

# Průvodce Předtáborovou Přípravou



## Tábornice nebo táborníku,

připravili jsme Ti takový úvod, co je dobré si na tábor sbalit či nesbalit. Projdi si ho společně s rodiči, ať taky vědí, co Tě čeká.

Jedeš-li na náš tábor prvně, tak Tě bude zajímat, jak to u nás chodí a jak se na tábor co nejlépe připravit. Rozdělili jsme základní informace do třech kapitol Režim tábora, Balení na tábor a Průběh tábora.

Pokud už si s námi na táboře byl nebo byla, nebo jsi dokonce starý táborový mazák, tenhle návod Ti může také pomoci - třeba připomenout něco důležitého, co Ti na táboře posledně chybělo nebo co by šlo zlepšit.

# Vážení rodiče,

**pokud budete mít kdykoliv otázku k organizaci tábora, napište nám nebo zavolejte.**

*Informace psané tímto písmem jsou určeny zejména rodičům.*

## Režim tábora

Na Studánce budeš bydlet ještě s dalšími dětmi z oddílu v chatce nebo ve stanu. Vstávat budete o půl osmé a spát se chodí v deset hodin večer. Občas budeš v noci hrát noční hry nebo hlídat tábor. Pokud k tomu všemu přidáme hry a celodenní činnosti, tak věř, že program bude náročný.

*Pokud víte, že by mohl nastat problém s pomočováním, pak nám tuto informaci uveďte do přihlášky. Dítě v noci zkontrolujeme, případně s ním dojdeme na záchod v průběhu večera.*

## Jídlo

Snídaně, obědy a večeře nám vaří kuchařka Ivanka a její pomocníci. Na táboře se vaří jídla především česká, ale najdou se výjimky, jako je pizza nebo hamburger.

*V případě, že má Vaše dítě speciální dietu/alergii nebo stravovací režim, pak tuto informaci uveďte do přihlášky. Není v našich silách vařit různá jídla na každý den, ale jsme schopni se přizpůsobit s vaší pomocí.*

## Ešus

Na táboře nejíš z talíře, ale z ešusu. Tvůj ešus by měl mít tři díly - malý ešus, velký ešus a víčko. Nezapomeň na hrneček, ať máš při obědě z čeho pít.

*Je důležité, aby dítě mělo tyto tři díly ešusu označené. Ešus se během tábora neustále používá a může se stát, že se třeba během mytí dětem pomíchají, proto je třeba, aby označení bylo nesmyvatelné a dítě svůj ešus vždy poznalo.*

## Pití

Budeš chodit na procházky a výlety i do míst, kde v blízkosti není voda. Proto je důležité mít láhev na pití, aby byla možnost uhasit žízeň.

*Zde doporučujeme přibalit láhev, která je opravdu určena pro použití jak studených tak teplých nápojů. Klasická PETka je nevhodná pro horké nápoje.*

## Svačina na cestu a dobroty

Sbal si takovou svačinu, aby Tě pohodlně zasytila po dobu cesty na tábor. První táborové jídlo bude až večeře o půl osmé. Určitě si sbal na cestu pití. Pár dobrot si můžeš s sebou na tábor vzít také, ale nepřeháněj to. Budeš v přírodě, kde pro mravence, vosy nebo myši je tvoje sušenka vítanou pochoutkou.

*Zde doporučujeme dát dětem raději o padesát korun vyšší kapesné než balík sladkostí. Většina dětí balíček sní během cesty nebo večera. V táboře budou mít děti možnost nějakou tu dobrotu zakoupit. Učí je to i dovednosti rozhodovat se. Určitě dětem nedávejte (neposílejte) slazené vody a limonády nebo energetické nápoje.*

## Balení na tábor

Věříme, že si dokážeš na svůj tábor zabalit sám nebo sama. Nebo snad Ty bališ rodičům, když jedou na dovolenou? Rodiče Ti rádi připravené věci zkontrolují nebo Ti pomohou s nákupem. Vem si k sobě seznam a zkus vše nanosit třeba na postel nebo i na zem, ať máš přehled. Požádej rodiče a společně dávejte věci do kufru nebo batohu. Nezapomeň, že jedeš do přírody. Vybírej věci, které si sbališ, tak, aby Ti to nebylo líto, když se třeba zamažou. Pokud budeš k zavazadlu něco přidělovat (spacák, karimatka), tak nesmí klimbat - špatně se pak kufr nebo batoh přenáší a stále se ta klimbající věc plete. A všechny svoje věci si raději označ, ať je určitě poznáš! Zejména ešus, boty, nožik nebo peněženku.

