

JAK PRZYGOTOWAĆ DZIECKO DO WYJAZDU NA ZIMOWISKO

W trosce o komfortowy i zdrowy pobyt dziecka na zimowisku, sugerujemy uczestnika wyposażyć w :

PRZYBORY TOALETOWE: Mydło w płynie, szampon, dezodorant, najlepiej kulkowy, szczoteczka i pasta do zębów -szczotka lub grzebień do włosów - środki higieniczne: chusteczki higieniczne i nawilżające

RĘCZNIKI: 1 duży kąpielowy, 1 mały (średni), 1 mały do rąk

BIELIZNA: 2 piżamy lub koszulki nocne, - bieliznę (majteczki, skarpetki), podkoszulki- bluzeczki na każdy dzień pobytu

UBRANIA:spodnie długie (2-3szt.), Spodnie ocieplane 2 szt., dres, bluzy z długim rękawem w tym jedna polarowa (2 szt.),bluza z kapturem (1szt.) - kurtka przeciwdeszczowa z kapturem.

OBUWIE: buty np. adidas (2 pary), ciepłe buty zimowe (2 pary) tenisówki (1 para), klapki pod prysznic (1para)

DODATKOWO:plecaczek (średni), okulary słoneczne, malutka poduszczonek (na drogę), **ulubiona maskotka**, torbę na brudną odzież.

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

LEKI i Parafarmaceutyki : 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.. choroba lokomocyjna) prosimy przygotować na formularzu (upoważnienie do podawania leków) która **musi** być podpisana przez rodzica lub opiekuna prawnego. Kartkę i leki wkładamy to torebki lub kosmetyczki, podpisujemy i przekazujemy wychowawcy przy autokarze.

PODRÓŻ: Jeżeli dziecko ma chorobę lokomocyjną, na godzinę przed podróżą prosimy podać lek(np. aviomarin) i wyposażyć w dostateczną ilość tabletek , biorąc pod uwagę wycieczki na miejscu!

Na drogę do plecaczka proponujemy zapakować: coś do czytania, karty, grę ,zeszyt lub notesik , długopis, chusteczki higieniczne, chusteczki nawilżające, poduszczonek, maskotkę, kanapki lekkie, jabłko, wodę niegazowaną lub lekko gazowaną w małych butelkach (2 szt.), soczki (2 szt.), słodką bułkę, ciasteczka, wafelki, cukierki miętowe lub owocowe. **Niewskazane są** chipsy, cola, bułki z wędliną, nadmiar słodczy oraz termosy z herbatą. Na podróż powrotną organizator zapewnia suchy prowiant.

KIESZONKOWE: prosimy pieniądze włożyć w podpisaną kopertę w banknotach po 10,00 zł oraz 20, 00 zł i przekazać wychowawcy lub kierownikowi kolonii wraz z ewentualnym spisem i dawkowaniem leków przy autokarze.

W przypadku jakichkolwiek pytań, prosimy o kontakt z biurem