

# Półkolonie w pigułce

ZIMA

## ★ CEL

**Stawiamy na wszechstronny rozwój, dlatego też na naszych półkoloniach każdy znajdzie coś dla siebie!**

Ciekawe zagospodarowanie dzieciom czasu i aktywny wypoczynek to dla nas podstawa. Przez pięć dni dzieci przeżyją niezapomnianą przygodę!

Ferie Zimowe w mieście nie muszą być nudne. Każdy dzień zimowych półkolonii po brzegi wypełniony atrakcjami.

## 🧳 CODZIENNY BAGAŻ

**Każdego dnia półkolonii na dzieci czekają różnorodne atrakcje.**

Z pewnością przyda im się dobrze wyposażony bagaż podręczny. Plecak powinien być niewielki i lekki. Zadbajmy o to by w podręcznym plecaku znajdowało się wszystko co potrzeba. Oprócz podstawowych rzeczy (chusteczki higieniczne, mała butelka z wodą niegazowaną lub bidon, który będziemy uzupełniać) oraz torby basenowej w której powinny znaleźć się: strój jednoczęściowy / kąpielówki, czepek, okulary, ręcznik, klapki

oraz kosmetyki do umycia po basenie, każdego dnia będziemy informować Państwa o pozostałych niezbędnych uwarunkowanych pogodą oraz planem dnia drogą sms-ową na podany w formularzu numer kontaktowy.

Zachęcamy również do podpisania cennych przedmiotów, które dzieci biorą ze sobą na czas półkolonii.

Zapewniamy cały pozostały sprzęt potrzebny do realizacji półkolonii.

## 🍴 WYŻYWIENIE

Podczas półkolonii zapewniamy pełne wyżywienie:

- Drugie śniadanie (w formie np. owoców/musów owocowych/rogalików/batoników zbożowych)
- Dwudaniowy obiad (zupa oraz drugie danie)
- Podwieczorek (w formie np. owoców/musów owocowych/rogalików/batoników zbożowych)
- + Ciepłe napoje (herbata czarna/owocowa) oraz woda niegazowana.

## ZBILANSOWANA DIETA

**Dokładamy wszelkich starań, aby dieta naszych podopiecznych była bogata w pełnowartościowe oraz urozmaicone produkty.**

Duży nacisk kładziemy na nawodnienie organizmu, ponieważ wiemy że jest to kluczowa sprawa zarówno w sporcie jak i codziennym życiu, dlatego też podczas półkolonii dzieci mają zapewnioną wodę bez ograniczeń (uzupełnianie bidonów).

Jeżeli dziecko stosuje specjalistyczną dietę, prosimy o zaznaczenie tego faktu w formularzu / karcie zdrowia oraz nadesłanie nam drogą mailową przykładowego tygodniowego jadłospisu z uwzględnieniem predyspozycji żywieniowych dziecka.

## ELEKTRONIKA

Podczas półkolonii zapewniamy dzieciom atrakcje, które zachęcają je do aktywnego spędzania czasu oraz integracji. Całkowicie

ograniczamy używanie elektroniki. Jako kadra będziemy dostępni pod numerami wystanymi Państwu w mailu informacyjnym.

## LEKI

Jeśli Państwa dziecko ma zażywać podczas trwania półkolonii stałe leki, prosimy o przekazanie ich każdorazowo przy zbiórce. Leki powinny być zamknięte w niewielkim plastikowym pudełku podpisanym na zewnątrz imieniem i nazwiskiem dziecka. W środku pudełka,

do leków prosimy dołączyć na osobnej kartce szczegółowy opis dawkowania.

Zapewniamy wszystkie pozostałe pomoce medyczne.

Informujemy również o bezwzględnym zakazie zaopatrywania dziecka w leki które ma przyjmować na własną rękę.

## MIEJSCE ZBIÓREK

Poranna zbiórka uczestników: godzina 8:00 Szkoła Podstawowa nr 100, Albertyńskie 36, parking bezpłatny.

Zbiórka popołudniowa / odbiór dzieci: godzina 16:00 Basen „Pływaczek” Sp 155 os. 2 Pułku 21, parking bezpłatny.