



# Chlapecký outdoorový LDT 2025

## TÁBOROVÝ ŘÁD

### OBECNÉ

**O1. Všichni účastníci jsou povinni řídit se tímto Táborovým řádem, bezpečnostními pokyny sdělenými účastníkům před jednotlivými aktivitami, pokyny hlavního vedoucího, vedoucích, zdravotníka, případně dalších osob činných během tábora (např. kuchař, zásobovač) a programem dne. Zákonný zástupce dítěte účastnického se tábora, svým podpisem na závazné přihlášce k účasti dítěte na táboře stvrzuje, že dítě s táborovým řádem seznámil a že s jeho obsahem a závaznými pravidly souhlasí. S táborovým řádem byly děti obeznámeny svými rodiči, nicméně s ním budou všichni účastníci tábora také dále seznámeni hlavním vedoucím v rámci školení bezpečnosti první den tábora. Každý má právo se v průběhu školení zeptat hlavního vedoucího na věci, kterým nerozumí a hlavní vedoucí je povinen mu je vysvětlit tak, aby jim porozuměl. Všechny děti se tábora účastní svobodně, z vlastní vůle, za podmínek a pravidel stanovených tímto táborovým řádem a programem tábora a svou účastí na táboře vyslovují souhlas s tím, že se jím budou řídit a respektovat všechna pravidla.**

**O2. Všichni účastníci tábora se účastní aktivně všech táborových činností, pokud jim v tom nebrání aktuální zdravotní, fyzický a psychický stav. O výjimce může rozhodnout pouze zdravotník nebo hlavní vedoucí. Případná zdravotní omezení účastníka jsou vypsána v přihlášce dítěte na tábor zákonnými zástupci a v lékařském potvrzení lékařem.**

**O3. Bez vědomí a souhlasu vedoucího se děti nesmějí vzdálit z prostoru tábora, či přímého dohledu vedoucího. V průběhu činností se nesmějí děti bez souhlasu vedoucího vzdálit z prostoru, kde činnost probíhá a který je vymezen při vysvětlování pravidel činnosti.**

**O4. Dětem je zakázáno si bez svolení vedoucího půjčovat táborové vybavení. Pokud je jim cokoliv půjčeno, vždy vypůjčenou věc vrátí zpět na své místo ve stavu, v jakém si věc půjčil! Dětem je zakázáno samostatně vstupovat do prostor s táborovými pomůckami, výjimku může povolit vedoucí.**

**O5. V případě zjištění škody či závady táborového vybavení, dítě tuto skutečnost ohlásí neprodleně vedoucímu. Pokud dítě táborové vybavení, popř. vybavení nebo majetek třetích osob, jakýmkoliv způsobem poškodí, oznámí to bez prodlení vedoucímu.**

**O6. Večeřka:** večeřku oznamuje pověřený vedoucí zvoláním VEČERKA. Čas večeřky je určen denním programem, čas večeřky může upravit hlavní vedoucí. Po oznámení večeřky se dítě zdržuje na svém místě určeném ke spaní a chová se tak, aby ostatní účastníky tábora nerušilo. Dítě smí samo odejít v případě potřeby na toaletu.

**O7. Budíček:** budíček vyhláší pověřený vedoucí zvoláním BUDÍČEK. Čas budíčku je určen denním programem, čas budíčku může upravit hlavní vedoucí. Do oznámení budíčku se děti chovají stejným způsobem jako po oznámení večeřky. Nevzdalují se ze svého lůžka, pokud to není nezbytně nutné (např. toaleta), nemluví nahlas a chovají se tak, aby nevzbudily a nerušily ostatní účastníky.

**O8. Pokud nemá dítě v přihlášce uvedeno jinak, jí vše, pokud něco nejí z důvodů jiných než zdravotních, nemusí mu být poskytnuta náhrada za toto jídlo. Výjimku může udělit zdravotník. Nikdo neplýtvá jídlem, při výdeji stravy si dítě řekne o přiměřenou porci; v případě, že to bude možné, může si jídlo přidat.**

**O9. Účastníci tábora se chovají slušně, nepoužívají vulgární, hrubé či urážlivé výrazy. Je přísně zakázáno prát se, nadávat si, šikanovat se (včetně kybersikany), posmívat se, krást si či ničit si navzájem věci a vybavení (včetně táborového), nebo si jinak ubližovat. Porušování tohoto bodu je bráno jako velmi hrubé porušení táborového řádu. Platí pravidlo 3x a dost: pokud se dítě potřeťtí dopustí závažného porušení táborového řádu, je bez možnosti náhrady vyloučeno z tábora. Pokud je dítě svědkem či obětí násilí, nadávání, krádeže či šikany oznámí to neprodleně vedoucímu. Dítě dbá vhodného chování během všech aktivit a výletů.**

**O10. Trestání dětí za přestupky vůči táborovému řádu a za nevhodné chování. Potrestat dítě za přestupek vůči táborovému řádu, či obecných pravidel slušného chování může praktikant, vedoucí nebo hlavní vedoucí. Trestání přestupku dítěte musí být vždy přiměřené vůči spáchanému prohřešku a musí být při udělení trestu vzat v potaz zdravotní, fyzický a psychický stav dítěte. Trestem nesmí být ponížena důstojnost dítěte. Trest může být udělen okamžitě, kdy byl prohřešek zaregistrován vedoucími, či následně s delším časovým odstupem. Tresty jsou uskutečňovány především formou: domluvy; fyzických cvičení (např. dřepy, kliky, angličáky atp.); zákazem účasti na aktivitě či činnosti; vyloučením z aktivity či činnosti; dřívější večeřkou; zabavením věci (např. nože, zbraně, nepovolených věcí, mobilního telefonu atp.); vyloučením z tábora bez možnosti náhrady; případně jinak. Dítě, jemuž byl udělen trest praktikantem, či vedoucími má právo se proti udělenému trestu odvolat k hlavnímu vedoucímu, který prohřešek dítěte a udělenou formu trestu posoudí. Pokud dítě odmítá vykonat trest udělený hlavním vedoucími, bude situace telefonicky konzultována se zákonnými zástupci dítěte. Zákonný zástupce dítěte má právo vyhradit si formu trestání svého dítěte v závislosti na zdravotním, psychickém a fyzickém stavu dítěte, musí tak ale učinit písemně do poznámek v přihlášce k účasti dítěte na táboře před začátkem tábora.**

