

CO S SEBOU NA ZIMÁK

aneb co zabalit a připsat do seznamu na náš zimní pobyt

Vážení rodiče, úvodem přinášíme pár důležitých rad, prosím přečtěte:

1. ideálním zavazadlem je **cestovní kufr** nebo **cestovní taška**, výhodou je mít s sebou i **batůžek**, ovšem vždy vše pevné a bytelné...
2. **označte oblečení/věci** značkou/iniciály (za ztráty neneseme odpovědnost)
3. tak jako Vaše maminky, přiložte (nalepte) do zavazadla **konečný seznam věcí**, velice nám to usnadní balení, děti si často své věci nepoznají.

NUTNÉ

oblečení: dobré oblečení do zimního počasí na týdenní pobyt – sportovní oblečení, nepromokavá bunda, zateplené lyžařské kalhoty, termoprádlo, ponožky slabé i silné, mikiny, trička, tepláky, čepice, šála, rukavice, spodní prádlo, oblečení na spaní

obuv: vysoké zimní boty (nejlépe dvoje), pantofle

lyžařská výzbroj a výstroj: lyže (vykrojené), seřízené vázání, lyžařské boty, hůlky, helma, rukavice, kukla

SET Z PŮJČOVNY = lyže (vykrojené), hůlky, helma a lyžáky, **brýle** nutno mít své

hygienické potřeby: osobní dezinfekce, ochrana úst, mýdlo, šampon, pasta, kartáček, krém na obličej, ručník, osuška, krém na opalování, lůj na rty, popř. dívčí hygiena atd.

ostatní: osobní léky, sluneční (příp. dioptrické) brýle, kapesníky

NEZAPOMEŇTE NA

- 100% zdravotní stav v den odjezdu
- lékařský posudek od doktora
- novou bezinfekčnost a zdravotní dotazník
- důkladné zkontrolování vlasů (prevence před zavšivením, výskytem hnid)
- prohlášení o seřízení vázání (pro ty, co mají vlastní výbavu)
- kopii průkazky zdravotního pojištění
- kapesné (cca 300 – 500 Kč, záleží na rodičích)
- **označit oblečení/věci** značkou, aby se lépe poznaly
- **přehledný seznam** věcí co má účastník s sebou do zavazadla

HODÍ SE MÍT

- oblíbená hračka (plyšák, talisman)
- svítilna s náhradními bateriemi
- blok, pastelky, fixy, propiska, dopisní papíry, obálky se známkou
- kniha, oblíbená hra, karty, kostky apod.

NEVHODNÉ AŽ ZAKÁZANÉ

- **cenné věci** (velké kapesné, šperky, elektronika, drahé či nové oblečení)
- **dětské zbraně** (nebezpečí zranění)
- **nože, sirky, zapalovače**
- **mobilní telefon** (mladší děti)