

Co zabalit s sebou na tábor?

Berte tento dokument jen jako doporučený návod co zabalit s sebou dítěti na tábor.

Nejdůležitější věci jsou zvýrazněny.

Dokumenty: (bez těchto nemůžeme dítě na tábor převzít)

Očkovací průkaz (stačí kopie)

Kartičku pojištěnce (stačí kopie)

Zdravotní list táborníka – s datem max jeden den před nástupem na tábor

Posudek lékaře o zdravotním stavu dítěte – ne starší 24 měsíců

Dodatek přihlášky

Oblečení na 14 dní:

- **1x bílé bavlněné triko na batikování**
- **1x pokrývka hlavy (kšiltovka, klobouk), sluneční brýle**
- **1x pláštěnka**
- 1x spací oblečení (pyžamo) – u menších dětí doporučujeme i náhradní
- 7x triko s krátkým rukávem
- 3x triko s dlouhým rukávem
- 3x kraťasy
- 3x dlouhé kalhoty (tepláky, softshellové, sportovní, legíny)
- 3x mikina
- 15x spodní prádlo
- 15x ponožky na každý den
- plavky
- lehčí bunda (větrovka, softshellová – nenahrazují pláštěnku)
- teplá bunda + čepice, rukavice (v noci bývá chladno, když prší, tak taky)

Hygienické potřeby:

- kartáček a pasta na zuby
- sprchové mýdlo a šampón na vlasy
- hřeben
- menší ručník a osuška
- kapesníčky, vlhčené ubrousky
- osuška či větší ručník k vodě
- repelent či náramek proti hmyzu a klíšťatům
- Opalovací krém
- starší dívky intimní potřeby
- pro starší deodorant

Základní vybavení:

- zavazadlo - nejlépe kufr
- **batůžek na výpravy (ne vaky na záda, šňůrky se dětem zařezávají do ramen)**
- **spacák**
- **deka nebo prostěradlo na matraci**
- **polštářek**
- **jídelní souprava - ešus a lžíce**
- **láhev na pití**
- **igelit či celta na přespání venku**
- **karimatka**
- deka

Obuv:

- **holínky**
- pevná turistická obuv
- pevná sportovní obuv
- sandály (otevřené boty na běhání, nikoliv „Crocsy“)

(nedávejte dětem novou neprošlapanou obuv)

Ostatní:

- látkový pytel na špinavé prádlo
- funkční baterka s novými bateriemi
- psací potřeby a blok
- poštovní známky
- pohledy či dopisní papíry (u menších dětí doporučujeme s nadepsanými adresami)
- kapesné
- peněženka – podepsaná
- Oblíbený plyšák na spaní
- Knížka na čtení
- Dívky gumičky do vlasů
- menší hudební nástroj, karty, hry

Zakázané věci:

- **mobilní telefony a jiné mobilní telekomunikační zařízení**
- **notebooky, tablety**
- **fotoaparáty apod.**
- **jiná elektronika**
- **Cennosti**
- **reproduktory**

Další tipy a doporučení získané mnoholetými zkušenostmi

Kufr nebo tašku?

Doporučujeme kufr. Umožňují přehledné uspořádání věcí.

Cennosti a zakázané věci

Veškeré dražší věci nechte doma. Zlaté náušnice a řetízky se na tábor nehodí a lehce se ztratí.

Mobilní telefony, reproduktory a věci tomuto podobné jsou na táboře zakázány.

S powerbankou není problém, aby telefon vydržel nabitý 14 dní a s internetem v mobilu se děti mohou dostat na různé stránky. V kolektivu opadají zábrany a nejenom 7-leté děti uvidí a uslyší něco, co by neměly.

Pláštěnka

Pořiďte dítěti kvalitní pláštěnku z pevného PVC nebo pogumované tkaniny. Pláštěnky z jemného igelitu a materiálu nevydrží ani jeden den.

Sušení promočených bund není v našich silách.

„Obleč si tu pláštěnku.“ „Dej si tu kapuci na hlavu.“ - to jsou dvě nejčastější věty, když prší.

Pokrývka hlavy

Děti jsou víceméně celý den vystaveni při slunných dnech vystaveny sluníčku a proto je nutné aby si nosily nějakou pokrývku hlavy.

„Vemte si čepici“ „Kde máš tu čepici“ – i toto jsou nejčastější věty na táboře

Oblečení

Označte veškeré věci (nejen oblečení) viditelnou značkou - zamezíte tím případné ztrátě nebo záměně. Seznam věcí přiložte dítěti do kufru.

Doporučujeme dávat dětem na tábor věci starší, vyzkoušené a zároveň kvalitní. Aktivita probíhá na louce nebo v lesích, většinou mimo „civilizaci“. Módní výstřelky raději nechte doma.

Dětem stačí jedno „lepší“ oblečení na nějaký výlet.

- **Pro samostatnost dětí je důležité, nechat je zabalit věci samostatně. Jistě budou potřebovat vaši pomoc a dohled, ale nechte je, ať si sami uvědomí, co potřebují a kam si věci dávají. Pokud jim sbalíte sami bez jejich přítomnosti, velmi lehce se stane, že řadu věcí na táboře vůbec nepoužijí, protože ani nebudou vědět, že je s sebou mají.**
- **Nedávejte prosím dětem větší množství sladkostí. Také v průběhu tábora od nás sladkosti dostávají.**