**O11. Pokud dítě něco rozbije, zničí, poškodí (sobě, organizátorům tábora, jiným účastníkům tábora, či třetím osobám) ať už úmyslně, či neúmyslně, bude tento přečin nejprve řešen s dítětem hlavním vedoucími, který v případě potřeby bude kontaktovat zákonné zástupce dítěte k případnému dořešení situace. Každý účastník tábora je přiměřeně svému věku ze zákona odpovědný za své jednání. Účastníci tábora jsou Spolkem pojištěni, nicméně v případě úmyslného poškození cizí věci pojišťovna nekryje vzniklou škodu.**



**O12. Pořádek:** Děti udržují pořádek a podílejí se na úklidu nejen svých osobních věcí, ale také věcí společných a prostoru tábora! Podílejí se na umývání nádobí, úklidu společných prostor a pod přímým dohledem na přípravě stravy a dalších činnostech zajišťujících chod tábora. Dětem jsou pravidelně kontrolovány osobní věci (lůžko, tašky, batohy, oblečení, obuv atd.) k zajištění jejich hygienické nezávadnosti. V případě zjištění nedostatků a uložení nápravných opatření tyto neprodleně splní. V případě nesplnění nápravných opatření může být dítěti uloženo odpovídající trest. V případě závažných pochybení v pořádku může proběhnout tzv. **LETECKÝ DEN**, kdy jsou dítěti vyndány veškeré jeho věci z pokoje/tašky/batohu a dítě je povinno si je následně řádně uklidit tak, aby nadále nedocházelo k hygienickému ohrožení.

**O13. Odpady:** Je zakázáno odhazovat odpadky mimo odpadkové koše či pytle na odpad jak v prostoru ubytování, tak mimo něj; či jinak úmyslně znečišťovat životní prostředí. V případě, že je k tomu ubytování uzpůsobeno, dítě třídí odpad do separátních odpadkových pytlů. Nebezpečný odpad (např. baterie) se ukládá na místo k tomu určené. O umístění nádob na tříděný odpad, místa na vyhazování bioodpadu a odpadového hospodářství tábora bude dítě informováno první den tábora během školení.

**O14. Dopravní prostředky:** v dopravních prostředcích se chováme tiše a nerušíme hlukem ostatní cestující. Při jízdě dopravním prostředkem se nikdo nevyklání z oken, hrozí poranění letícím předmětem / hmyzem, ani nevystřikuje z okna končetiny (ruce, nohy) či jiné části těla. Během jízdy jakýmkoliv dopravním prostředkem je zakázáno z tohoto dopravního prostředku za jízdy cokoliv vyhazovat ven. Pokud je dopravní prostředek vybaven bezpečnostním zádržním systémem, je každý povinen tento používat a zapnout si ho před jízdou (např. bezpečnostní pásy v autě, autobuse, letadle, bezpečnostní prvky lanovek atp.). Pokud dítě potřebuje během přepravy dětskou sedačku nebo podsedák (dítě menší než 150 cm, nebo lehčí než 36 kg) je povinno ho používat během každé jízdy. Při jízdě na kole, koloběžce atp. je dítě mladší 18ti let povinno mít na hlavě ochrannou přilbu! Během přepravy prostředky hromadné dopravy, či lanových drah je každý účastník tábora povinen se řídit přepravním řádem a pokyny zaměstnanců dopravce. Během přepravy osobním automobilem je každý účastník tábora povinen se řídit pokyny řidiče.

**O15. Mobilní telefon:** dětem je dovoleno používat mobilní telefon pouze v době osobního volna či v době k tomu určené. Mimo tuto dobu budou mít děti mobilní telefon vypnutý a uschovaný tak, aby nedošlo k jeho poškození, neurčí-li hlavní vedoucí jinak. Dítě si může vzít mobilní telefon na výlety a používat ho podle pravidel stanovených hlavními vedoucími.

**O16. Ostatní elektroniku:** je dětem dovoleno používat pouze se svolením hlavního vedoucího.

**O17. Fotografování a pořizování záznamů:** fotografování a pořizování záznamů jiných účastníků akce (dětí, vedoucích) a jejich osobních projevů a jejich veřejné šíření dětmi je dovoleno pouze se souhlasem fotografované osoby. **Dítě svou účastí na táboře souhlasí s pořizováním fotografií a záznamů své osoby a svých osobních projevů během všech táborových činností vedoucími a s jejich veřejným šířením.**

**O18.** Při návštěvě kulturních, sportovních a jiných zařízení je každý účastník tábora povinen se řídit návštěvním nebo provozním řádem daného zařízení a pokyny zaměstnanců zařízení.

**O19. Rozcvička:** je-li součástí táborového programu rozcvička, je povinná pro všechny děti, výjimku může určit hlavní vedoucí nebo zdravotník. Dítě přijde na rozcvičku včas a oblečeno a obuto dle pokynů (na táboře jsou rozcvičky koncipované jako otužovací - tedy v kraťasích bez trička). Nástup na rozcvičku vyhláší za rozcvičku odpovědný vedoucí nebo praktikant zvoláním **NÁSTUP NA ROZCVIČKU**. Rozcvička může být zařazena za jakéhokoliv počasí.

