**Wskazówki dla uczestników obozu i ich rodziców- Obóz wodny Człuchów 6-11.2022**

1. Uczestnicy muszą mieć odpowiednią ilość ubioru do sportów wodnych, który będzie mokry podczas zajęć. Grupy zaawansowane będą miały maksymalnie 2 treningi na wodzie dziennie. Osoby nowe muszą posiadać ilość ubioru do zajęć na wodzie wystarczającej na jeden trening sportów wodnych dziennie ( maksymalnie 5 zajęć podczas całego obozu). Do tego zabieramy strój kąpielowy, ubiór pozwalający na wspinaczki w parku linowym, zajęcia mini golfa oraz wieczorne zabawy integracyjne. Wieczory mogą być chłodne więc warto mieć coś „cieplejszego”
2. Wyłączone telefony są oddawane wychowawcom i przekazywane uczestnikom obozu tylko na czas ciszy poobiedniej!
3. Uczestnicy mają pełne wyżywienie niemniej wskazane jest posiadanie odpowiedniej ilości wody niegazowanej (Będzie wyjście do sklepu w pierwszym dniu i połowie obozu). Zgodnie z wytycznymi Sanepidu jest kompletny zakaz posiadania i spożywania „jedzenia śmieciowego” oraz słodzonych napojów gazowanych! Ewentualne słodycze proszę przekazać do wychowawców a oni będą je wydawać w miarę potrzeb. Jest bezwzględny zakaz posiadania jakiegokolwiek pożywienia w pokojach noclegowych!
4. Uczestnicy mają zapewnione noclegi w pokojach 3-4 osobowych z pościelą! Nie zabieramy żadnych śpiworów!
5. Proszę zabezpieczyć uczestników z problemami lokomocyjnymi w odpowiednie medykamenty, w przypadku brania lekarstw proszę przygotować plan dawkowania i leki w zamykanym woreczku przekazać do wychowawcy.

Miejsce zbiórki autokarowej przed bramą Przystani Wodnej ZSO6 ul. Siennicka 5 8.00 w sobotę 6.08.2022 **(Nie wchodzimy na przystań!!!)**