



INFORMATOR DLA OPIEKUNÓW

Szanowni Państwo,

niniejszy informator został przygotowany, aby przekazać Państwu wszystkie najważniejsze informacje dotyczące wyjazdu dzieci na kolonie w ramach 3. edycji akcji „Wakacje z Muszkieterami”.

Prosimy zapoznać się ze wszystkimi poradami i wskazówkami, a wyjazd dzieci z pewnością będzie udany i na długo zapadnie w ich pamięci.

Fundacja Muszkieterów

Swadzim, ul. Św. Mikołaja 5,
62-080 Tarnowo Podgórne
KRS: 0000109501



1. „Już za parę dni, za dni parę...” – czyli pakujemy walizkę!

W tej niepozornej walizce musimy zmieścić najpotrzebniejsze rzeczy naszego dziecka na wszystkie dni wyjazdu! Pamiętajmy jednak, że pojemność luków bagażowych w autokarze jest ograniczona, a ciężar bagażu powinien być dostosowany do możliwości dziecka.

Co spakować?

- ✓ Przybory do mycia: szczoteczka i pasta do zębów, żel pod prysznic, szampon, mydło, ręcznik kąpielowy, mały ręcznik, klapki pod prysznic, szczotka do włosów oraz gumki i spinki do włosów, **krem z wysokim filtrem UV** – minimum 30 SPF,
- ✓ Piżamę,
- ✓ Bieliznę – majtki i skarpetki na wszystkie dni pobytu dziecka na kolonii + minimum dwie pary zapasowe,
- ✓ koszulki z krótkim i z długim rękawem, cienka bluza, polar/sweter, **kurtka przeciwdeszczowa**, spodnie długie i krótkie (minimum dwie pary), dres,
- ✓ kąpielówki/strój kąpielowy, czepek oraz dodatkowy ręcznik kąpielowy/plażowy,
- ✓ czapka z daszkiem, kapelusik lub chustka przeciwsłoneczna,
- ✓ buty sportowe lub trampki/tenisówki, sandały i klapki.



DOBRA RADA

Nową odzież zostaw w szafie, a zapakuj już używaną – pamiętaj, że dzieci spędzają czas aktywnie, a plamy z trawy lub farby mogą zniszczyć ubranie.

Dodatkowo:

- ✓ okulary przeciwsłoneczne
- ✓ portfel, najlepiej zawieszany na szyi
- ✓ dokumenty: legitymacja szkolna
- ✓ książka
- ✓ ulubiona przytulanka



DOBRA RADA

- ✓ warunki atmosferyczne podczas pobytu dziecka na kolonii mogą być różne, należy zatem zabrać rzeczy zarówno na dni słoneczne jak i chłodniejsze, w szczególności wieczory.
- ✓ rodzicom/opiekunom młodszych dzieci polecamy podpisanie ubrań np. na metce lub na specjalnych naklejkach, przeciwdziała to zagubieniu rzeczy.
- ✓ **torba na brudne ubrania** - zaleca się torbę bawełnianą.
- ✓ **Pamiętaj, aby dziecko nie zabierało ze sobą wartościowych rzeczy** – najnowszy zegarek, tablety, laptop, odtwarzacz mp3 lepiej zostawić w domu.

2. Kieszonkowe

Kieszonkowe z pewnością przyda się na zakup lodów oraz pamiątek z wyjazdu. Minimalna wysokość kieszonkowego to ok. 10 zł/ 1 dzień kolonii.



DOBRA RADA

Przygotuj kieszonkowe w drobnych nominałach. Zapakuj pieniądze w kopertę i opisz ją imieniem, nazwiskiem dziecka oraz sumą, jaka się w niej znajduje. W dniu wyjazdu możesz przekazać kopertę wychowawcy – będzie on na bieżąco wydawał kieszonkowe dziecku. W dniu powrotu zwróci dziecku resztę pozostałych pieniędzy.

3. Lekarstwa

Jeśli dziecko przyjmuje na stałe lekarstwa koniecznie poinformuj o tym wychowawcę w dniu wyjazdu! Ta informacja powinna być także wpisana w kartę kwalifikacyjną uczestnika wyjazdu. Przygotuj leki, które przyjmuje dziecko w takiej ilości, aby starczyły na wszystkie dni pobytu dziecka poza domem. Zapakuj leki do oddzielnej torebki i koniecznie dołącz kartkę z informacją o sposobie dawkowania. **Na kolonii dziecko nigdy nie przyjmuje lekarstw bez nadzoru osoby dorosłej!** Wychowawca będzie czuwał, aby Twoje dziecko zażyło odpowiednią dawkę lekarstw w trakcie pobytu na kolonii.

