

Adaptační pobyt

Horská chata Dům sv. Josefa, Staré Hamry

Termín: 2. 9. – 4. 9. 2024 třídy: PS1A, PS1B
Termín: 4. 9. – 6. 9. 2024 třídy: NA1, OS1

Rekreační zařízení Vítkovice, Horní Bečva

Termín: 2. 9. – 4. 9. 2024 třída: AZ1, MZ1

Penzion na Lůkách, Horní Bečva

Termín: 4. 9. – 6. 9. 2024 třída: LY1

Cena kurzu: 1 900 Kč (ubytování, doprava, strava, vstupy)

1 900,-Kč složte ve prospěch účtu číslo 71633761/0100 do 31. 7. 2024

Variabilní symbol: 3240344

Specifický symbol: 324511

Konstantní symbol: 558

Do zprávy pro příjemce uveďte jméno žáka, třídu.

Kontaktní osoba: Mgr. Eva Pazourková nebo třídní učitel

E-mail: eva.pazourkova@zdrav-ova.cz

Třída: kontakt na třídního učitele

AZ1	Mgr. Denisa Marková	denisa.markova@zdrav-ova.cz
LY1	Mgr. Jana Gürtlerová	jana.gurtlerova@zdrav-ova.cz
MZ1	Mgr. Alžběta Žákovčiková	alzbeta.zakovcikova@zdrav-ova.cz
NA1	Mgr. Martina Pravidíková	martina.pravidikova@zdrav-ova.cz
OS1	Mgr. Štěpánka Stašová	stepanka.stasova@zdrav-ova.cz
PS1A	Mgr. Renáta Tylšarová	renata.tylsarova@zdrav-ova.cz
PS1B	Mgr. Lucie Mráčková	lucie.mrackova@zdrav-ova.cz

Všichni účastníci odevzdají potvrzení o bezinfekčnosti podepsané zákonným zástupcem. Potvrzení odevzdáte na přiloženém formuláři (nesmí být starší než 3 dny).

Co budeme s sebou potřebovat!

Oblečení: pevná turistická obuv, tenisky, přezůvky, sportovní oděv pro teplé i chladné dny, plavky, pláštěnka, větrovka, pokrývka hlavy, další potřebné části oděvu, malý batoh.

Hygiena: běžné hygienické potřeby, ručník, hygienické vložky, krém na pleť, opalovací krém s ochranným faktorem, brýle proti slunci, (je velmi ostré, musíte si chránit pleť i zrak)

Léky: **s sebou všechny léky, které pravidelně užíváte, s potvrzením rodičů, jak často je musíte užívat.**

Pro další případy si musí účastníci kurzu vzít následující léky a zdravotnický materiál:

Nachlazení Paralen, Ibobrufen apod.

Průjem Enterol nebo Smecta, Biopron forte

Oční ošetření Ophtalmoseptonex gtt., Visine gtt

Zhmožděniny Ibalgin gel nebo Voltaren gel

Pro prevenci a další ošetření: Repelenty proti klíšťatům, pružné obinadlo, náplast, přízové obinadlo, panthenol.

Ostatní: **občanský průkaz, průkaz pojištěnce**, šicí a psací potřeby, deníky, kapesné (občerstvení mimo stravu). Dobrou náladu (počasí neovlivníme) a vše, co k tomu potřebujete: písničky, malé hudební nástroje, zpěvníky, knihy, scénky, hry.

Vše potřebné budete mít sbaleno v jednom zavazadle.