



## BIURO AKTYWNEGO WYPOCZYNKU

### Wyposażenie dziecka na „ZIMA”:

- Ulubiona zabawka, książka, przytulanka lub jasek z którym zazwyczaj śpi,
- Mały plecak na: kanapkę, butelkę z wodą,
- Portfel lub saszetka (na pieniądze),

#### **Sprzęt:**

- sprzęt narciarski lub/snowboardowy, sprawny i przygotowany w serwisie (ostre krawędzie), dopasowany do umiejętności i wagi dziecka, (narty, buty, kask i kije najlepiej w pokrowcu - podpisane),
- istnieje też możliwość wypożyczenia sprzętu na miejscu, w naszym pensjonacie – prosimy przed wyjazdem podać wzrost, wagę oraz rozmiar buta aby dokonać rezerwacji sprzętu,

#### **Ubranie:**

- czapka (obowiązkowo),
- gogle,
- wodo- i wiatroodporne ubranie na stok: kombinezon lub kurtka i spodnie, szalik i rękawice (najlepiej dwie pary), kominiarka pod kask, dla jeżdżących na snowboardzie bardzo istotne są rękawice ze wzmocnieniami na nadgarstki ( nadgarstki są podatne na kontuzje)
- bielizna narciarska,
- bielizna na każdy dzień pobytu + 1 zapas,
- skarpety narciarskie,
- skarpety na każdy dzień pobytu + 1 zapas (dziewczynki 2 x rajstopy cienkie),
- bluzka z krótkim rękawem na każdy dzień pobytu + 1 zapas,
- bluza z długim rękawem 2-3 szt.,
- spodnie długie-2 pary,
- polar lub ciepły sweter, dres,
- 1 parę butów sportowych , 1 parę ciepłych butów zimowych do chodzenia na co dzień, klapki,
- piżama,
- strój kąpielowy, czepek,
- torby „reklamówki” na brudną odzież,

#### **Kosmetyki i środki higieny osobistej :**

- w kosmetyczkę zapakować przybory toaletowe: pasta, szczotka do mycia zębów,
- mydło w mydelniczce a najlepiej żel do mycia ciała,
- szampon,
- grzebień lub szczotka (dla dziewczynek- przybory do włosów),
- duży ręcznik i 2 ręczniki kąpielowe,
- krem z filtrem,
- ochronna pomadka,

**Bagaż podręczny :**

- kanapki na drogę(ilość zgodna z apetytem i upodobaniami dziecka)
- słodczyce w umiarkowanej ilości, owoce, bez czekolady,
- napoje niegazowane(najlepiej woda niegazowana z dozownikiem)

**Ponadto :**

- legitymacja szkolna,
- zeszyt, notes, długopis, kredki lub flamastry,

**Na wyjazd mogą jechać osoby zdrowe ( wymagana karta kwalifikacyjna). Osoby chore prosimy o rezygnację z wyjazdu, prosimy rodziców o odpowiedzialne podejście w tej sprawie!**

Dziecko powinno uczestniczyć wraz z rodzicami w pakowaniu bagażu. W przypadku młodszych dzieci rzeczy mogą być podpisane lub może zostać dołączony spis rzeczy. Lekarstwa, które dziecko stale przyjmuje, należy przekazać opiekunowi wraz z przyklejoną do opakowania kartką zawierającą imię i nazwisko dziecka, oraz dokładny sposób dawkowania leku. Uczestników obowiązuje całkowity zakaz samodzielnego przyjmowania wszelkiego rodzaju leków. Jeżeli dziecko ma chorobę lokomocyjną przed wyjazdem rodzice są zobowiązani podać odpowiednie leki. Proszę unikać drogich gadżetów. Przedmioty cenne: aparaty, telefony, gry elektroniczne zabierają dzieci na własną odpowiedzialność. Kieszonkowe dziecka, rodzice mogą przekazać opiekunowi grupy.