*Udělejte si čas a dovolte dětem (a dejte jim tím tu odpovědnost), aby si zabalily věci na tábor samy. Připravili jsme i obrázkovou verzi seznamu doporučených věcí. Buďte u nich a vedte je. Děti pak budou mít ponětí o tom, co mají s sebou a kde. U mladších oddílů budou peněženky a nožiky z bezpečnostních důvodů uloženy u vedoucích.*

### Batoh

Na výlety se Ti bude hodit batoh, do kterého se vejde pláštěnka, věci na převlečení, náhradní boty, ešus, láhev s vodou (pro děti starší 12 let včetně spacáku). Vyzkoušej si ho doma zabalit a dát na záda – batoh by neměl v horní části přesahovat záda. Měl by se Ti příjemně nosit (ne na zadku, jak je módní u batůžků na šňůrkách). Důležitá věc je možnost nastavení popruhů. **Karimatka** bude také potřeba, tak ať ji umíš k batohu přidělovat. A **pláštěnka** je též určitě nutná - kvalitní nepromokavá bunda je taky dobrá, pokud doma nezapomeneš kapuci, ale pokud nemáš nepromokavé i kalhoty, nebude Ti stačit.

*Výběr batohu na tábor považujeme za **velmi důležitý**. Batoh by měl být úměrný výšce postavy a musí sedět na zádech. V žádném případě nedoporučujeme batoh přes jedno rameno nebo batůžky na šňůrkách. Počítejte s tím, že dítě s tímto batůžkem vyrazí na **dvoudenní výlet** (přespání na jednu noc) - je proto nutné, aby se vše do batohu skutečně vešlo, a to nejlépe i se spacákem. Spacák, který je přidělaný na batohu, nepříjemně klinká a ztěžuje tak výlet.*

### Boty

Vyzkoušej si nosit, třeba celý den, všechny boty, které bereš na tábor. Je to důležité proto, aby se Ti neudělaly na táboře puchýře. V případě, že Ti rodiče budou kupovat nové boty, vyzkoušej je co nejdříve.

*Nezbytné jsou pevné boty, sandále a holínky. Pokud jste nuceni koupit boty nové, ať je dítě před táborem používá, aby byly rozchozené a sedly.*

### Mobilní telefony, tablety a jiné cennosti

Mobilní telefon, tablet nebo jinou cennou věc nech doma. V chatce ani ve stanu není žádná zásuvka na dobíjení a navíc se Ti věc může rozbít nebo ji můžeš ztratit.

*Pokud necháte tyto věci doma, uberete vedoucím (ale i svým dětem) starost. Na oplátku Vám nabízíme, že můžeme zprostředkovat kontakt s dítětem přes vedení tábora.*

### Peněženky a kapesné

Rodiče nebo děda s babičkou Ti dají nějaké kapesné. To si ulož do podepsané nebo označené peněženky. V táboře bude občas možnost si koupit sušenky, čokoládu nebo kartáček (pokud jej ztratíš nebo zapomeneš). Dále si budeš moci pořídit na památku táborové fotografie (cca 45 Kč). A samozřejmě budeš mít možnost koupit nějakou drobnost nebo dárek na výletě.

*Vhodné kapesné je 200-300 Kč.*

# Průběh tábora

## Komunikace

V průběhu tábora napíšeš nebo nakreslíš dopis pro své rodiče. Požádej tatku nebo mamku, aby Ti dali obálku se známkou, případně ať ji nadepíše svoji adresou. Papír na napsání na táboře máme. Samozřejmě můžeš odeslat dopis i dědovi a babičce, sourozencům nebo kamarádům – určitě je to potěší.

*Děti mají rády, když dostanou na večerním nástupu dopis nebo pohled. Pokud můžete, tak jim v rámci rodiny odešlete klidně několik dopisů nebo pohledů. Balíček sice potěší, ale 14 dní není tak dlouhá doba, abyste museli posílat krabici dobrot.*

## Návštěvy

Věříme, že se o sebe dokážeš postarat sám a prožiješ s námi bez rodičů tohle velké 14 denní dobrodružství. Domluv se s nimi, že návštěvu mohou vynechat, ale ať Ti určitě napíše dopis nebo dají nějaký drobný talisman pro štěstí s sebou.

*Návštěvu dětí v průběhu tábora je letos z důvodu hygienických opatření COVID-19 zakázána. V minulých letech jsme zde psali, že pro děti to znamená vytržení z táborového programu, pro naše vedoucí komplikaci programu a u menších dětí může návštěva vyvolat pozdější velké stýskání.*

## Odjezd z tábora

*V případě, že budete vyzvedávat své dítě dříve nebo v průběhu tábora ze zdravotních/rodinných důvodů, tak tuto skutečnost uveďte prosím do přihlášky.*

## Poslední poznámka

*Pokud Vás napadne něco, co bychom měli vědět, napište to prosím do přihlášky nebo na email.*