



# SPORTLÄGER för BARN



# HEJ,

Ditt barn har antagits till ett sportläger.

Vänligen titta 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 programöversikten 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 mandagen före lägerveckan, eller via e-post till [liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi](mailto:liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi). Om avbokningen inte görs inom tidsramen kommer lägeravgiften att debiteras i sin helhet.

Avgiften för lägerveckan är 34,00 €/vecka/deltagare, och den skickas till email i slutet av veckan. Obetalda fakturor kommer att skickas för inkasso.

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

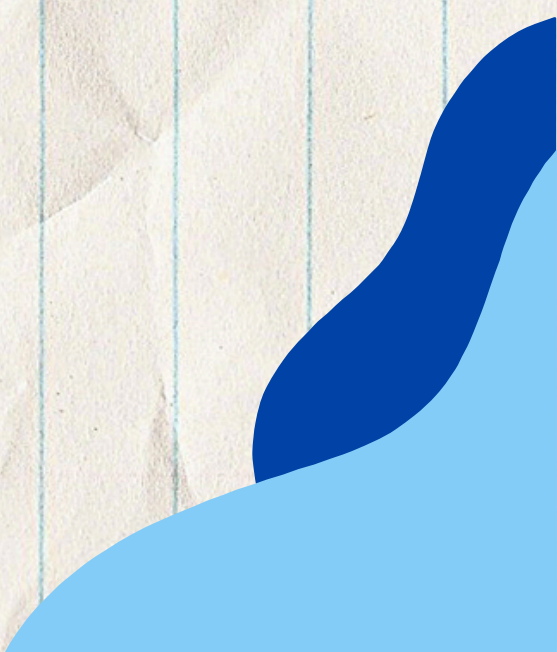
Välkommen till våra sportiga dagsläger!

Bästa lägerönskingar,

*Milla Sjöblom*

040 1836 113

[liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi](mailto: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 simning 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 dagslägren sköts självmant i form av picknick. Det är därför viktigt att ditt barn äter en rejäl frukost innan hen anländer till lägret. Mellanmålet äts i dagslägrets 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, nötter, snackbarer. Klädbyte kan också vara nödvändigt.

Avgiften för veckan är 34 €/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 dagslägren under veckan, vänligen kontakta koordinatören 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 34 €/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!



tulosta kirje ja

leikkaa tai kirjoita alla olevat tiedot tyhjälle paperille ja tuo lapsen mukana leirille

Lapsen nimi / lasten nimet \_\_\_\_\_

Leiriviikot, joille lapsi/lapset osallistuu \_\_\_\_\_

Lapsen tuleminen ja lähteminen päiväleiriltä (rastita)

saatetaan  noudetaan  tulee itse  saa lähteä itse

Ohjaajien on hyvä tietää lapsesta/lapsista (allergiat, krooniset sairaudet, erityisen tuen tarve):

Lapsen uimataito (rastita)

Huom! Uimataito testataan opetusaltaassa aina vanhempien arviosta huolimatta ennen isoon altaaseen pääsyä.

osaa uida vähintään 10m selkäuintia ja myyräuintia  ei osaa uida  en ole varma

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys sekä puhelinnumero

# 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:

Milla Sjöblom

040 1836 113

[liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi](mailto:liikunnalliset.paivaleirit@vantaa.fi)

# LÄGERPLATSEERS KONTAKTUPPGIFTER

- ★ Tikkurilan uimahalli 043 827 2517
- ★ Myyrmäen uimahalli 040 670 5437
- ★ Veromäen koulu 040 481 2470
- ★ Rajakylän koulu 040 358 5079
- ★ Viertolan koulu 043 827 2480
- ★ Uomarinteen koulu 040 640 2926
- ★ Seutulan koulu 043 827 2521
- ★ Lehtikuusen koulu 043 827 2481
- ★ Leppäkorven koulu 043 827 2476
- ★ Tikkurilan urheilutalo 043 827 2479
- ★ Ilolan koulu 040 484 2438

# TIDTABELL FÖR LÄGRET

VANTAAN KAUPUNKI  
Liikunnan palvelualue

Liikunnalliset päiväleirit

Weeks 8, 23, 24, 26 och 42

Kello	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8.30	leiri alkaa	leiri alkaa	leiri alkaa	leiri alkaa	leiri alkaa
8.30- n. 10.00	Tutustumisleikkejä ja pelejä; tutustuminen alueeseen ja leirisääntöjen teko	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	RETKIPÄIVÄ	Toivepäivä
n.10.00-	Tutustumisleikkejä ja pelejä; tutustuminen alueeseen ja leirisääntöjen teko	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	Retkellä	
11.30–12.15	Evästauko	Evästauko	Evästauko	Evästauko	Evästauko
n. 12.15-	Askartelu / lautapelit	Askartelu / lautapelit	Askartelu / lautapelit	Retkellä	Toivepäivä, ohjelma vaihtelee leiripistekohtaisesti
13.00–15.00	Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Paluu retkeltä...	
n. 15.00-					
15.30	kotiin	kotiin	kotiin	kotiin	kotiin

VANTAAN KAUPUNKI  
Liikunnan palvelualue

Liikunnalliset päiväleirit

VIKKO 25

Kello	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8.30	leiri alkaa	leiri alkaa	leiri alkaa	leiri alkaa	
8.30- n. 10.00	Tutustumisleikkejä ja pelejä; tutustuminen alueeseen ja leirisääntöjen teko	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	RETKIPÄIVÄ	Toivepäivä	JUHANNUSAATTO
n.10.00-	Tutustumisleikkejä ja pelejä; tutustuminen alueeseen ja leirisääntöjen teko	Liikuntaleikkejä /-pelejä tai retki uimahalliin	Retkellä		EI LEIRIÄ!!
11.30–12.15	Evästauko	Evästauko	Evästauko	Evästauko	
n. 12.15-	Askartelu / lautapelit	Askartelu / lautapelit	Retkellä	Toivepäivä, ohjelma vaihtelee leiripistekohtaisesti	
13.00–15.00	Ulkoliikunta	Ulkoliikunta	Paluu retkeltä...		
n. 15.00-					
15.30	kotiin	kotiin	kotiin	kotiin	

\* Viikko-ohjelma on alustava ja se voi muuttua leirikohteen, sääolosuhteiden, ohjaajien ja lasten toiveiden mukaan

\* Liikuntapalvelut pidättävät oikeuden viikko-ohjelman muutoksiin.