



SPORTLÄGER för BARN



HEJ,

Ditt barn har antagits till ett sportläger.

Vänligen läs noga igenom lägerhäftet, vilket innehåller instruktioner för lägret. Föräldrarna ska fylla i och returnera den nedre delen av lägerbrevet till lägerledarna då lägret börjar.

Se även programöversiktet för lägerveckan, som ger dig en uppfattning om vad veckoprogrammet kommer att bestå av. Programmet kommer att kompletteras och modifieras av ledarna under varje lägervecka.

Om ditt barn inte kan delta på lägret, kan du avboka ditt deltagande: via online-registreringssystemet fram till måndagen före lägerveckan, eller via e-post till liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi. Om avbokningen inte görs inom tidsramen kommer lägeravgiften att debiteras i sin helhet.

Avgiften för lägerveckan är 45,00 €/vecka/deltagare, och den skickas via email efter lägerveckan. Obetalda fakturor kommer att skickas för inkasso.

Frånvaro under lägerveckan ska rapporteras direkt till lägerledarna via telefon eller SMS.

Välkommen till våra sportsliga dagsläger!

Bästa lägerönskingar,

Milla Sjöblom

040 1836 113

liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi



HEJ LÄGERDELTAGARE

Läs denna lägerinbjudan och veckoprogrammet noggrant för att få en bra överblick över lägeraktiviteterna. Veckoprogrammet fungerar som ett ramverk för lägeraktiviteterna. Det berättar vad som kommer att hända under lägerdagarna och vilken utrustning du kan behöva ta med dig. För till exempel simkning behöver du ta med dig din simutrustning. Lägrats ram är densamma varje vecka, men veckoprogrammet är inte fastslaget, utan är ett vägledande verktyg för att få en överblick på vad lägerveckan innehåller.

Veckans innehåll kan variera från vecka till vecka med tanke på olika lekar och aktiviteter som försöks modifieras enligt barnens önskemål. Instruktorerna kommer att slutföra programmet i början av veckan och informera hemmen om eventuell extra utrustning som kan behövas under veckan t.ex. simkläder. Utomhusaktiviteterna är beroende av vädret, men vi är inte rädda för lite regn och det går bra att klä sig efter vädret.

Lägren börjar på måndag kl. 8.30 på den plats som ni har valts ut för! Daglägren pågår från 8.30 till 15.30. Lägren leds av idrottsinstruktörer från idrottstjänsterna och sommarjobbare. Dagen börjar och slutar alltid på lägerplatsen eller i dess omedelbara närhet. Om du lämnar lägret tidigare på dagen hoppas vi att föräldrarna noterar lägerprogrammet. Lägerdeltagarna tillbringar inte hela dagen på samma plats, så att komma eller lämna lägret under dagen, kan göra det svårt att slutföra det planerade programmet. Ankomster och avgångar som avviker från de normala start- och sluttiderna för lägerdagen måste alltid meddelas till ledarna i i förväg.

Måltiderna på daglägren sköts självant i form av picknick. Det är därför viktigt att ditt barn äter en rejäl frukost innan hen anländer till lägret. Mellanmålet äts i dagslägrats egna lokaler vid lunchtid. Mellanmålen ska vara produkter som kan förvaras utan kylning. Inga sötsaker, läsk eller chips. Vi kan inte lova kylförvaring eller mikrovågsugn för att värma mellanmålen. Ta hänsyn till den fysiska aktiviteten under dagen; det är en bra idé att ta med ett generöst, energirikt paket med snacks, inklusive rågbröd, frukt, grönsaker, snackbars. Klädbyte kan också vara nödvändigt.

Avgiften för veckan är 45 €/barn/vecka och faktureras efter veckan. Om du är förhindrad att delta i lägret, vänligen informera oss omedelbart till telefonnumret nedan eller via e-post så att vi kan ta ett annat barn från lägerkön.

Om du har några frågor eller funderingar om daglägren under veckan, vänligen kontakta koordinatoren för sporttjänster eller sommarlägerledaren. Vi svarar på alla frågor eller ändringar som rör dagslägret och vidarebefordrar all feedback och alla meddelanden till ledarna på lägret i fråga. Varje läger har sin egen lägertelefon, där du direkt kan rapportera eventuell frånvaro eller om en deltagare kommer sent/går tidigt från lägret.