Jeśli dziecko cierpi na chorobę lokomocyjną pamiętaj, aby spakować odpowiednie lekarstwa.



DOBRA RADA

Warto także pamiętać o preparacie przeciwko kleszczom i komarom!

4. Bagaż podręczny, czyli co zabrać do autokaru?

Bagaż podręczny najlepiej spakować do plecaka, które dziecko będzie mogło wykorzystać w trakcie kolonii podczas wycieczek.

Jedzenie i picie.

- ✓ kanapki, najlepiej przygotowane z serem żółtym i/lub suchą wędliną (odradzamy kanapki z szynką, gdyż szybko się psują). Warzywa, które nadają się do wzbogacenia kanapki, to takie, które nie puszczają soku, np. sałata, papryka, rzodkiewka, ew. ogórek,
- ✓ butelka wody mineralnej, ewentualnie soki w zakręcanych butelkach (odradzamy słodkie napoje gazowane, które są częstą przyczyną wzdęć i bólów brzucha),



DOBRA RADA

- ✓ odradzamy chipsy oraz czekoladowe batony, które mogą się rozpuścić,
- ✓ sugerujemy, aby nie pakować dziecku zbyt dużej ilości jedzenia na drogę. Po przyjeździe na miejsce wypoczynku dzieciom zostanie zaserwowana ciepła obiadowokolacja.

5. Jak pokonać chorobę lokomocyjną?

Niechciany towarzysz podróży może uprzykrzyć życie małym pasażerom w trakcie jazdy autokarem. Ważne jest, aby poinformować dziecko w jaki sposób może zwiększyć komfort podróży:

- ✓ Przed wyjazdem dziecko powinno spożyć lekki posiłek – odradzamy posiłki zawierające mleko, ze względu na możliwość pojawienia się niestrawności.
- ✓ W trakcie podróży dziecko powinno siedzieć przodem do kierunku jazdy i nie spożywać napojów gazowanych.
- ✓ **Konieczne poinformuj wychowawcę kolonijnego o chorobie swojego dziecka na miejscu zbiórki.**
- ✓ Dziecku można podać lek na chorobę lokomocyjną.

6. Bezpieczeństwo w trakcie podróży autokarem.

Fundacja Muszkieterów informuje policję o wyjeździe dzieci na kolonię i poprosi o sprawdzenie autokaru w dniu wyjazdu, na miejscu pierwszego przystanku.

7. Odjazd!

Na stronie www.wakacjemuszkietarami.pl, w zakładce „Dokumenty do pobrania” znajdą Państwo rozkład jazdy autobusów. Prosimy o sprawdzenie **1 dzień przed wyjazdem** dokładnie w którym miejscu jest zbiórka (zwróć uwagę, czy jest to sklep spożywczy Intermarché czy typu dom i ogród Bricomarché!) oraz o której godzinie

odjeżdża autokar. Dziecko powinno zostać przyprowadzone na miejsce zbiórki około 20 minut przed planowaną godziną odjazdu, a rodzic powinien poczekać z dzieckiem aż do momentu odjazdu autokaru. Autokar czeka na spóźnialskich maksymalnie 15 minut.



DOBRA RADA

Autokar się spóźnia? Zadzwoń pod transportowy numer alarmowy 664 097 679!

8. „Lato, lato, lato czeka !” – czyli co warto wiedzieć o koloniach w ramach „Wakacji z Muszkieterami”?

O akcji.

Akcja „Wakacje z Muszkieterami” jest organizowana przez Fundację Muszkieterów już po raz trzeci. Dotychczas z wyjazdu skorzystało 2000 dzieci z całej Polski!

Fundacja organizuje łącznie 8 turnusów – wszystkie w miejscowości Julinek koło Warszawy (www.julinek.com.pl).

Organizator kolonii.

Organizatorem kolonii na zlecenie Fundacji Muszkieterów jest Biuro Usług Turystycznych „BUT” z siedzibą w Warszawie przy ul. Tarczyńskiej 5/9 – www.kochamwakacje.pl.