**O20. Nástupy:** jsou-li součástí táborového programu nástupy, je jejich princip a pravidla vysvětlen při prvním nástupu hlavními vedoucími, v případě lyžařských nástupů hlavními instruktory lyžování. Dítě je povinno se nástupů účastnit, výjimku může určit hlavní vedoucí nebo zdravotník. Na nástup dítě dorazí včas, na nástupu dítě stojí (není-li určeno jinak) v tichosti.

**O21. Program dne:** každý den tábora se řídí programem dne, ve kterém jsou zaneseny důležité denní, případně noční činnosti. Denní program se může změnit v závislosti na počasí; zdravotním, fyzickém a psychickém stavu dětí či z rozhodnutí hlavního vedoucího. Každý účastník tábora je povinen se denním programem řídit.

**O22. Rozchod:** je-li během výletu vyhlášen pro děti rozchod, mohou se děti samy pohybovat ve vymezeném prostoru. Vždy musí být minimálně ve dvojici. Děti jsou poučeny kdy a kde je sraz. Má-li dítě s sebou na táboře mobilní telefon, zaznamená si do kontaktů telefonní číslo na hlavního vedoucího a své telefonní číslo dá hlavnímu vedoucímu, pro případ, že se ztratí či k zajištění spojení mezi dítětem a vedoucími v případě nečekané události.

**O23. Služby:** jsou-li součástí táborového programu služby (např. na nádobí, na úklid, dřevo, vodu atp.) je každý, kdo má službu, povinen se aktivně na této službě podílet. V případě neplnění si povinností služby, může být dítěti uloženo trest.

**O24.** Pokud se dítě bojí jít na toaletu v noci samotné, vzbudí některého vedoucího nebo praktikanta, který mu bude nápomocen. Nebudí za tímto účelem další děti.

**O25. Čelovka/baterka:** baterku si každý účastník uchovává na takovém místě, aby v případě, že ji potřebuje použít věděl, kde ji má. Baterku si udržuje nabitou a funkční.

**O26.** Doporučujeme, aby si dítě větší obnosy peněz, cennosti, mobily atd. uložilo u hlavního vedoucího. Pokud si peníze nebo cennosti nechá u sebe a ztratí je, či poškodí, je to výhradně na zodpovědnost dotyčného táborníka. **Vedoucí za ztrátu či poškození cenností dítěte, které si u nich neuschová, nenesou žádnou zodpovědnost.**

**O27.** Táborník může na základě svého rozhodnutí a po domluvě hlavního vedoucího se zákonným zástupcem dítěte ukončit bez finanční náhrady svůj pobyt na táboře. Zákonný zástupce si táborníka odveze z tábora výhradně v termínu předem dohodnutém s hlavními vedoucími tábora a na vlastní náklady. Předčasné ukončení pobytu z jiného důvodu (zejména zdravotní) bude řešeno dle



aktuálních podmínek daného tábora.

## HYGIENA

**H1. Účastníci tábora dbají osobní hygieny.** Dohled nad dětmi během osobní hygieny provádí zdravotník/zdravotnice.

**H2. Mytí rukou:** každý účastník je povinen si umýt řádně ruce po každé návštěvě toalety, před každým jídlem, po návratu z výletu, po umytí nádobí, před výpomocí v kuchyni, před přípravou stravy a vždy, když jsou k tomu zdravotníkem či vedoucími vyzváni. Ruce si účastníci myjí tekoucí vodou a mýdlem, ruce si utírají buď do jednorázových papírových ručníků, nebo do svého ručníku. Před pomocí s přípravou stravy si ruce navíc desinfikují dezinfekcí.

**H3. Čištění zubů a mytí tváří:** ráno (před nebo po snídani) a večer (po posledním jídle) si účastníci čistí zuby a tvář pitnou vodou na místě k tomu určeném.

**H4.** Po příchodu z výletu, či koupání si každý zkontroluje své oblečení a obuv, **všechny mokré, vlhké a silně znečištěné věci si vysleče a umístí na místo, kde se oblečení suší.** Mokrý ručníky a plavky se dávají sušit neprodleně po příchodu.

**H5. Spaní:** dítě spí na určeném lůžku, nikdo nespí v oblečení, které měl přes den na sobě. Před ulehnutím se dítě převlečne na spaní podle toho, jak je zvyklé (pyžamo; čisté spodní prádlo; případně spí nahé). Je přísně zakázáno spát v botách, ušpiněném prádle, prádle, které mělo dítě na sobě přes den a v plavkách! Má-li někdo ložní prádlo či oblečení na spaní mokré nebo špinavé, oznámí to vedoucímu.

**H6.** Děti, které mají problém s nočním pomočováním (enurézou), budou mít na noc nachystané suché náhradní oblečení na převlečení, do kterého se v případě potřeby převlečou. Pokud dítě potřebuje na noc plenu, oznámí to zdravotníkovi. Tyto potíže dítěte jsou uvedeny v přihlášce. V případě nehody toto ráno oznámí zdravotníkovi.

**H7.** V případě, že došlo u dítěte k nehodě (pomočení, pokálení, pozvracení, krvácení atp.) a má zašpiněné spodní či jiné prádlo či ložní prádlo, nedává toto prádlo k jinému, ale za pomoci vedoucích či praktikantů si toto nejprve přepere a dá usušit.

**H8.** Použité a špinavé prádlo dítě odkládá od ostatních věcí, tak aby nedošlo k zašpinění čistého prádla či jiných věcí.

