

Seznam věcí na školu v přírodě

Tento seznam je určen pro účastníky školy v přírodě v horách v červnu od 16.6. 2025 do 20.6. 2025 v Sanatoriu Edel ve Zlatých Horách (5 dní). Počasí může být velmi proměnlivé – od horka po déšť či chladná rána.

Oblečení

- 4× tričko s krátkým rukávem (ideálně funkční nebo bavlněné)
- 2× tričko s dlouhým rukávem
- 1× mikina nebo svetr (jedna teplejší)
- 1× teplejší bunda (nejlépe softshell nebo fleecová)
- 1× pláštěnka (skládací do batohu)
- 1× dlouhé kalhoty (do terénu)
- 2× kraťasy (pro teplé dny)
- 1× tepláky nebo legíny (na večer a do ubytování)
- 4× spodní prádlo
- 5× ponožky + 2× teplé ponožky (např. na výšlap nebo na spaní)
- 1× pyžamo (ne noční košile)
- 1× kšiltovka nebo klobouček proti slunci
- 1× sportovní obuv (pevná, vhodná do hor)
- 1× přezůvky (do ubytování)
- 1× sandály nebo pantofle (do sprchy/ven)

Hygienické potřeby (zvažte dle vlastní potřeby a zvážení – dívka/chlapec, individuální divpozice, ...)

- Zubní kartáček + pasta
- Hřeben nebo kartáč na vlasy
- Ručník
- Mýdlo/sprchový gel (ne v největším balení 😊)
- Šampon
- Krém na opalování
- Balzám na rty (pro citlivější typy pokožky)
- Papírové kapesníky

Na spaní (dle uvážení 😊)

- Plyšák nebo malý polštářek

Vybavení

- Malý batoh na výlety
- Láhev na pití (nejlépe 0,5–1 l, uzavíratelná)
- Pouzdro (pero, tužka, pastelky, fixy, malé pravítko, blok - bloček)

- Knížka, omalovánky, karty nebo malá hra na večer – co má dítě rádo
- Sáček na špinavé prádlo
- Obálka s léky (označená jménem dítěte + pokyny)

Doporučení

- Dát dítěti seznam věcí do kufru/batohu (pomůže s balením zpět)
- Při balení počítat s proměnlivým počasím v horách – ráno chladno, odpoledne teplo, možnost deště

Co nebrat

- Mobilní telefon
- Cennosti (šperky, další elektronika)
- Větší množství sladkostí