

Letní setkání pro víly i divoženky Kalek 2025 – informace o konání

Pořádá: Centrum Radost, z. s., IČO 06026494, č. ú. 2501221329/2010
ve spolupráci: Junák-středisko Oheň Most SNP 1191, Most, IČ: 413 24 919
informace: Alena Jiráková, tel. 608 282 825, a.jirakova@seznam.cz

Místo pobytu: chatkový tábor Kalek (nad Jirkovem, okres Chomutov)

Termín: 6. 7. – 12. 7. 2025

Cena: 5900,- Kč

Setkáním provází: **Alena Jiráková, tel. 608 282 825** (spolu s dalšími ženami a externími lektorkami)

- Na pobyt je nutné složit zálohu 2000,- Kč (možno i celou částku) nejpozději do 25.5. 2025, doplatek potom do 20. 6. 2025 na č. ú. 2501221329/2010
- Jako variabilní symbol VŽDY používejte prvních šest číslic rodného čísla dítěte + v popisu: víly + jméno dívky.
- Storno poplatek v době prázdnin je 50% z ceny pobytu, za nemocné dítě lze poslat náhradníka. Zrušení pobytu 5 dnů před začátkem tábora nebo v době konání není možné nijak finančně kompenzovat a nárok na vrácení peněz zaniká.
- Za přihlášenou dívku, která se pobytu nemůže zúčastnit, je možné poslat jinou dívku a to i v průběhu tábora. Místo na setkání je vám závazně rezervováno až po zaplacení zálohy.

Přihlášku je nutné vyplnit on line, na stránkách www.radostmost.cz, poté vám přijde na email a podepsanou ji potřebujeme odevzdat u odjezdu na tábor spolu s dalšími dokumenty.

„Hlavní vedoucí“ setkání má potřebné zkušenosti a zkoušky pro konání dětských i jiných akcí a táborů a zdravotnický kurz.

- Možnost osobního kontaktu je možný po telefonické domluvě.

Stravování: 5x denně, česká kuchyně + po celý den zajištěn pitný režim.

Ubytování: patrové prostorné chatky – postele lze přehazovat dle počtu a momentální potřeby děvčat být spolu

Doprava: nezajištěna – děvčata se budou sjíždět z dalekého okolí, budeme se snažit koordinovat spolujízdu

Sraz a ukončení:

- Sraz dne 6. 7. mezi 17.00 – 18:00 hod přímo na tábořišti na Kalku
- Vyzvedávání děvčat: dne 12. 7. mezi 10-11 hod opět na tábořišti

Důležité:

Na tábořišti každý předá: desky nebo obálku se jménem, kde bude:

- originál přihlášky
- průkazka pojišťovny
- očkovací průkaz
- podepsaná bezinfekčnost s datem 6. 7. 2025
- pokud dívka bere nějaké léky – léky podepsané a napsané dávkování
- potvrzení od lékaře na pobyt není nutné

Záměr setkání:

- toto setkání je určeno pro všechny dívky ve věku zhruba 10–17 let
- pro dívky, které již přechází z období dětství do období dospívání (puberta, menstruace,...)

- záměrem je nakouknout do zdravého ženského světa, vytvořit inspirativní a bezpečné prostředí pro sdílení aktuálních témat tohoto věku a tvoření pevného přátelství mezi mladými dívkami/ženami a získání sebevědomí, že „já“ jsem správně
- celý týden poplyne na vlně podpory, radosti, tvoření, sdílení a bezčasovosti
- pozvány jsou ženy, které se zabývají výrobou mastí, čajů, ovládají mohendžodaro či jógu, působí jako lektorky v oblasti sexuální osvěty pro dospívající mládež, spontánního tance, tvořivé ženy... tím vším se necháme inspirovat, mnoho si vyzkoušíme...

Program a přístup k děvčatům:

- Celých 7 dní bude maximálně přizpůsobeno potřebám děvčat, je připraven celodenní program s ohledem na jejich momentální potřeby
- Naším cílem je, aby si děvčata setkání užila a odjížděla s hlavou plnou inspirace, zážitků, pevnými přátelskými vazbami a větší jistotou v samu sebe. Děvčata mají právo odmítnout jakoukoliv aktivitu.
- Snažíme se udržovat přátelskou atmosféru mezi děvčaty a jakékoliv konflikty mezi nimi řešit citlivě a včas. Upozorněte zejména mladší děvčata, aby při jakýchkoliv potížích ihned přišla, abychom předešly jejich případnému stresu z čehokoliv. Jsme zde pro ně.
- koupání – horské jezírko ☞ v blízkosti tábora
- Budíček kolem 8.00 hod., polední klid asi 1 až 1,5 hod., večerka mezi 21.00 a 22.00 hod.
- Program během dne bude probíhat v blocích, které povede během týdne několik různých žen.
- Budeme zařazovat mnoho kreativních i povídacích aktivit na různá témata, pohybové i jiné hry i drobné ukázky různých inspirativních cvičení (jóga, pilates...)
- Vše bude probíhat s ohledem na věk děvčat, předpokládáme 2 věkové skupiny, kterým se budou přizpůsobovat i témata a doprovodné aktivity tak, aby si všechna děvčata přišla nasvé...
- Kreativní dílny např.: batikování triček, výroba šperků, zvonkoher, linoryty a tisk na trička, výroba přírodní kosmetiky, líčení a móda, mnoho dalších překvapení, kreativní dílny každý den...
- Další aktivity: ranní vstávání s hudbou, večerní dívčí kruhy sdílení, aktivity podporující spolupráci mezi děvčaty a jejich vzájemnou podporu, drobné výzvy s cílem užít si legraci, nakouknutí do kouzla aromaterapie, inspirativní povídání na téma ženské intimity – osvěta v oblasti menstruace a pro starší téma pánevního dna
- Hry podporující sebepoznání, zdravé prosazení, zvýšení sebevědomí
- Aktivity směřující k uvědomění si svých silných stránek – jak je využít a posílit a také, jak zvládnout a nezbláznit se z toho, co úplně neovládáme, co nám nejde – sebe přijetí, ale hlavně chceme prožít týden v radosti, smíchu, veselí, bez tlaku na výkon – dívčí pohoda!
- Mnoho aktivit budou mít v rukou děvčata, jejich dotváření programu a kreativity poplyne celým týdnem, setkání bude společným dílem :-D
- Chceme si týden hlavně pořádně užít!