**H9. Vykonávání potřeby (močení, kálení) se uskutečňuje výhradně na místech k tomu určených! Při zjištění přestupku tohoto typu bude dítě povinno znečištěné místo po sobě řádně uklidit (např. odstranit jím zanechané exkrementy).** V případě, že dítě během vykonávání potřeby znečistí toaletu, je povinno si ji po sobě řádně uklidit, dítě může požádat o pomoc s úklidem toalety zdravotníka. Po vykonání potřeby je vždy nutné spláchnout!

**H10.** Po vykonání velké potřeby se dítě řádně utře, pokud potřebuje asistenci, požádá o pomoc zdravotníka. Je zakázáno v této věci žádat o pomoc jiné děti. V případě, že dítě zjistí, že na toaletě není toaletní papír, oznámí to vedoucímu. Dítě si ověří, zda je na toaletě toaletní papír dříve, než vykoná potřebu!

**H11. Sprchování:** všichni účastníci tábora se pravidelně sprchují. Každý účastník má právo požádat zdravotníka o zajištění sprchování v případě potřeby. Sprchujeme se nazí, za použití mýdla, šamponu, či sprchového gelu. Při sprchování si řádně omýváme celé tělo, a to včetně vlasů. V případě potřeby pomáhá dětem během sprchování zdravotník. Dohled nad dětmi během sprchování provádí výlučně zdravotník. Před návštěvou a po návštěvě bazénu či aquaparku je povinností všech účastníků tábora se řádně osprchovat ve sprchách zařízení bez plavek a s použitím mýdla. Dítě může odmítnout sprchování pouze v závažných zdravotních případech, okolnosti vždy posuzuje zdravotník, který rozhodne, zda je žádost dítěte oprávněná. Pokud se dítě stydí sprchovat nahé před ostatními účastníky tábora, oznámí tuto skutečnost zdravotníkovi, který se pokusí zajistit pro dítě na sprchování soukromí, pokud to provozní podmínky a vybavení tábora umožňují. Na outdoorovém táboře se obvykle sprchujeme studenou vodou ze studny.

**H12. Potraviny a pití:** v případě, že má dítě s sebou potraviny, které se mohou kazit (např. salámy, ovoce, zelenina, pečivo, maso, mléčné výrobky atd.), bez odkladu toto oznámí vedoucím, kteří mu poradí, co má s potravinami udělat. V případě, že dítěti zbyde svačina z výletu, zbytky odevzdá v kuchyni nebo vyhodí. Nikdo nejí zbytky z minulého dne či starší, nejedná-li se o trvanlivé potraviny zabalené v původním obalu. Každý dodržuje **pitný režim** (minimálně 2 l tekutin denně), pokud dojde pití určené k pitnému režimu, oznámí to kuchaři nebo vedoucímu. Pokud dítě pije z lahve, kterou si průběžně doplňuje, před každým doplněním si ji propláchne pitnou vodou. Pokud má dítě láhev na výlety, po návratu z výletu zbytek pití vylije, láhev si pořádně propláchne pitnou vodou a otevřenou ji nechá osušit.

**H13.** Děti se podílejí na přípravě stravy pod dohledem kuchaře či osoby odpovědné za přípravu stravy. O tom, zda je dítě způsobilé účastnit se přípravy stravy rozhoduje zdravotník. Před vstupem do kuchyně si dítě řádně omyje ruce mýdlem a pitnou vodou, případně použije také dezinfekci rukou, je-li k dispozici. V průběhu přípravy stravy si myje řádně mýdlem a pitnou vodou ruce podle potřeby.

**H14.** Před vydáním jídla je každý účastník tábora povinen umýt si řádně ruce mýdlem a pitnou vodou, táborníkům se kontroluje čistota rukou a čistota nádobí a příboru, které bude dítě používat. Hlíšník nedostane najíst dříve, dokud neodstraní nedostatky! Ihned po jídle si dítě řádně omyje nádobí a příbor na místě k tomu určeném a suché si je uklidí.

**H15.** Spodní prádlo: dítě si pravidelně mění spodní prádlo (ráno, či večer, jak je zvyklé, ideálně po sprchování).

**H16.** Děti mohou celý tábor absolvovat naboso, krom aktivit, u kterých je z bezpečnostních důvodů nařízeno mít obuv. Pokud má dítě pevnou obuv, je povinno mít i ponožky. Ponožky si dítě mění podle potřeby. Dítě se venku zbytečně nepohybuje pouze v ponožkách.

## ZDRAVÍ

**Z1.** Každé i sebemenší zranění, úraz, pokousání či poštípání, nebo je-li dítěti špatně, dítě hlásí zdravotníkovi a v jeho momentální nepřítomnosti vedoucímu bez odkladu.





**Z2. Po celou dobu konání tábora je osobám mladším 18 let přísně zakázáno požívat alkoholické nápoje, omamné a psychotropní látky a tabákové výrobky! Osobám starším 18 let je přísně zakázáno požívat omamné a psychotropní látky po celou dobu konání tábora. Výrobky obsahující kofein (např. káva, nápoje s obsahem kofeinu, tyčinky s obsahem kofeinu) – dítě mladší 15ti let se o vhodnosti dát si výrobek obsahující kofein (např. koupě koly) poradí se zdravotníkem. Není cílem dětem zakazovat něco, co běžně pijí, ale dohlédnout na to, aby dodržovali spací režim. Po celou dobu konání tábora je osobám mladším 18 let zakázáno požívat energetické nápoje! Po celou dobu konání tábora je osobám mladším 18 let zakázáno požívat jakékoliv doplňky stravy bez vědomí a souhlasu zdravotníka. Porušení tohoto bodu je bráno za velmi hrubé porušení táborového řádu.**

**Z3. Ošetřovna a marodka:** je-li zřízena ošetřovna, je všem účastníkům kromě zdravotníka zakázán vstup do těchto prostor v nepřítomnosti zdravotníka nebo bez jeho vědomí. Je-li zřízena marodka, je všem účastníkům kromě zdravotníka zakázán vstup do těchto prostor v nepřítomnosti zdravotníka!

