



Tělocvičná jednota SOKOL Valašské Meziříčí

Sokolská 124, 757 01 Valašské Meziříčí IČO 600423

www.sokol-valmez.wbs.cz

Účastníkům letních sokolských táborů !

Co je třeba udělat, abychom si pobyt na letním táboře nepokazili :

A. Sbalit a vzít si věci podle seznamu (u mladších dětí vše označit jménem):

1. **Spací pytel** (případně i menší deku), starší prostěradlo, měkčí povahy si přibalí malý polštárek, **karimatku**, **jednodílný ešus s víčkem, hrnek nerezáček, nebo plecháček.**

Lžici, malou lžičku a ostrý kapesní nůž (v žádném případě nesmí být vystřelovací) v plátěném pytlíčku s poutkem na pověšení.

2. Tenisky nebo botasky, eventuelně sandály, **gumáky.**

3. Dlouhé i krátké kalhoty, trička s dlouhým i s krátkým rukávem, teplý svetr nebo mikinu, teplákovou nebo lépe šustákovou či maskáčovou soupravu, další náhradní tepláky nebo šustáky, dostatek spodního prádla a zejména **ponožek** (i teplých), plavky, oblečení na spaní, **šátek** (i chlapani).

4. Utěrku na nádobí.

5. Toaletní potřeby: **ručník**, mycí **žínku**, **kostku mýdla** v plastové krabičce (**tekutá mýdla a sprchové gely jsou do táborových podmínek nevhodné**), **pastu a kartáček na zuby**, krém, krém na opalování, repelent proti hmyzu a klíšťatům, trochu šamponu.

6. Baterku s náhradními bateriemi a žárovíčkou, hadr a krém na boty (má-li dítě kožené), několik kolíčků na prádlo.

7. **KPZ, tužku, propisku**, pastelky, blok, **silnější deníček formátu A6**, spínací špendlíky, jehly, nitě, nůžky, dopisní papíry, **známky**, atd. dle vlastního uvážení.

Uzlovačku (asi 1 – 1,5 m dlouhá pletená šňůra), **píšťalku.**

Doporučujeme malou **osobní lékárníčku** s náplastí a malým balením dezinfekčního prostředku.

8. Kapsář na drobné věci k zavěšení do stanu (doporučujeme zvláště u mladších dětí).

9. Knižku na čtení, společenskou hru (karty nejsou vhodné), hudební nástroj vítán!

10. **Sokolskou průkazku s vylepenou fotografií a členskými známkami za přísl. kalendářní rok, průkaz zdravotní pojišťovny** (stačí kopie), **kapesné.**

11. Na cestu a na výlety: **batoh, láhev** na pití a **plastovou krabici** na svačiny, **obuv na turistiku, pláštěnku, sluneční brýle, čepici** – kšiltovku, **bundu** - větrovku s našitým znakem Sokola a **tričko** se znakem Sokola, kalhoty.

12. Je-li dohodnuto – jízdní kolo.

13. **Čestné prohlášení rodičů o zdravotním stavu – odevzdat při odjezdu.**

B. Dodržet toto upozornění (důležité zejména pro ty, kteří s námi jedou poprvé)

Protože jedeme do přírody, nikoliv do luxusního letoviska, bereme si výhradně starší oblečení, raději tmavších barev, jehož poškozením nevznikne škoda. Nejrůznější módní výstřelky se do tohoto prostředí nehodí. **Úplně nejlepší jsou „maskáče“ a maskáčová trička.** Nebudeme si hrát na vojáky, ale leccos vydrží, a také nějaká ta špína se na nich ztratí.

Všechno, zejména **ešus a lžici si nesmyvatelně označíme.**

Jedeme si odpočinout od civilizace, proto nejrůznější výtrobky techniky, jako mobily (budou mít pro nutný případ vedoucí), MP přehrávače a elektronické hry **necháme doma** ! (v opačném případě mohou být i odebrány a vráceny až při odjezdu z tábora).

Kdo užívá léky, podepíše si je, vyznačí na obal dávkování a seznámí s touto skutečností zdravotníka.

Věci si sbalíme do staršího kufru, dá se v něm lépe udržet pořádek a čisté oblečení nenavlhá. **Na špinavé prádlo si bereme pevnější igelitový pytel.** Kufr opatříme jmenovkou a zajistíme proti otevření.

Nebudeme si brát více jídla než na první den do večere! **Ve stanech je zakázáno přechovávat potraviny, sladkosti i nápoje,** protože se mohou snadno pokazit nebo přilákat myši, mravenci, vosy a potom způsobit zdravotní potíže. Stejně tak **nejdou** z bezpečnostních důvodů na táboře **povoleny žvýkačky.**

C. Doma zapomeneme

Lenost, neposlušnost, lhaní a podvádění, nepořádnost, nesnášenlivost, škodolibost, závist, hrubost, nafoukanost a další špatné vlastnosti. Třeba se, než se vrátíme, ztratí.

D. Vezmeme si k srdci následující upozornění

Na tábor jedeme všichni dobrovolně. Nebudeme se pohybovat v bezpečí svých příbytků. Příroda je krásná, ale současně drsná a nezkušeným může skýtat různé nástrahy. Proto se podřídíme pevné kázi. Porušení bude trestáno – od napomenutí až po vyloučení z tábora a poslání domů.

Věříme, že k poslednímu opatření nebudeme muset přikročit, na táboře se všem bude líbit a vrátíme se všichni zdraví a plní krásných zážitků.

Sokolským letním táborům NAZDAR !

Vaši cvičitelé