

DO ZAPOZNANIA SIĘ, NIE TRZEBA DRUKOWAĆ!

I. WYKAZ NIEZBĘDNEGO WYPOSAŻENIA UCZESTNIKA

- kimono/ strój sportowy (długie spodnie- dresy, legginsy), koszulki treningowe, klapki, bielizna, koszulki, krótkie spodnie, spodnie, dresy, bluzy, coś przeciwdeszczowego, strój kąpielowy, czapka z daszkiem, piżama, sandały, trampki/ adidas, worek na brudne ubrania/ bieliznę (sprawdzi się na śmieci z taśmami), ręcznik pod prysznic, ręcznik kąpielowy (najlepiej szybko schnący), krem z filtrem (dodatkowo można zabrać preparat po opalaniu), szczoteczka i pasta do zębów, żel pod prysznic, szampon do włosów, mydło do rąk, szczotka/ grzebień do włosów, jeśli dziewczynki mają problem z rozczesywaniem włosów- spray ułatwiający rozczesywanie, mokre chusteczki, suche chusteczki, preparat na komary i kleszcze

II. REGULAMIN UCZESTNIKA

1. Uczestnik wycieczki ma prawo do:

- a. zgłaszania kadrze uwag o programie oraz organizacji zajęć, które będą w miarę możliwości uwzględniane,
- b. do udziału w zajęciach programowych organizowanych dla danej grupy.

2. Każdy uczestnik wycieczki ma obowiązek:

- a. bezwzględnego podporządkowania się obowiązującemu podczas wycieczki regulaminowi uczestnika, kąpeli, transportu, poruszania się po drogach,
- b. podporządkowania się instruktorom i wychowawcom,
- c. przestrzegania ustalonego rozkładu dnia, brania udziału w zajęciach,
- d. szanowania i zabezpieczenia przed uszkodzeniem lub zniszczeniem mienia Ośrodka Wypoczynkowego, sprzętu wycieczki i mienia osobistego (Organizator nie bierze odpowiedzialności za uszkodzenia lub zniszczenie mienia Ośrodka Wypoczynkowego lub osobistego uczestników wycieczki),
- e. utrzymania czystości i porządku na terenie miejsca zakwaterowania oraz w obiektach ogólnodostępnych,
- f. kulturalnego zachowania się w stosunku do wszystkich osób,
- g. dostosować się do przyjętego reżimu sanitarnego/zasad bezpieczeństwa sanitarnego.

3. Uczestnikom obozu zabrania się:

- a. posiadania i palenia papierosów, także elektronicznych
- b. posiadania i picia napojów alkoholowych,
- c. posiadania i brania środków odurzających,
- d. posiadania materiałów pirotechnicznych, replik broni i innych przedmiotów zagrażających bezpieczeństwu uczestników,
- e. posiadania telefonów komórkowych i innych urządzeń multimedialnych,
- f. samowolnego oddalania się z terenu wycieczki oraz od grupy,
- g. samowolnego zbliżania się do zbiorników i cieków wodnych, samowolnej kąpeli w nich, kąpeli poza wyznaczonym kąpieliskiem bez nadzoru opiekuna z uprawnieniami wychowawcy.

4. Ustala się następujące kary za nieprzestrzeganie regulaminu:

- a. upomnienie uczestnika w obecności grupy,
- b. nagana z ostrzeżeniem,
- c. usunięcie z wycieczki.

Naruszenie przez uczestnika regulaminu dotyczącego bezpieczeństwa – w szczególności zasad zbliżania się do wody, samowolnego oddalania się od grupy, niepoinformowanie kadry o oddaleniu się z terenu wycieczki może skutkować usunięciem z wycieczki.

III. REGULAMIN PORUSZANIA SIĘ PO DROGACH I WYCIECZEK

1. W czasie wycieczki jej uczestnicy podporządkowują się poleceniom Kadry.

2. Uczestnicy idą zwartą grupą w szyku podanym przez prowadzącego, maksymalnie czwórkami, na przedzie grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najmłodszy uczestnik, którzy nadają tempo marszu pozostałym, kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wycieczki i jeden z wychowawców.