**Z4. Účastníci tábora jsou pravidelně fyzicky kontrolováni zdravotníkem na přítomnost parazitů (veš dětská - vlasatá část hlavy, klíště obecné - celé tělo) a účastníci tábora s těmito prohlídkami souhlasí.** Dítě může fyzickou prohlídku celého svého těla na přítomnost parazitů zdravotníkem odmítnout pouze v případě, že to uvede zákonný zástupce v přihlášce v poznámkách pro vedoucí. V případě, že je u účastníka zjištěno klíště, je ihned odstraněno a místo řádně ošetřeno. V případě, že je u dítěte zjištěn výskyt vši, jsou děti a preventivně i všem dalším účastníkům tábora, umyty vlasy speciálním šamponem k zabránění šíření vši. V případě, že dítě na svém těle objeví klíště kdykoliv během tábora, neodstraňuje si jej samo, ale okamžitě vyhledá zdravotníka.

**Z5. Karanténa:** v případě vyhlášení karanténního opatření nad účastníkem tábora zdravotníkem nebo lékařem, je účastník tábora povinen toto karanténní opatření dodržovat, aby nedošlo k šíření nákazy mezi ostatní účastníky tábora. Je-li karanténní opatření vyhlášeno nad prostorem, který je součástí tábora, je všem kromě zdravotníka zakázán vstup do tohoto prostoru. Porušování karanténních opatření je považováno za velmi hrubé porušení táborového řádu.

**Z6. Ochrana proti negativnímu působení slunečního záření:** není-li zdravotníkem tábora určeno jinak, je každý účastník tábora povinen nosit v případě pobytu na přímém Slunci pokrývku hlavy a sluneční brýle a pokožku těla vystavenou slunečnímu záření mít ošetřenou opalovacím krémem určeným pro svůj fototyp kůže. V případě, že dítě nebude mít s sebou vlastní opalovací krém, nebo v případě jeho spotřebování bude dítěti zdravotníkem na pokožku aplikován opalovací krém erární. Pokud dítě potřebuje speciální opalovací krém, oznámí to zdravotníkovi. Opalovací krém se nanáší podle pokynů výrobce v jím stanovených intervalech. Děti si mohou opalovací krém na vlastní tělo aplikovat samy, v případě potřeby aplikuje dětem opalovací krém na pokožku zdravotník. Dětem je zakázáno aplikovat opalovací krémy na pokožku jiných dětí.

**Z7. Obuv a oblečení:** obuv i oblečení si dítě udržuje suché a čisté. V případě, že dítě přijde na aktivitu v nevhodném oblečení či obuvi, může být z aktivity vyloučeno bez náhrady. V mokré obuvi nebude dítě připuštěno na žádnou aktivitu, s výjimkou bot do moře, či aktivit, které vyžadují, aby mělo dítě obuv i do vody. Je zakázáno používat plavky jako spodní prádlo, po návratu od moře, z bazénu, či aktivity v plavkách si je dítě neprodleně svlékne a dá sušit na místo k tomu určené. Plavky může mít dítě oblečené pouze při koupání, vodních hrách nebo v dešti. Je zakázáno nosit pod plavkami spodní prádlo. Pokud si dítě plavky ušpiní, je povinno za pomoci vedoucích či praktikantů si tyto řádně vyčistit tak, aby na další koupání byly čisté.

**Z8. Dešť:** v případě deště se dítě zbytečně nepohybuje na dešti. Pokud na dešti přeci jen být chce, či musí, bude mít na sobě buď plavky a bude naboso, nebo si dá neprodleně pláštěnku, či nepromokavou bundu s kapucí a holiny. Nikdo se zbytečně nepohybuje v dešti v běžném oblečení, není-li dáno okolnostmi jinak.

**Z9. Zdravotní stav dítěte:** pokud dítě či jeho aktuální zdravotní stav vyžaduje speciální péči, oznámí toto zdravotníkovi. Doporučujeme neopomenout při vyplňování přílohy k bezinfekčnosti uvést všechny relevantní zdravotní problémy dítěte.

**Z10. Léčivé přípravky:** Dětem je přísně zakázáno, aby si aplikovaly léky samy, s výjimkou léků, které dítě užívá dlouhodobě a zároveň v případě, že s tím, aby dítě léky užívalo samo, souhlasil jeho zákonný zástupce. V tom případě může dítě užívat léčivé přípravky samo. Všem účastníkům tábora vyjma zdravotníka je přísně zakázáno podávat jiným účastníkům tábora jakékoliv léky, léčivé přípravky či doplňky stravy!