Dzieci i wychowawcy.

Na koloniach będą wypoczywać dzieci w wieku od 8 do 14 lat. Zostaną podzielone na grupy, zgodnie ze swoim wiekiem. W każdej grupie na 15 dzieci przypada jeden opiekun kolonijny. Szefem kolonii jest kierownik – to z nim mogą się Państwo kontaktować w trakcie pobytu dziecka na kolonii.

Wychowawcy i kierownicy kolonii posiadają wieloletnie doświadczenie, a także niezbędne uprawnienia do sprawowania opieki nad dziećmi. Wyjazd kolonijny oraz kadra kolonii jest zgłaszana do kuratorium oświaty.

Ośrodek wypoczynkowy.

Dzieci będą wypoczywać na terenie Parku Rozrywki Julinek (Julinek 1, 05-084 Leszno), ok. 30 km od Warszawy. Na terenie ośrodka znajdują się boiska sportowe, place zabaw, park linowy, zjeżdżalnia wodna oraz mini golf. Ośrodek znajduje się w sercu Kampinoskiego Parku Narodowego.

Dzieci będą zakwaterowane w trzygwiazdkowym Hotelu Julinek, w pokojach 2, 3 i 4 osobowych z łazienką.

Wyżywienie.

Dzieci będą miały zapewnione pełne wyżywienie w trakcie kolonii, tj. śniadanie, obiad, podwieczerek i kolację. Posiłki będą spożywane w stołówce. Na śniadanie i kolację będą serwowane sery, twaróg, wędliny, dżemy, warzywa – np. pomidory, ogórki, a także mleko z płatkami. Do picia herbata i kakao. Zawsze będzie także danie serwowane na ciepło, np. parówki, jajecznica, a w przypadku kolacji placki ziemniaczane, pierogi, gofry. Obiad składa się z zupy, drugiego dania – mięsa lub ryby z dodatkami i surówką do wyboru. Na podwieczerek dzieci otrzymają owoc. Na wycieczki i drogę powrotną ośrodek zapewnia suchy prowiant.

Rozkład dnia.

Ramowy plan dnia	
8.00	pobudka, toaleta poranna
8.30	śniadanie
9.30	zajęcia programowe (do południowe)
13.30	obiad
14.00	cisza poobiednia
15.00	zajęcia programowe (po południowe)
18.30	kolacja
19.00	zajęcia wieczorne
21.00	toaleta wieczorna
22.00	cisza nocna

Uwaga! Program jest orientacyjny – kolejność poszczególnych punktów może ulec zmianie.

Program kolonii.

W trakcie kolonii dzieci będą miały zapewniony bogaty program wypoczynku, obejmujący zajęcia plastyczne, muzyczne, gry i zabawy, zajęcia sportowe, wycieczki, ogniska, dyskotek.

W trakcie kolonii dzieci będą realizować edukacyjny program „Wakacyjna Akademia Talentów” – w trakcie gier i zabaw będą odkrywać oraz rozwijać swoje talenty artystyczne, naukowe i sportowe.

W programie kolonii są również wycieczki do Warszawy oraz do aquaparku.

Więcej informacji znajduje się w dokumencie „Program kolonii”.

Kontakt z dzieckiem i kierownikiem kolonii.

Zachęcamy, aby dzwonić do dzieci w czasie ciszy poobiedniej, tj. po godz. 14:00. W trakcie zajęć programowych dzieci mogą nie mieć przy sobie telefonów (np. wyjście na basen). Jeśli dziecko nie posiada telefonu komórkowego prosimy kontaktować się z kierownikiem kolonii.

Numer telefonu do kierownika kolonii (wszystkie turnusy): 578 292 063

W przypadku jakichkolwiek problemów, pytań lub wątpliwości prosimy kontaktować się z kierownikiem kolonii – nie zawsze będzie mógł od razu odebrać telefon, ale na pewno oddzwoni! Kierownik kolonii jest do dyspozycji 24h/7.



DOBRA RADA

Chcesz wiedzieć jak Twoje dziecko bawiło się dziś na kolonii? Sprawdź pamiętnik z wakacji: <http://pamietnik.but.waw.pl/>, zakładka WAKACJE Z MUSZKIETERAMI.