



# Co sbalit do kufru

Letní tábor Dolní Světlá

**Je velmi důležité, aby s sebou děti měly vše potřebné, proto prosím dodržte doporučený seznam věcí, které by neměly chybět žádnému táborníkovi.**

**Spacák + matrace** – Nejdůležitější kus výbavy je kvalitní spacák, nejlépe z dutého vlákna. Péřové po provlhnutí velmi dlouho schnou. Doma předem zkontrolujte zipy spacího pytle, nejlepší je, když dítě do pytle vleze a vyzkouší, zda se zip neotvírá či mu něco neprekáží při zapínání. Nafukovací matrace by měla mít max. rozměr 80 x 200 cm (velikost roštu). Nejlépe vyrobená z gumotextilu nebo silného PVC.

**Pláštěnka + holínky** – Pořídte dítěti kvalitní pláštěnku z pevného PVC nebo pogumované tkaniny. Jednorázové pláštěnky z jemného igelitu nevydrží ani jeden den. Nepromokavé boty při dlouhotrvajícím dešti také promoknou. Sušení promočených bund a bot není v našich silách.

**Oblečení** – Doporučujeme dávat dětem na tábor věci starší, vyzkoušené a zároveň kvalitní. Aktivity probíhají na louce nebo v lesích, většinou mimo „civilizaci“. Módní výstřelky raději nechte doma. Zkontrolujte všechny velikosti oblečení, hlavně bot, zda sedí a nepatří mladší sestřičce, která zůstala doma. Označte (hlavně u mladších dětí) veškeré věci viditelnou značkou - zamezíte tím případné ztrátě nebo záměně.

**Batoh** – Na cestu a výlety přichystejte dostatečně velký batoh, aby dobře seděl dítěti na zádech. Měla by se do něj vejít mikina, pláštěnka, láhev s pitím a jídlo na celý den.

**Kufr, tašku nebo krosnu?** – Doporučujeme starší kufr nebo přenosnou tašku. Umožňují přehlednější uspořádání věcí než například krosna. Doprava zavazadel je zajištěna na místo. Kufr se snadno složí pod postel a neprekáží. Zvláště starší děti se s taškou v nohách moc pohodlně nevyspí.

**Sladkosti** – Nedávejte dětem větší množství sladkostí. Při výběru potravin volte malá balení, která sní dítě najednou, zamezíte tím bolestem břicha a nezvaným zvířecím návštěvníkům ve stanu. Myslete také na počasí – teplo, vlhko.

**Cennosti** – Cenné věci, jako jsou např. zlaté náušnice, nechte raději ve vlastním zájmu doma. **Mobilní telefony jsou na tábore zakázány.**

**Kapesné** – Kapesné dejte dětem dle svého vlastního uvážení, ale je zbytečné dávat dětem velké částky (doporučujeme 200,- až 500,- korun). Obvykle jdeme do obchodu 1 – 2 x v průběhu tábora.

**Léky** – Nedávejte dětem jiné léky (tablety, kapky, mastičky, vitamíny), než které musí pravidelně užívat. Děti u sebe nesmí mít žádné léky! Léky nepravidelně užívané (Paralen, Brufen apod.) jsou obsaženy v táborové lékárně a budou dítěti podány pod dohledem dospělé proškolené osoby. Pravidelně užívané léky viditelně označte jménem dítěte a dávkováním a předejte u autobusu odpovědné osobě.

## Oblečení

13x spodní prádlo  
13x ponožky + 2x teplé ponožky (lépe tmavé)  
4x tričko s krátkým rukávem  
2x tričko s dlouhým rukávem  
4x mikina  
4x tepláky  
3x kraťasy  
oblečení na spaní (tričko s dlouhým rukávem, tepláky, teplé ponožky)  
teplá bunda  
čepice, slabé rukavice  
pokrývka hlavy – kšiltovka  
sluneční brýle  
šátek  
plavky  
pláštěnka

## Obuv

tenisky  
sandále  
pantofle (crocs)  
holínky  
pevné boty (vyšlápnutém na delší výlet)

## Hygienické potřeby

zubní kartáček + pasta  
kelímek  
2x ručník  
hřebec  
mýdlo  
šampón na vlasy  
balzám na rty

## Spaní

spacák  
nafukovací matrace  
karimatka  
polštářek  
(deka)

## Stravování

ešus  
lžíce + lžička  
nerozbitný hrneček s ouškem  
(plecháček)  
lahev na pití  
2x utěrka na nádobí  
škrabka na brambory

## Ostatní

baterka, čelovka + náhradní  
baterie  
repelent  
šitíčko (základní nitě, jehla, 4x  
zavírací špendlík  
kapesní zavírací nůž  
psací potřeby  
blok  
vak na špinavé prádlo (nejlépe látkový)  
kolíčky na prádlo  
oblíbená hračka, kniha, karty  
dopisní papíry/pohledy, známky  
(adresy)  
táborový zpěvník (z minulých let),  
hudební nástroj  
jídlo na přilepšenou 😊 (trvanlivé potraviny)