**Z11. Dětem je zakázáno aplikovat na jiné děti jakékoliv přípravky (např. repelenty, krémy, gely, roztoky, prášky, pudry, spreje, voňavky, ...) pokud není určeno jinak. Pokud chce dítě na svou pokožku aplikovat jakýkoliv přípravek, oznámí to zdravotníkovi, který to s dítětem konzultuje. Aplikovat jakékoliv přípravky na pokožku dětí je dovoleno pouze zdravotníkovi. Výjimku tvoří malování na tělo barvami k tomu určenými pod dohledem praktikanta či vedoucího.**

**Z12. Dětem není dovoleno mít u sebe léky, a to ani léky, která užívají dlouhodobě.** Výjimku tvoří pouze léky pro akutní potřebu v případě život ohrožujících stavů (např. inhalátor) nebo léky, které dítě užívá samo - tuto výjimku uděluje zdravotník po konzultaci se zákonnými zástupci dítěte a s jejich písemným souhlasem. Takový lék dítě nenechává nikde volně, ale má jej uschované na takovém místě, aby se k němu v případě potřeby rychle dokázalo dostat. Všechny ostatní léky jsou umístěny u zdravotníka, kam si je chodí dítě aplikovat dle předpisu od lékaře pod dohledem zdravotníka.

**Z13. Účastníkům je zakázáno požívat jakékoliv přírodní produkty bez vědomí a svolení zdravotníka (lesní a jiné plody, houby, rostliny, živočichy). Účastníkům je zakázáno pít jakoukoliv vodu z přírodního zdroje bez vědomí a svolení zdravotníka.**

**Z14. Otušovací aktivity:** v průběhu tábora mohou být zařazeny otušovací aktivity pro účastníky s cílem posílit jejich zdravotní stav. O rozsahu a vhodnosti otušování v závislosti na povětrnostních podmínkách, zdravotním stavu účastníků a věku rozhoduje zdravotník. Otušovací aktivity se provádějí obvykle formou otušovacích rozcviček, sprchování studenou vodou, případně formou challengí. Během otušování je dítě v plavkách, spodním prádle či kraťasích.



**Z15. Saunování:** během pobytu v sauně (initipi), páře či podobném zařízení se účastníci řídí provozním řádem daného zařízení. Není-li uvedeno v provozním řádu jinak, vstupujeme do sauny nazí, vždy máme s sebou ručník či saunovací prostěradlo, na které si sedáme. O vhodnosti účasti na saunování pro jednotlivé účastníky rozhoduje zdravotník na základě věku a aktuálního zdravotního stavu účastníka. Po saunovací proceduře vždy následuje omytí potu ve sprše a ochlazení celého těla v ochlazovací bazénku, studenou sprchou nebo jiným způsobem. Po saunování následuje odpočinek.

## BEZPEČNOST

**B1. Dětem je přísně zakázáno manipulovat s ohněm, noži, střelnými zbraněmi, sekerou, pilou a dalšími nebezpečnými věcmi bez výslovného souhlasu a dohledu vedoucího!** Porušení tohoto bodu je bráno za hrubé porušení táborového řádu.

**B2. Při pěších přesunech po silnici, neřekne-li vedoucí jinak, chodíme po levé straně vozovky při krajnici za sebou.** Při přecházení silnice čekají první a ostatní na příchod posledního člena nebo vedoucího. Při přesunech se nikdo nevzdaluje z dohledu vedoucích, v případě, že někdo potřebuje na toaletu, oznámí to vedoucímu. Při všech přesunech jde jako první vedoucí a poslední jde také vedoucí. Při nočních přesunech a přesunech za snížené viditelnosti na veřejné komunikaci je každý účastník tábora povinen mít na sobě ochranné reflexní prvky (vesta, náramek atp.).

**B3. Skákání do vody: je přísně zakázáno skákat do vody bez povolení a dohledu vedoucích.** Skáčíme pouze do dostatečně hluboké vody v místech k tomu určených. Skáčíme pouze skoky, které umíme, zbytečně se nepředvádíme. Nepoškozujeme skokanské můstky. Na skokanských můstcích je přísně zakázáno se pošťuchovat, strkat se a prát se. Nikdy neskáčíme, pokud je v prostoru doskoku jiný člověk, vždy počkáme, až odplave do bezpečné vzdálenosti. Jakmile doskočíme, okamžitě plaveme pryč z prostoru doskoku. Nikdy vědomě neplaveme pod skokanský můstek. Nedodržování pokynů při skákání do vody je bráno za hrubé porušení táborového řádu.

**B4. Koupání v bazénu či aquaparku:** všechny děti striktně dodržují pokyny vedoucích, kteří konají při koupání dohled a řídí se návštěvním řádem zařízení. Bez pokynu nikdo nejde do vody a uslyší-li koupající se děti zvuk píšťalky nebo pokyn k opuštění vody, okamžitě všechny děti vylezou z vody. Neplavci se zdržují u břehu v bezpečné hloubce a používají plavecké pomůcky. **Dítě, které je zákonným zástupcem označené jako neplavec, nebude do vody vpuštěno bez plaveckých pomůcek (křídýlka, kruh)!** Všichni se řídí pokyny plavčíka odpovědného za dohled nad plavci. Koupeme se pouze v plavkách předepsaných provozovatelem koupaliště či bazénu. Před vstupem do bazénu a po koupání v bazénu jsou všichni povinni se řádně omýt nazí mýdlem ve sprchách daného zařízení. Nedodržování pokynů při koupání je bráno za hrubé porušení táborového řádu.

**B5. Koupání v přírodě:** všechny děti striktně dodržují pokyny vedoucích, kteří konají při koupání dohled. Bez pokynu vedoucích nikdo nejde do vody a uslyší-li koupající se děti zvuk píšťalky nebo pokyn k opuštění vody, okamžitě všechny děti vylezou z vody. Neplavci se zdržují u břehu v bezpečné hloubce a používají plavecké pomůcky. **Dítě, které je zákonným zástupcem označené jako neplavec, nebude do vody vpuštěno bez plaveckých pomůcek (křídýlka, kruh)!** Při koupání v přírodě je zakázáno se bez dovolení potápět. Dále je zakázáno bez dovolení a doprovodu vedoucích plavat do hloubky, kde dítě nedosáhne na dno. Vodu nepijeme. Nesnažíme se během koupání chytat žádné živočichy či poškozovat přírodu. V případě přítomnosti plavčíka se řídíme jeho pokyny. Nedodržování pokynů při koupání v přírodě je bráno za hrubé porušení táborového řádu.