3. Kolumna porusza się według następujących zasad:

- a. należy pamiętać, że kolumna pieszych składająca się z dzieci powyżej 10 roku życia porusza się prawą stroną jezdni. Liczba osób idących w kolumnie obok siebie nie może przekroczyć czterech osób (pod warunkiem, że kolumna nie zajmuje więcej niż połowy szerokości jezdni), zaleca poruszanie się kolumną dwuosobową. Długość kolumny pieszych nie może przekraczać 50 metrów, a odstępy między kolumnami nie mogą być mniejsze niż 100 metrów,
- b. przy ograniczonej widoczności prowadzący kolumnę pieszych (poruszający się po lewej stronie kolumny - bliżej drogi) musi świecić latarką o barwie koloru białego w przód, natomiast ostatnia osoba będąca w kolumnie powinna świecić latarką o barwie koloru czerwonego do tyłu,
- c. w przypadku, gdy długość kolumny pieszych przekracza 20 m, niezależnie od warunków pogodowych prowadzący i zamykający kolumnę pieszych zobowiązany jest mieć na sobie element odblaskowy. Osoby idące w kolumnie przy skrajnej stronie ulicy (lewa strona) muszą nieść dodatkowe latarki barwy koloru białego rozmieszczone w odległości między sobą nie większą niż 10 m,
- d. w trakcie mgły poruszanie się kolumny pieszych jest ZABRONIONE,
- e. w przypadku kolumny pieszych składającej się z dzieci w wieku do lat 10, poruszanie się kolumny odbywa się lewą stroną jezdni a tworzące je osoby obligatoryjnie poruszają się dwuosobowo. W przypadku w/w kolumny pieszych przy niedostatecznej widoczności na drodze poruszanie się kolumny jest zabronione.

4. W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach lub innych szlakach przeznaczonych dla pieszych. Jezdnię przekraczamy jedynie w miejscach wyznaczonych lub przewidzianych przepisami.

5. Nie wolno:

- a. odłączać się od grupy bez zezwolenia prowadzącego,
- b. maszerować po jezdni kolumną pieszych do lat 10 w warunkach niedostatecznej widoczności,
- c. prowadzić po jezdni kolumny pieszych przez osobę w wieku poniżej 18 lat.

6. Podczas wycieczki jeden opiekun powinien przypadać na maksymalnie:

- a. 10 uczestników (turystyka kwalifikowana, np. górską),
- b. 15 uczestników przy innych formach, m. in. z wykorzystaniem publicznych środków komunikacji.

IV. REGULAMIN KĄPIELI I KĄPIELISKA

1. Kąpiel indywidualna jest surowo zabroniona.
2. Kąpiel może odbywać się tylko w wyznaczonym miejscu w grupach po 10 osób, w obecności ratowników oraz pod opieką wychowawców.
3. Kąpiel rozpoczyna się i kończy na sygnał podany przez prowadzącego kąpiel.
4. Przed wejściem do wody i wyjściem z niej prowadzący kąpiel odlicza obecnych.
5. Nie wolno wypływać poza teren oznakowany, skakać do wody z pomostów, kamieni itp.
6. W czasie kąpeli nie wolno wznosić okrzyków i wywoływać zbędnych alarmów.
7. Osoby pozostające na brzegu cały czas powinny obserwować kąpiących się.
8. Każdy naruszający postanowienia regulaminu kąpeli może zostać dyscyplinarnie wydalony z obozu.
9. W przypadku korzystania z kąpielisk ogólnodostępnych poza terenem wypoczynku wychowawca ma obowiązek zapoznać uczestników z regulaminem danego obiektu/kąpieliska.
10. Wszystkie osoby znajdujące się na terenie kąpieliska są obowiązane podporządkować się nakazom ratowników.
11. Podczas przebywania na terenie plaży i kąpieliska, ograniczony jest bezpośredni kontakt z osobami trzecimi np. przez wyznaczenie przestrzeni dla grupy