



Niezbędnik obozowy — Ferie 2018



Jak przygotować się do wyjazdu?

Dla tych, którzy na zimowiska jadą z nami po raz pierwszy, oraz dla doświadczonych uczestników w ramach przypomnienia – **stworzyliśmy obozowy niezbędnik**. Jak przygotować się do wyjazdu na ferie zimowe? Co ze sobą zabrać? Jak się dobrze spakować? Czy brać ze sobą jakieś pieniądze? Odpowiemy na wszystkie wasze pytania!

Jak spakować się na zimowiska?

Wiadomo, że na narciarski czy snowboardowy obóz w górach trzeba zabrać trochę ekwipunku. Ale podstawową zasadą każdego pakowania jest to, by zabrać ze sobą tylko naprawdę potrzebne rzeczy! Nasza propozycja jest taka, aby ograniczyć się do torby lub plecaka o maksymalnej **objętości 80 litrów**. Jeżeli coś się nie mieści - zastanówmy się, czy wszystko co włożyliśmy do środka rzeczywiście się przyda.

Zabieramy ze sobą:

- bieliznę (najlepiej 1 zestaw na każdy dzień wyjazdu w góry i zapasowe, grube skarpety)
- dwie pary butów (jedna para lekkiego obuwia i druga para, ocieplana i zakrywająca całą stopę – najlepiej nieprzemakalna)
- wygodny strój sportowy do zajęć w terenie albo na świeżym powietrzu - najlepiej nieprzemakalny
- ciepły szalik, ulubioną czapkę i rękawiczki, które nie zamokną na śniegu
- bluzę z długim rękawem na chłodniejsze wieczory
- t-shirty, bluzki i spodnie na zmianę
- piżamę do spania
- strój narciarski, jeżeli bierzesz udział w zajęciach na stoku
- jeżeli jeździsz na stoku i nie wypożyczasz sprzętu – własny kask, gogle, buty narciarskie, a także narty i kijki albo deskę snowboardową

A ponadto:

- krem z filtrem UV - ochrona skóry przed zimowym, górskim słońcem jest niezwykle ważna!
- ręcznik i środki higieny osobistej (takie jak szampon, pasta do zębów i szczoteczka)
- niewielki i wygodny plecak albo torbę na krótkie wyprawy
- klapki i strój kąpielowy

Aby mieć pewność, że do domu wrócimy ze wszystkim, co spakowaliśmy w góry, warto przygotować **listę zabieranych rzeczy**. Potem, podczas pakowania, wystarczy tylko sprawdzić czy wszystko jest! A kiedy przygotowujemy już listę, zabieramy się za pakowanie. Na dno plecaka trafiają największe i najcięższe przedmioty – buty na zmianę, bluzy, ręcznik. Wyżej pakujemy wszystko co małe albo łatwe do uszkodzenia – bielizna, ukochana książka, kosmetyki (najlepiej wygodnie spakowane w kosmetyczkę).

Rodzicom młodszych obozowiczów radzimy **podpisać zabierane przez nich rzeczy** – w ferworze zimowej zabawy nasi uczestnicy potrafią zapomnieć, z czym przyjechali na obóz!



Niezbędnik obozowy — Ferie 2018



Które dokumenty ze sobą zabrać?

Jeżeli nie przesłaliście jej do biura, koniecznie zabierzcie ze sobą wypełnioną, podpisaną przez rodziców **kartę obozową**. Poza tym nie zapomnijcie o:

- legitymacji szkolnej
- numerze PESEL

Czy będę potrzebować gotówki na obozie?

Wszystkie świadczenia na obozach i zimowiskach są już opłacone, które są przedstawione w ofercie wypoczynku – możesz bez problemu obyć się bez gotówki. Ale wiadomo, że jakieś kieszonkowe zawsze się przyda! Naszym zdaniem około **5-8 złotych na dzień pobytu** w zupełności wystarczy. Młodszym uczestnikom polecamy zabrać kieszonkowe w drobnych banknotach i zdeponować je razem z dokumentami u kierownika obozu.

Czy zabierać telefon, laptop i inną elektronikę?

Podejrzewamy, że ciężko będzie Wam rozstać się z telefonem... mimo to proponujemy zabrać podstawowy model, którego zgubienie albo uszkodzenie podczas licznych atrakcji nie będzie aż tak bolesne. Jeżeli zdecydujecie się na telefon, nie zapomnijcie zabrać do niego ładowarki.

Pozostałą elektronikę radzimy zostawić w domu. Niemal cały dzień będziecie przebywać poza pokojem. Czytniki książek, tablety i laptopy tylko niepotrzebnie obciążą Wasze plecaki – na obozie spędzamy tyle czasu na zajęciach, często poza ośrodkiem, że na pewno zabraknie Wam czasu na korzystanie z tych urządzeń.

Czy warto zabrać aparat fotograficzny?

Codziennie na naszych [profilach na Facebooku](#) będą pojawiać się fotorelacje z obozów! Wiadomo jednak, że własne zdjęcia to zawsze fajna pamiątka, dlatego jeżeli lubicie robić zdjęcia – spakujcie także aparat. Uważajcie jednak na niego, nie zostawiajcie bez opieki i zwracajcie uwagę co się z nim dzieje podczas wycieczek i w deszczu. Proponujemy, by rodzice wyposażyli młodszych uczestników w podstawowe, tańsze modele aparatów.

Lekarstwa

Wszystkie przywiezione na obóz leki powinny zostać podpisane i przekazane wychowawcy wraz z dokładną instrukcją dawkowania leku – dotyczy to szczególnie młodszych obozowiczów. Jeśli znajdzie taka potrzeba, podstawowej pomocy medycznej udzieli pielęgniarka lub lekarz albo nasi specjalnie przeszkoleni opiekunowie i instruktorzy. Rodziców prosimy dodatkowo o odnotowanie ważnych informacji medycznych na karcie obozowej.