**B6. Potápění:** potápění je dovoleno pouze dobrým plavcům se souhlasem vedoucího a pod dohledem vedoucího schopného poskytnout první pomoc tonoucímu. Při potápění nepřeceňujeme své síly. Při potápění do větší hloubky postupně vyrovnáváme tlak v dutinách, abychom předešli bolesti uší.

**B7. Přítomnost cizí osoby v místě ubytování je účastník, který přítomnost zjistil, povinen neprodleně oznámit hlavnímu vedoucímu.** To platí i pro návštěvy. Stejně tak jsou všichni povinni nahlásit přítomnost psa, kočky, či jiného potenciálně nebezpečného zvířete v prostoru tábora.

**B8. Účastníci si počínají tak, aby neohrožovali bezpečnost svoji a ostatních účastníků tábora.**

**B9. V případě, že se dítě ztratí:** Pokud se dítě odpojí od skupiny a ztratí se, tak zachová především klid. Má-li dítě s sebou na táboře mobilní telefon, zaznamená si do kontaktů telefonní číslo na hlavního vedoucího a své telefonní číslo dá hlavnímu vedoucímu. Dítě, které se ztratilo a má s sebou mobilní telefon, volá nejprve hlavnímu vedoucímu. V případě, že u sebe mobilní telefon nemá, vyhledá pomoc (ideálně když dítě osloví jiné dítě, ženu, či policistu, hasiče nebo záchranáře). V žádném případě se nesnaží skupinu hledat na vlastní pěst, setrvává na místě, kde zjistilo, že se ztratilo. Pokud není v místě, kde dítě zjistilo, že se ztratilo, dostupný signál mobilního operátora, dojde na místo, odkud je možné se dovolat a neprodleně se pokusí spojit s vedoucími a vrátí se zpět na místo, kde se ztratilo. V případě, že se nepodaří navázat telefonické spojení s vedoucími, zavolá na policii: **158 (ČR)** nebo **112**. Je možné také zavolat na tísňovou linku pro pohřešované děti: 116 000 nebo na linku pro pomoc dětem v nouzi: 116 111.

**B10. Dítě za žádných okolností nikdy nikam neodchází bez vědomí vedoucích s cizími lidmi, a to ani s cizími dětmi, případně s lidmi, které sice zná (to platí i pro rodinné příslušníky dítěte), ale náhodou je potká v průběhu tábora! O možnosti opustit, byť jen dočasně, tábor s rodinným příslušníkem rozhoduje pouze hlavní vedoucí po domluvě se zákonným zástupcem dítěte!**

**B11. Požár:** v případě požáru se účastníci řídí pokyny hlavního vedoucího, případně vedoucích, hasičů, policistů, záchranářů nebo zaměstnanců zařízení kde k požáru došlo. Nikdo se zbytečně nevzdaluje od skupiny, pokud to není nezbytně nutné. Pokud kdokoliv zpozoruje požár, upozorní vedoucího, případně vyhlásí požární poplach voláním **HOŘÍ**.

**B12. Nebezpečné meteorologické a přírodní jevy:** v případě nebezpečných jevů (např. bouřka, krupobití, vichřice, vlna tsunami atp.) dbají všichni účastníci pokynů hlavního vedoucího, vedoucích, hasičů, policistů, záchranářů nebo zaměstnanců zařízení kde se



v okamžiku výskytu jevu nacházíme. Nikdo se zbytečně nevzdaluje od skupiny, pokud to není nezbytně nutné pro zajištění bezpečnosti. Nikdo se vědomě nevystavuje zbytečnému nebezpečí.

**B13. Havárie:** v případě havárie dopravního prostředku, nikdo neopouští místo nehody, pokud to není nezbytně nutné pro zachování bezpečnosti. Při vystupování z automobilu má každý na sobě reflexní vestu a směřuje okamžitě mimo silnici. Všichni účastníci dbají pokynů hlavního vedoucího, případně vedoucích, hasičů, policistů, záchranářů. Nikdo neodchází od místa nehody s cizími lidmi, kteří nejsou součástí integrovaného záchranného systému.

**B14. Evakuace:** pokud hlavní vedoucí vyhlásí evakuaci tábora, jsou všichni účastníci povinni se shromáždit na místě k tomu určenému bez zbytečného odkladu. Během evakuace si děti vezmou cestovní doklady, pokud je mají u sebe; užívané léky, pokud je mají u sebe, mobilní telefon a pití. Všechny své ostatní osobní věci nechají na místě. Všichni účastníci dbají pokynů hlavního vedoucího, případně hasičů, policistů, záchranářů. Nikdo neodchází během evakuace s cizími lidmi, kteří nejsou součástí integrovaného záchranného systému.

**B15.** Pokud kterýkoliv z účastníků tábora upozoruje **nebezpečí**, nebo nebezpečné jednání kohokoli z účastníků nebo cizích osob, neprodleně na toto nebezpečí upozorní a oznámí to hlavnímu vedoucímu nebo vedoucím.

**B16.** V případě, že se k dítěti přiblíží nápadně krotké zvíře, nedotýká se ho a ohlásí to ihned vedoucímu. Dítě také nehladí domácí zvířata, včetně koček a psů.

