



Informacja dla rodziców - Summer Camp w Janowie Lubelskim 2025

1. Organizator : **FIZJO-CAMP PAWEŁ KUBICKI**

2. Miejsce: „OŚRODEK ZOOM PRZYGODY” PLUS EMES
w Janowie Lubelskim ul. Turystyczna 10 , 23-300 Janów Lubelski

3. Terminy: 28.06.2025 – 7.07.2025 r. Turnus

- Uczestnicy jadą i wracają autokarem. Miejsce odjazdu i przyjazdu grupy to PAŃSTWOWA SZKOŁA MUZYCZNA NR I ul. Grochowska 64 - Warszawa Praga Południe
- Zbiórka w SOBOTĘ dnia 28.06.2025 r. o 8.00 odjazd około 8.30, powrót z obozu szkoleniowego w PONIEDZIAŁEK dnia 07.07.2025 r. przyjazd około 13-14stej pod PAŃSTWOWĄ SZKOŁĘ MUZYCZNĄ NR I .

4. Opieka:

- Kierownik obozu: Paweł Kubicki (505 503 163 o każdej porze☺ w miarę możliwości będzie odbierał telefony)
- Paweł Mak – instruktor od parku linowego i zajęć survivalowo-sportowych
- Wychowawca : Katarzyna Niepokój - czynna nauczycielka w szkole prywatnej ponad 5 letnie doświadczenie w pracy pedagogiczno-wychowawczej
- Wychowawca : Dariusz Łopaciński - czynny nauczyciel wychowania fizycznego w SP 215 z wieloletnim doświadczeniem w pracy pedagogiczno-wychowawczej
- Reszta kadry pedagogiczno-wychowawczej zostanie podana przed wyjazdem obozowym

5. Baza:

- domki (ZOOM PRZYGODY) plus domki (EMES)
- opieka medyczna lekarz (w razie potrzeby na wezwanie lub wizyta w przychodni, szpitalu pod opieką kierownika lub wychowawcy) , pielęgniarka , ratownik medyczny
- stołówka: posiłki 3 razy dziennie + podwieczorek eko (posiłki serwowane)
- boisko trawiaste lub teren (piłka nożna, piłka siatkowa, ringo, siatko noga, badminton, frisbee)
- unihokej
- boisko do piłki plażowej
- akwen wodny – zalew sztuczny
- kamizelki ratunkowe
- kajaki
- ogrodzony teren do gier i zabaw terenowych (np. podchody, chowanego)
- tenis stołowy
- bilard
- sala konferencyjna

- świetlica
- zajęcia linowe
- atrakcje dmuchane

6. Wyposażenie obozowe dziecka: WAŻNE!!!

karta kwalifikacyjna, warunki uczestnictwa i umowa dostępne na stronie www.fizjo-camp.pl
Warunki uczestnictwa, karta kwalifikacyjna i umowa dokładnie wypełnione oraz podpisane następnie wydrukowane jeden podpis na karcie kwalifikacyjnej drugi podpis na umowie trzeci na warunkach uczestnictwa po złożeniu podpisów wykonanie skanu i odesłanie na fizjo.camp.biuro@gmail.com **BEZ TYCH PODPISÓW KARTA, WARUNKI UCZESTNICTWA ANI UMOWA JEST NIEWAŻNA**) - **ORYGINAŁY PROSZĘ SKŁADAĆ OSOBIŚCIE W SP215 LUB WYŚLAĆ LISTEM NA ADRES OTWOCK UL. REYMONTA 2. MAKSYMALNIE DO 30.04.2025 ROKU . ORGANIZATOR MUSI POSIADAĆ KOMPLET DOKUMENTÓW W ORYGINALE (WARUNKI UCZESTNICTWA, UMOWA I KARTA KWALIFIKACYJNA Z PODPISAMI OBOJGA RODZICÓW) !!!**

- obowiązkowo podpisana imieniem i nazwiskiem apteczka osobista, która będzie przechowywana przez kierownika obozowego – przykładowe wyposażenie: (aviomarin, witaminę C, rutinascorbin, polopirynę, wapno, tabletki do ssania na gardło, krem ochronny z filtrem UV koniecznie, preparat przeciw komarom i kleszczom, plastry opatrunkowe)
- kieszonkowe, które może być przechowywane przez wychowawców obozu szkoleniowego w „BANKU” – obowiązkowo podpisane i umieszczone w małym portfeliku lub saszetce **WAŻNE!!! PROSZĘ O NIE WKŁADANIE PIENIĘDZY DO KOPERT** – Kwota kieszonkowego sprawa indywidualna i osobista według uznania propozycja w nawiasie (np. jedna wizyty w sklepie spożywczym np. 30 zł -35 zł) w tym roku może 1-2 wizyty osobiste.
Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pieniądze, które nie znajdują się w „BANKU”
- osobno i równo odliczone pieniądze proszę przygotować w przypadku dodatkowych atrakcji
 - jedna atrakcja 140 zł
 - dwie atrakcje 210 zł
 - trzy atrakcje 280 zł
 - cztery atrakcje 320 zł
 - 50 zdjęć dedykowanych 160 zł - osobno płatne nie jest to atrakcja jedna z 4

Sprzęt i ubrania do zajęć sportowych:

