



TABERE PE TERRA



Ghidul tău pentru o experiență la munte

Welcome

Lifestyle and health.

Tabere pe Terra îmbină educația cu natura și distracția, iar pentru o experiență inedită, trebuie să fim pregătiți din toate punctele de vedere.

- echipament potrivit
- articole de igienă personală
- trusă de medicamente
- aviz medical(sau declarația părintelui)
- bună dispoziție 😊





TABERE PE TERRA



Ghidul tău pentru o experiență la munte

Echipament

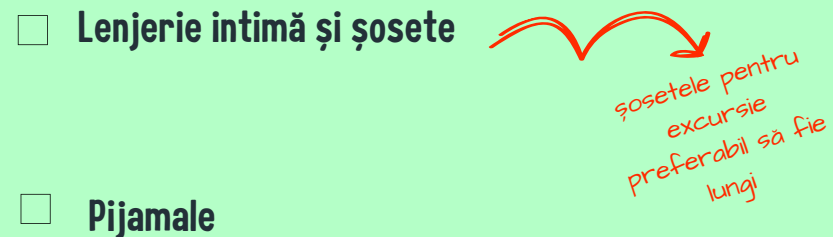
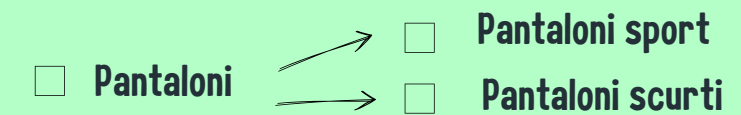
Haine

Chiar dacă e primăvară, la munte vremea este schimbătoare și temperatura este de aproximativ 20 - 25 °C

Tricourile zilnice de schimb, pantaloni lungi, hanorace pentru zile reci și o geacă de ploaie. Acestea sunt nelipsite în bagaj.

Pijamale lungi, un singur costum de baie și câte un set de lenjerie intimă pentru fiecare zi.

Activitățile vor fi atât în interior, cât și afară iar elevii vor avea acces oricând la garderobă, dar în excursii, trebuie să fie pregătiți pentru orice tip de vreme.



TABERE PE TERRA



Ghidul tău pentru o experiență la munte

Echipament

Încălțăminte

Încălțăminte poate face diferența între o plimbare pe munte făcută cu plăcere și una chinuitoare dacă copilul nu are încălțăminte comodă.

Ideal este să poarte de 2-3 ori încălțăminte înainte de tabără, ca să nu le facă rodajul acolo.

Pentru activitățile de tabără, în interior și exterior, este potrivit să aibă adidași comozi și ușori.

Papucii de interior sunt necesari pentru a sta cu ei în cameră.

Accesorii

Aceste accesorii sunt recomandate: ochelari de soare, caciulă/șapcă

Ghete pentru drumetrie



Adidași comozi sport



Papuci de interior



Șapcă/ eșarfă





TABERE PE TERRA

Ghidul tău pentru o experiență la munte

Articole de igienă

Igiena intimă este foarte importantă, mai ales atunci când împarți același spațiu cu mai mulți copii.

Fiecare cameră are baie proprie.

Alte accesorii

Este ideal ca fiecare copil să dețină un prosop propriu.

Este mai ușor pentru elevi să știe ca are plasă pentru haine murdare, așa va fi mai multă ordine în cameră, și mai ușor pentru părinți acasă sa despacheteze.

Periuță și pastă de dinți



Perie de păr și elastice



Șampon și gel de duș



Deodorant + șervețele umede/uscate



Pungă pentru rufe murdare

Prosop de față



Prosop mare de corp





TABERE PE TERRA

Ghidul tău pentru o experiență la munte

Medicamente

Produse de prim ajutor

Suntem pregătiți pentru orice situație și vom deține deja aceste articole de prim ajutor.

Este important ca elevul să știe despre alergiile lui și să fie pregătit din acest punct de vedere.

Înainte de administrarea oricărui medicament, părintele va fi anunțat telefonic.

AVIZ MEDICAL

Copilul este apt pentru drumeții și plimbări scurte? Este apt activități sportive ușoare?

Avizul medicului de familie SAU declarația semnată a părintelui, sunt necesare.

#besafe

- Medicamente pentru răceală**
- Remedii pentru dureri în gât**
- Plasturi**
- Pastile pentru alergie**
- Unguent antiinflamator pentru lovituri, entorse**
- Gel dezinfectant**

- Aviz medical**





TABERE PE TERRA



Ghidul tău pentru o experiență la munte

Alte necesități

Necesități generale

Vom avea 2 petreceri, de început și de sfârșit de tabără, așadar, ținutele pot fi unele lejere, casual.

Banii de buzunar sunt necesari dacă au nevoie de ceva pe drum înspre/dinspre tabără, și în excursie, dacă vor să cumpere amintiri pentru acasă

Jurnalul de tabără este opțional.

Telefonul l-am lăsat la final.
Dorim ca elevii să nu folosească telefonul în tabără, motiv pentru care vor avea un program încărcat.

Vă vom ține zilnic la curent cu tot ceea ce fac elevii în tabără.

Îmbrăcăminte pentru petrecere

Bani de buzunar

Jurnal de tabără

Telefon + încărcător

Sticlă pentru apă

Nu încărcați bagajul copilului cu lucruri inutile:

- tabletă/laptop
- mâncare
- lucruri care pot deveni arme albe
- bauturi alcoolice/nonalcoolice



TABERE PE TERRA



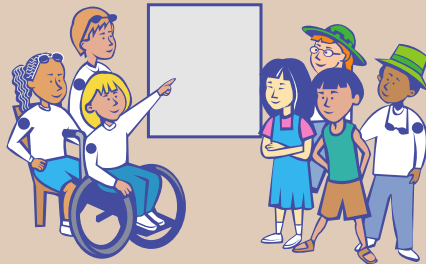
Ghidul tău pentru o experiență la munte

Nu uita!

Nevoi speciale sau alergii

Dacă are copilul tău o anumită alergie sau o nevoie specială, nu uita să ne-o comunici.

Este important să se autoprotejeze și să știe ce este bine sau nu pentru el/ea.





TABERE PE TERRA



Ghidul tău pentru o experiență la munte

ULTIMA SUTĂ DE METRII

Sfaturi utile

- ✓ Generează emoție prin implicarea copilului în pregătirea bagajului
- ✓ Mergeți împreună la cumpărături
- ✓ Verificați împreună lista lucrurilor pentru tabără
- ✓ Folosește etichete pentru lucruri și bagaj
- ✓ Obiectele scumpe să rămână acasă
- ✓ O surpriză de ultim moment (în cazul în care copilul este stresat pentru că va fi departe de casă, scrie-i o scrisoare încurajatoare și pune-o în geantă.)

**PREGĂTIȚI-VĂ PENTRU O TABĂRĂ...
GENIALĂ!**

www.taberepeterra.com

Paula - 0744 180 365

Iulia - 0731 434 890