Popis vlastního místa:

- Chátičkový tábor na louce u lesa, na kraji vesnice u místního hotelu
- patrové prostorné chatky – postele lze přehazovat dle počtu a momentální potřebě dětí být spolu
- v chatkách jsou krásné nové postele, matrace s prostěradlem, stůl, židle
- děvčata potřebují vlastní teplý spacák, deku, polštářek

- na chatkách nejsou skříně, zabalte děvčatům do kufru nebo velkého boxu
- chatkách není zavedená elektřina – děvčata potřebují menší lucernu na večerní svícení
- společné sprchy, WC
- Jídelna – venku pod prostorným altánem nebo uvnitř hlavní budovy
- Společenská místnost – při nepřízní počasí

S sebou:

- Teplý spacák, deka, polštářek
- Batůžek vlastní hrnek
- Sluneční brýle Baterku či lucerničku!!!
- Pokrývku hlavy Blok na kreslení
- Opalovací krém pastelky, tužky, propisky
- Plavky, osuška k vodě
- karimatka na sezení venku či cvičení
- pevné boty, tenisky, holínky repelent netřeba – vozíme netoxický
- Pláštěnku trička, tepláková souprava
- kraťasy, legíny mikina teplé ponožky, ponožky
- spodní prádlo
- teplý svetr
- teplá bunda (klidně zimní – večery na horách) hygienické potřeby, ručník
- Cokoliv na parádění, členky, ... (koho nebaví parádění, vůbec to nevadí ☺)
- 5x nějaká dobrota do společného kruhu (oříšky, čokoláda, sušené ovoce...)
- nějaké šaty, či cokoliv, v čem si dívka připadá krásná ☺ - budeme se profi fotit
- DEKA DARŮ: zkuste doma najít 10-15 "věcí", které budou děvčata na táboře určitým způsobem vyměňovat – mělo by to být něco hezkého - oblečení, ze kterého už vyrostly nebo je nenosí, kniha, kterou už nečtou, bižuterie, plyšák, drogerie, domácí marmeláda, obrázky, ručně vyrobené věci, různé drobnosti, šátky, hrneček, prostě cokoliv, co je krásné, vy už to neužijete a přitom to může někomu jinému udělat radost
- pokud mají cokoliv, co je baví, jde to jakkoliv ukázat ostatním (nakreslené obrázky, různé sbírky, sportovní nebo taneční kostýmy/vybavení, ve kterém by rády něco ukázaly, jejich drobné radosti, hudební nástroje, konkrétní písničky/video na flash disku, skautský кроj, jakýkoliv jiný кроj, fotky jejich zvířátek, boxovací pytel, cokoliv...) a nemá to velikost slona, dovolte jim si to přibalit, určitě budou mít možnost ukázat a sdílet, čím žijí, co právě je baví...
- Kapesné – stačí menší kapesné, půjdeme pouze do místního krámků nebo zprostředkujemekantýnu

Informace během pobytu:

- Kdyby se na pobytu cokoli dělo, děvčata měla zdravotní nebo jiný problém, budeme Vás neprodleně informovat.
- Pokud něco budete potřebovat vy, pošlete SMS na tel.: 608 282 825, my se vám večer ozveme, přes den telefonáty časově nezvládáme, plně se věnujeme programu a dívkám, natábořišti je velmi špatný signál

Nedoporučujeme

- Brát s sebou cenné věci – elektroniku, drahé šperky, mobilní telefony, foťáky... Neručíme za ně a vzhledem k programu doporučujeme nechat telefon doma
- Na tábořišti je velmi špatný signál a telefon ruší od činností, nechte ho, prosím, doma... Dejte jim tu důvěru a svobodu se týden poprat se svými věcmi podle svého. Zkuste dát

důvěru i nám, že se o vše potřebné postaráme, jak budeme v tu chvíli nejlépe umět. Opravdu jsme tu celý týden pro ně.

- Na tábořišti nás, prosím, **NENAVŠTĚVUJTE**, dejte nám prostor se bez rozptylování plně věnovat programu, tvoření přátelských vztahů a sami sobě

Adresa na tábor je:

Dětský letní tábor Kalek
Kalek 1
okr. Chomutov
431 32

Upozornění:

V případě kouření, požití alkoholu nebo opuštění tábora ve večerních hodinách bude voláno domu a na vlastní náklady si rodiče dítě odvezou.

Těšíme se na všechny dívky i mladé ženy a věříme, že si setkání společně užijeme

Veškeré dotazy a informace, faktury: Alena Jiráková, Tel.: 608 282 825
E-mail: radostmost@gmail.com, www.radostmost.cz