Zgodnie z obowiązującymi przepisami dziecko nie może posiadać w pokoju żadnych lekarstw.)
- suchy prowiant na drogę
- torbę lub plecak na rzeczy podręczne
- strój dyskotekowy ☺
- kieszonkowe (jeżeli ma być wydzielane przez wychowawców prosimy o małe nominały w podpisanej kopercie format DL ☑)
- pieniądze na wynajem sprzętu narciarskiego i opłatę za stok (dotyczy dzieci, które nie zabierają sprzętu ze sobą i które będą jeździć na nartach)
- opcjonalnie: Latarkę, zegarek, aparat fotograficzny
- reklamówka albo worek na brudne rzeczy
- DOBRY HUMOR ☺

*\* Szczególnie przy młodszych dzieciach prosimy o podpisywanie rzeczy (IMIENIEM I NAZWISKIEM), co zminimalizuje ryzyko ich zagubienia lub stworzenie i spakowanie dziecku listy rzeczy które zabiera, co pomoże mu skompletować rzeczy na zakończenie obozu.*

### **CHOROBA LOKOMOCYJNA**

Jeśli dziecko cierpi na chorobę lokomocyjną, proszę o podanie dziecku leku przed wyjazdem i poinformowanie o tym wychowawców, ponieważ leki działają kilka godzin i możliwe że trzeba będzie podać kolejną dawkę w trakcie jazdy.

Bardzo proszę o wyposażenie dzieci w leki (Aviomarin itp.) a także w woreczki które mogą być potrzebne jeśli dziecko będzie wymiotować. Proszę również aby dzieci miały „pod ręką” bluzkę na przebranie, aby nie trzeba było rozpakowywać autokaru w

poszukiwaniu ubrania na zmianę.

### **Telefony komórkowe i komputery (tablety) na obozie**

Jeśli dzieci będą mieć telefony, zgodnie ze zwyczajem opiekunowie będą zbierać telefony komórkowe i udostępniać do kontaktu z rodzicami raz dziennie. Tablety zostawiamy w domu :) Zalecamy aby dzieci miały zegarki ☺

### **Sposób kontaktu rodziców z dziećmi i odwrotnie**

Szczegółowy godzinowy harmonogram zajęć ustalimy w pierwszym dniu pobytu. Określimy wówczas godziny, w których dzieci oraz opiekunowie będą dostępni pod telefonem.

### **Pieniądze i wartościowe przedmioty**

Prosimy o przekazywanie w dniu wyjazdów pieniędzy (nominały po 10 zł) w podpisanych kopertach oraz opisem po ile dziennie możemy dzieciom wydawać. Zwykle rodzice ustalają limit od 10 do 20 zł dziennie. Wartościowe przedmioty będzie można zostawić w depozycie u wychowawców. Przekazywanie pieniędzy wychowawcom nie jest obowiązkiem.

### **Jedzenie**

W trakcie trwania obozu obowiązuje całkowity zakaz spożywania napojów gazowanych, chipsów oraz słodyczy (czekolada) . Prosimy o nie dawanie dzieciom rzeczy szybko psujących się – w pokojach nie ma lodówek.

### **Relacje z obozu**

Kazik śpiewał: „Wyjechali na wakacje wszyscy nasi podopieczni....,” jednak gdyby rodzice zatęsknili za swoimi pociechami, na naszym profilu facebookowym <https://www.facebook.com/kanku.bialystok/> codziennie (w miarę możliwości) w godzinach wieczornych będzie pojawiała się relacja z danego dnia obozu. Można podejrzeć :)

### **UWAGA!!!**

Wystawiamy zaświadczenia oraz rachunki potrzebne przy realizacji dofinansowania z zakładu pracy – kontakt Magdalena Cymmerman, tel. 668 400 552 lub [m.cymmerman@gmail.com](mailto:m.cymmerman@gmail.com)