

Przykładowa lista ekwipunku kolonisty na 7 dni kolonii letnich

1. Kosmetyczka z przyborami, krem z filtrem, chusteczki
2. Piżama, ręcznik kąpielowy
3. Spiwór (niektóre wyjazdy)
4. Kąpielówki lub strój kąpielowy
5. kurtka przeciwdeszczowa z kapturem
6. Czapka z daszkiem lub inne nakrycie głowy chroniące przed słońcem
7. Klapki, adidas, sandały + ewen. trampki lub tenisówki
8. Odpowiednia liczba bielizny
9. 3-4 bluzy z długim rękawem (w tym jedna ciepła)
10. 3 pary długich spodni (jedne dresowe)
11. 3 pary krótkich spodenek
12. 6 koszulek t-shirtów (w tym jedna bez rękawków)
13. Mały plecak na wycieczki, portfelik najlepiej zawieszany na szyi
14. Kieszonkowe (£20-30) – można przechować u wychowawcy
15. Mile widziana mała lekka latarka



Przygotowania

Wyjazd na kolonie bądź obóz jest zawsze dużym wydarzeniem i warto się do niego porządnie przygotować. Poniżej prezentujemy zestaw porad, które pozwolą rodzicom łatwiej przeżyć okres rozłąki z dzieckiem, a dzieciom łatwiej odnaleźć się w nowej sytuacji.

Wypełnij dokładnie kartę kolonijną, wpisz wszystko co może okazać się ważne podczas wyprawy: chorobę lokomocyjną, alergię pokarmowe, przeciwwskazania dotyczące leków itp.

Porozmawiaj z dzieckiem, pamiętaj, że obawiając się pierwszego wyjazdu malucha, sam przekazujesz mu ten strach ;) Lepiej więc zaraż dziecko entuzjazmem i zapewnieniami o wspaniałej zabawie .

Pakowanie

Niech dziecko bierze udział w pakowaniu, dzięki temu będzie wiedziało co ze sobą ma na wycieczce, jak wygląda jego kosmetyczka czy ręcznik plażowy. Weź pod uwagę zdanie dziecka ;) Podpisz ubrania, szczególnie jeśli są nowe . Na codzień dzieci nie przykładają uwagi do takich kwestii, później może być problem z identyfikacją rzeczy osobistych .

Dopasuj wielkość bagażu do ilości dni na kolonii, spakuj tylko niezbędne rzeczy. Dziecku będzie łatwiej odnaleźć potrzebne rzeczy gdy nie będzie ich zbyt dużo. Bagażu powinno być tyle, by dziecko samo mogło go przenieść.

Warto też od razu naszykować worek na brudne ubrania, żeby nie mieszały się z czystymi.

Dziecko powinno mieć podręczny plecak, w którym weźmie prowiant na drogę, a na wycieczkę picie i kurtkę.

Jeśli dziecko przyjmuje leki - skonsultuj to z organizatorem.

Kieszonkowe i cenne przedmioty

Dziecko nie powinno zabierać ze sobą cennych przedmiotów. Opiekun ani organizator nie bierze za nie odpowiedzialności. Nie dawaj także dziecku zbyt dużej ilości gotówki. Pamiętaj, że dzieci wszystko co potrzebne - dostają. Istnieje możliwość przechowania rzeczy lub pieniędzy u opiekuna.

O ile to możliwe nie dawaj dziecku na kolonię komórki. Po pierwsze łatwo ją zgubić, po drugie zabawy komórkami przeszkadzają w prowadzeniu zajęć. W razie potrzeby możesz zadzwonić o umówionej porze do opiekuna i z nim porozmawiać, albo poprosić o rozmowę z dzieckiem. A jeśli będzie taka potrzeba my zadzwonimy do Ciebie.

Podróż

Przed wyjazdem starajcie się nie dawać dziecku do jedzenia ciężkostrawnych potraw. Jeśli dziecko cierpi na chorobę lokomocyjną, koniecznie nas o tym poinformuj oraz odpowiednio wcześniej podaj mu odpowiedni lek zapobiegający mdłościom oraz zaopatrz w chusteczki i worek foliowy. Gdy dziecko poczuje się źle powinno natychmiast zawiadomić opiekuna grupy.

Nie dawaj dziecku w nadmiernej ilości jedzenia na drogę. Dowiedz się jak długo będzie trwała podróż i o której będzie obiad i dostosuj ilość prowiantu. Pamiętaj, że o wiele lepsza jest kanapka, jabłko i wodę mineralną niż chipsy, czekoladki, żelki i słodzone, gazowane napoje.

Kontakt z dzieckiem i opiekunem

W przypadku jeśli dziecko zabiera telefon komórkowy prosimy o telefonowanie w ustalonych godzinach (informacje te zostaną podane przed wyjazdem :) Ciągłe telefony od rodziców zakłócają prowadzenie zajęć, a z drugiej strony u wrażliwych i tęskniących dzieci powodują, że dziecko, które udało się zainteresować zajęciami, przypomina sobie o domu i rodzicach i na nowo zaczyna tęsknić.

Zapisz nasz telefon, tak byś mógł w razie potrzeby zadzwonić. Dokładnie wpisz telefony kontaktowe do siebie na karcie kolonijnej, żeby organizator mógł się z Tobą skontaktować . Pamiętaj, że na kolonii jest około 50 osób, więc nie dzwoń co chwilę do opiekunów, bo ich rolą przede wszystkim jest opieka nad dziećmi a nie uspakajanie rodziców ;)