**B17. Práce s nožem:** dětem je povoleno pracovat s nožem pouze se svolením vedoucího a pod dohledem vedoucího nebo praktikanta. Nůž si děti udržují čistý a ostrý. Při práci s nožem dítě bezpodmínečně dodržuje zásady bezpečné práce s nožem: nůž nosíme bezpečně, zavřený, v pouzdře, nikdy s ním nemácháme kolem sebe; pokud mám nůž otevřený, míříme s ním kolmo k zemi; nikdy nožem neházíme, nerýpeme v zemi; pokud něco nožem řežeme, tak směrem od sebe; nikdy neřežeme, pokud před námi někdo stojí. Pokud otevřený nůž někomu předáváme, tak to provádíme opatrně a vkládáme ji druhému do ruky rukojetí.

**B18. Práce se sekerou:** dětem je povoleno pracovat se sekerou pouze se svolením vedoucího a pod dohledem vedoucího nebo praktikanta. Sekeru udržujeme čistou a ostrou. Při práci se sekerou dítě bezpodmínečně dodržuje zásady bezpečné práce se sekerou: Sekeru nosíme bezpečně, zavřenou v ochranném pouzdře, nikdy s ní nemácháme kolem sebe. Pokud není sekera v pouzdře, míříme čepelí kolmo k zemi. Nikdy sekerou neházíme, nerýpeme v zemi, nesekáme do země, hlíny. Pokud něco sekerou sekáme, tak směrem od sebe. Nikdy nesekáme, pokud před námi někdo stojí. Sekeru držíme pevně, aby nám nevyklouzla z ruky. Pokud sekeru někomu předáváme, tak to provádíme opatrně, čepelí dolu a vkládáme ji druhému do ruky topůrkem.



**B19. Práce s pilou:** dětem je povoleno pracovat s pilou pouze se svolením vedoucího a pod dohledem vedoucího nebo praktikanta. Pílu udržujeme čistou a ostrou. Při práci s pilou dítě bezpodmínečně dodržuje zásady bezpečné práce s pilou: pílu nosíme bezpečně, zavřenou v ochranném pouzdře, nikdy s ní nemácháme kolem sebe. Pokud není pila uzavřena v pouzdře, míří čepelí kolmo k zemi. Nikdy pilou neházíme, nerýpeme v zemi, nesekáme do země, hlíny. Pokud něco pilou řežeme, tak směrem od sebe. Pílu držíme pevně, aby nám nevyklouzla z ruky. Pokud pílu někomu předáváme, tak to provádíme opatrně a vkládáme ji druhému do ruky rukojetí.

**B20. Rozdělávání ohně:** dětem je dovoleno rozdělávat a udržovat oheň pouze se souhlasem vedoucího a pod přímým dohledem vedoucího či praktikanta pouze v místech k tomu určených (ohnišť). Při rozdělávání ohně si dítě počíná tak, aby neohrozilo sebe ani jiného táborníka, či nezpůsobilo požár.

**B21. Paintball, vzduchovka, kuše, lukostřelba, kuličková pistole, NERFky a podobné zbraně:** před každou aktivitou se zbraněmi je dítě proškolen v bezpečném zacházení a pravidly. Dítě je povinno se vždy striktně řídit pokyny vedoucích a praktikantů a dodržovat bezpečnostní pokyny a používat dané ochranné prostředky. V případě hry s NERFkami ochranné brýle. V případě hry s paintballovými značkovači paintballovou masku. **Manipulace a hry se zbraněmi mohou způsobit závažné poranění! Nikdy nestřelíme na jiné osoby, které nemají ochranné pomůcky, nikdy nestřelíme na zvířata!**

**B22. Adrenalinové a potenciálně nebezpečné aktivity:** v případě účasti na potenciálně nebezpečné aktivitě (např. lanový park) dbáme striktně pokynů obsluhy dané aktivity. Je-li součástí aktivity školení, nerušíme výklad a soustředíme se na hlavní bezpečnostní opatření. Jsou-li k dané aktivitě potřeba ochranné pomůcky, používáme je v souladu s vysvětlenými pravidly.

**B23. Zvěř a zvířata:** v případě výskytu volně žijící zvěře v prostoru tábora, či místa kde provádíme aktivity upozorníme vedoucího, zvíře nikdy nechytáme, nehladíme. A to ani v případě mláďat či zraněné zvěře, která je nepředvídatelná a může být v důsledku zranění či ochrany mláďat velmi agresivní. V případě kontaktu např. s divočkou pomalu odejdeme, vyhýbáme se přímému očnímu kontaktu. Pokud se přeci jen stane, že na nás začne útočit, utíkáme a pokud možno vylezeme na vyvýšené místo (např. strom) -



zvíře nás většinou nebude pronásledovat moc daleko, ale je nutné počítat s tím, že je mnohem rychlejší běžec než my. V drtivé většině případů zvěř uteče, když nás slyší, cítí či vidí.

**B24. Plnění výzev a úkolů:** v průběhu tábora mají účastníci možnost plnit nejrůznější výzvy a úkoly (např. ve formě drsňáka, otužilce), jejichž cílem je překonat strach, své vlastní limity, zkusit něco neobvyklého s cílem zvládnout daný úkol. Dítě může plnění úkolu kdykoli vzdát, pokud zjistí, že je nad jeho síly, způsobuje mu neúměrnou bolest či je nad jeho psychické možnosti. **Všechny úkoly dítě vždy plní z vlastní vůle, dobrovolně a na své vlastní nebezpečí.** Během plnění úkolu může dojít ke zranění případně psychickému traumatu. Nikdy při plnění úkolů zbytečně neriskujeme, nepřeceňujeme vlastní síly.

**B25. V případě nedodržování stanovených bezpečnostních pravidel dané aktivity dítětem, může být dítě z aktivity vyloučeno bez nároku na vrácení finančních prostředků.**