FÖR FÖRÄLDRAR

Lägeravgiften på 45€/barn/vecka faktureras efter lägerveckan.

Det finns varken kylskåp eller mikrovågsugn på lägerplatserna, så packa med hälsosamma snacks som inte kräver dem.

Nedan finns ett frågeformulär för vårdnadshavare, som måste fyllas i och returneras till ledarna i början av dagslägret!



printa ut och klipp ut

eller skriv samma uppgifter på tomt papper

Barnets / barnens namn: _____

Lägerveckorna barnet/barnen deltar på: _____

Barnets/barnens ankomst till och från lägret (kryssa i):

Hämtas till lägret ☐

Hämtas från lägret ☐

Kommer själv till lägret ☐

Går själv hem från lägret ☐

Övrig information ledarna bör känna till om barnet (allergier, sjukdomar, behov av stöd mm.):

Barnets simkunnighet (kryssa i):

Obs! Simkunnigheten testas på lägret oberoende av svar.

Barnet kan simma 10m på både mage och rygg ☐

Barnet kan inte simma ☐

Osäker ☐

Vårdnadshavarens namn och underskrift: _____

CHECKLISTA FÖR LÄGRET

Kom ihåg:

- ✓ Lägertiderna är 8:30-15:30
- ✓ Ät en god frukost före lägret!
- ✓ Ta med egna snacks, t.ex. en termos, frukt, bröd
- ✓ Lämpliga kläder och ett ombyte
- ✓ Skriv ut den nedre delen av sidan och ta med den till lägret



Kontakta oss:

Mila Sjöblom

040 1836 113

liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi

LÄGERPLATSETS KONTAKTUPPGIFTER

- ★ Tikkurilan uimahalli 043 827 2517
- ★ Myyrmäen uimahalli 040 556 4161
- ★ Veromäen koulu 050 312 2036
- ★ Uomarinteen koulu 040 358 5079
- ★ Hiekkaharjun koulu 043 827 2480
- ★ Keimolanmäen koulu 040 640 2926
- ★ Lehtikuusen koulu 043 827 2481
- ★ Leppäkorven koulu 043 827 2476
- ★ Tikkurilan urheilutalo 043 827 2479
- ★ Ilolan koulu 040 484 2438
- ★ Rekolanmäen koulu 043 827 2478
- ★ Rajakylän koulu 043 827 2477

TIDTABELL FÖR LÄGRET

Veckorna 8, 23, 24, 26 och 42

Klockan	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Klo 8.30	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar
Klo 8.30-10	Lek och spel, bekantning av området samt överenskommelse om lägerregler	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	UTFLYKTSDAG	Önskedag hela dagen. Innehållet beror på samt varierar per läger
Klo 10-11.30	Lek och spel, bekantning av området samt överenskommelse om lägerregler	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	Utflykt	
Klo 11.30-12.15	Lunchpaus	Lunchpaus	Lunchpaus	Lunchpaus	Lunchpaus
Klo 12.15 ->	Pyssel och spel	Pyssel och spel	Pyssel och spel	Utflykt	
Klo 13.15	Lek och spel utomhus	Lek och spel utomhus	Lek och spel utomhus	Tillbaka till lägret från utflykten	
Klo 15-15.30	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar

Vecka 25:

Klockan	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Klo 8.30	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	Lägerdagen börjar	
Klo 8.30-10	Lek och spel, bekantning av området samt överenskommelse om lägerregler	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	UTFLYKTSDAG	Önskedag hela dagen. Innehållet beror på samt varierar per läger	MIDSOMMARAFTON, INGEN LÄGERVERKSAMHET
Klo 10-11.30	Lek och spel, bekantning av området samt överenskommelse om lägerregler	Idrottsliga spel & lekar eller utfärd till simhallen	Utflykt		
Klo 11.30-12.15	Lunchpaus	Lunchpaus	Lunchpaus	Lunchpaus	
Klo 12.15 ->	Pyssel och spel	Pyssel och spel	Utflykt		
Klo 13.15	Lek och spel utomhus	Lek och spel utomhus	Tillbaka till lägret från utflykten		
Klo 15-15.30	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	Lägerdagen slutar	