- nakrycie głowy czapka z daszkiem (bandamka lub chusta)–**OBOWIĄZKOWO!!!**
- buty sportowe z płaską podeszwą (halówki, trampki) - 2 pary
- kalosze 1 para
- mały plecak (potrzebny do spakowania butów, picia na zajęcia sportowe),
- podpisany bidon lub butelka na wodę
- **jedna biała koszulka z założeniem do mocnego wybrudzenia (festiwal kolorów)**
- **jeden gorszy całociowy strój np. dres lub inny dowolny wygodny (jazda terenowa Jeepami – przeprawa bagienna)**
- koszulki, spodenki sportowe
- majtki, podkoszulki i skarpetki – min.10 sztuk
- dresy – przynajmniej jeden
- kurtka ortalionowa – nieprzemakalna na wiatr i deszcz

Sprzęt do pływania (kąpania):

- czepek kąpielowy (kto chce może zabrać)
- kąpielówki

- okulary – zgodnie z uznaniem
- klapki (do chodzenia w miejscu zakwaterowania, powinny być gumowe-szybkoschnące, nie materiałowe),
- minimum 2 ręczniki
- przybory toaletowe do higieny osobistej

7.Inne:

- prosimy wyposażyć dzieci w worki foliowe lub inne worki do segregacji ubrań czystych od brudnych
- na obóz dzieci mogą ale nie muszą zabierać telefonów komórkowych, będą one zbierane przez kierownika i wychowawców zgodnie z regulaminem obozu szkoleniowego zawartym w karcie kwalifikacyjnej i warunkami uczestnictwa – **tel. rozdawane będą 2 x w ciągu trwania całego obozu godzinach wolnych od zajęć programowych**
- **dla osób, które pojadą na obóz bez telefonu komórkowego są to osoby biorące udział w wyzwaniu - specjalna nagroda przewidziana na koniec obozu**
- nie przewiduje się odwiedzin dzieci podczas obozu szkoleniowego (stały kontakt telefoniczny z kierownikiem),
- dzieciaki nie zabierają ze sobą sprzętu elektronicznego typu PSP, LAPTOPY, TABLETY, IPAD'Y i.t.p. – organizator nie ponosi odpowiedzialności za sprzęt elektroniczny i zostanie on zdeponowany na cały czas trwania obozu szkoleniowego i oddany w ostatni dzień
- proszę o przygotowanie stosownych upoważnień i kartki informacyjnej ze szczegółowym rozpisaniem leków które córka/syn będzie przyjmować podczas trwania obozu szkoleniowego,
- **BARDZO WAŻNE!!!** proszę o bardzo dokładne przeanalizowanie a następnie spakowanie najpotrzebniejszych rzeczy na wyjazd aby bagaże były rozmiaru małego lub ewentualnie średniego (chodzi o walizki) naprawdę proszę unikać BIG walizek!!!
- **Organizator zapewnia bezpłatnie wodę niegazowaną w ilościach zabezpieczających zapotrzebowanie każdego uczestnika/czki w trakcie trwania całego turnusu.**

DO POCZYTANIA POMOCNE I WAŻNE INFORMACJE !!!

Kontakt Rodziców z uczestnikami - Zalecamy Rodzicom, aby jak najrzadziej kontaktowali się z uczestnikami w czasie obozu (przesłanki praktyczne wskazują, że raz na dwa dni kontakt jest zupełnie wystarczający). Brak kontaktu z rodzicami szczególnie dobrze służy młodszym i tym, którzy po raz pierwszy będą jechali na wakacje bez rodziców. Częsty kontakt telefoniczny z Rodzicami (zwłaszcza na początku pobytu) wpływa bardzo niekorzystnie na funkcjonowanie uczestników na miejscu. Czasami oczekiwanie na rozmowę z rodzicem jest jedyną rzeczą, na której koncentruje się uczestnik. Utrudnia to aktywny udział w zajęciach i uniemożliwia życie z grupą. Na wyjeździe zawiązują się nowe przyjaźnie. Do tego potrzebna jest jednak integracja z grupą nowych znajomych. Koncentrowanie się na kontakcie z rodzicami taki proces utrudnia i pozbawia uczestnika możliwości pełnego wykorzystania tej możliwości. Dodatkowo możliwość częstego rozmawiania z rodzicami przez jednych uczestników budzi duże emocje u tych, którzy takiej możliwości nie mają. Z tych wszystkich powodów proponujemy ograniczyć kontakt z uczestnikami do niezbędnego minimum. Uczulamy na treść rozmów telefonicznych z uczestnikami na początku obozu. Czasami uczestnicy mają problemy z zaaklimatyzowaniem się w nowym otoczeniu. Starają się wtedy zrobić wszystko, żeby wrócić do domu. W rozmowach z Rodzicami twierdzą, że trafili na fatalny obóz: inni uczestnicy są beznadziejni, kadra jest okropna, jedzenie niedobre i generalnie - "jak po mnie nie przyjedziesz, to stąd ucieknę". Treści takich rozmów proszę PILNIE konsultować z kierownikiem. Zwykle sytuacja po krótkim czasie zmienia się o 360 stopni.

Tęsknota za domem

Tęsknota za domem, za rodzicami jest czymś zupełnie normalnym i w większości wypadków - nieuniknionym. Postaramy się tak zorganizować życie na obozie, żeby chwil na rozmyślanie o domu, rodzicach, dziadkach, zwierzętach było jak najmniej. Będziemy wyczuleni na emocje zwłaszcza młodszych uczestników obozu. W

poradzeniu sobie z tęsknotą za domem przeszkadza częsty kontakt telefoniczny z rodzicami. Pomaga natomiast rozmowa o tym przed obozem, uczulenie na to, że mogą być słabsze okresy (zwłaszcza na początku obozu) i zapewnienie o rodzicielskiej miłości, zaufaniu i trosce. Zdecydowanie odradzam umowę "jak będzie źle, to po ciebie przyjadę", bo jest to gwarancja, że będzie źle.