



**PAKIET INFORMACYJNY  
OBÓZ UKS „SMS GALICJA”  
STRONIE ŚLĄSKIE  
(23-31.08.2021)**

**ZBIÓRKA:** Kraków, Grochowska 20, 23.08 (niedziela), 8:00 (wyjazd 8:30)

**POWRÓT:** Kraków, Grochowska 20, 31.08 (wtorek), 16:00

**RAMOWY PLAN DNIA:**

7:45 – Pobudka

8:15 – Śniadanie

9:00-13:00 – Zajęcia dopołudniowe (basen/zajęcia ruchowe na łądzie)

13:00 - Obiad

13:30-14:30 – Cisza poobiednia

14:30 – Zajęcia popołudniowe (wycieczki tematyczne/wyjście nad zalew/zajęcia sportowe)

18:30 – Kolacja

19:15 – Zajęcia wieczorne (gry i zabawy integracyjne / wideoanaliza / seans filmowy / dyskoteka)

21:00 – Toaleta wieczorna

22:00 – Cisza nocna

**ADRES OŚRODKA:**

Ośrodek Turystyczny MENOS, ul. Kościuszki 20a, 57-550 Stronie Śląskie

**KIEROWNIK OBOZU:**

Łukasz Wądrzyk (nr tel. 504-341-865, wadrzyk504@gmail.com)

**LISTA RZECZY DO WZIĘCIA:**

- Ubrania do chodzenia na co dzień (podkoszulki, spodenki, spodnie dresowe, bluza sportowa, polar na wyjście do jaskini/kopalni),
- Kurtka przeciwdeszczowa/peleryna (po złożeniu powinna zajmować niewiele miejsca),
- Pantofle/tenisówki do chodzenia po ośrodku,
- Obuwie: 2x sportowe do zajęć na hali i na zewnątrz, wygodne obuwie na wyjście w góry, klapki na basen,
- Bielizna (z uwzględnieniem zmiany np. skarpetek po zajęciach sportowych),
- Strój na zajęcia na hali (krótkie spodenki / spodnie dresowe / koszulka sportowa i spodenki Galicji),
- Strój na dyskotekę,
- Piżama,
- Przybory toaletowe (w tym żele pod prysznic do umycia się po basenie, krem z filtrem przeciwsłonecznym),
- Plecak na basen/wycieczki,
- 2x strój pływakki/kąpielówki,
- Czepek x2,
- Okularki basenowe x2,
- 2x ręcznik basenowy (duży), ręczniki do kąpielii,
- Książka na wieczór, gry karciane/małe planszówki,
- Kieszonkowe (do 70 zł, duże sumy brane na własną odpowiedzialność),
- Telefon komórkowy (opcjonalnie),
- Czapka z daszkiem,
- Bidon

**PROŚBY DO RODZICÓW:**

- prosimy o informację PRZED OBOZEM (najlepiej mailowo do kierownika) o uczuleniach/alergiach (szczególnie w kwestiach żywieniowych) oraz o przyjmowanych lekach,
- wszystkie leki (szczegółowo opisane: imię, nazwisko, dawka leku, ile razy dziennie) proszę zapakować dziecku do bagażu podręcznego – zostaną one zebrane w trakcie jazdy autokarem,
- w przypadku choroby lokomocyjnej, prosimy o podanie leków przed podróżą oraz zaopatrzenie dziecka w odpowiednią ilość leków na wycieczki w trakcie obozu i powrót,
- dziecko może mieć ze sobą telefon, jednak otrzymuje go i korzysta z niego wyłącznie w trakcie ciszy poobiedniej (analogicznie smartwatch, lepiej wyposażyć dziecko w zwykły zegarek). W pilnych sprawach można kontaktować się z wychowawcą,
- obowiązuje zakaz zabierania gier elektronicznych, zachęcamy do zabierania np. gier karcianych
- zakaz pakowania rzeczy niezdrowych – chipsy, duże ilości słodczy, słodkie napoje gazowane – takie rzeczy będą rekwirowane i zwracane po powrocie z obozu,
- kadra nie ponosi odpowiedzialności za zgubione / skradzione wartościowe rzeczy uczestników obozu (duże kwoty pieniędzy / telefony),
- **na zbiórkę przed wyjazdem należy dostarczyć oświadczenie o lekach oraz oświadczenie dot.**

**COVID**

**W razie pytań przed obozem, prosimy o kontakt z kierownikiem obozu. Podczas obozu prosimy kontaktować się w pierwszej kolejności z wychowawcą**