

## Pokyny pro nástup do ozdravovny

Vážení rodiče,

Váš syn / dcera se zúčastní ozdravného pobytu v Dětské ozdravovně Království.

Nástup dítěte do ozdravovny potvrďte na email: [ozdravovna.vrchni@seznam.cz](mailto:ozdravovna.vrchni@seznam.cz), nebo SMS na číslo 601322515.

Příjem dětí probíhá v den nástupu od 9 do 12 hodin, výjimečně po domluvě do 13 hodin. V den ukončení pobytu si děti vyzvedněte do 12 hodin nejpozději.

Doprava:

Vlakem: vystupte na vlakovém nádraží ve Dvoře Králové nad Labem, odtud přímo autobusem směr Hostinné

Autobusem: z autobusového nádraží ve Dvoře Králové nad Labem směr Hostinné.

Osobním vozem: ze Dvora Králové nad Labem pokračujte směrem na Hostinné.

Ozdravovna se nachází v lese nad obcí Verdek při hlavní silnici.

Doklady k nástupu:

Dotazník návrhy + rozpis léků

Opatření COVID-19, Prohlášení o bezinfekčnosti, Čestné prohlášení COVID-19

Souhlas s ošetřením dítěte

Šatní lístek

Ve školním roce:

Informovaný souhlas se zařazením žáka do školy při zdravotnickém zařízení

Osobní list žáka ze školy

Škola:

V ZŠ při dětské ozdravovně vyučujeme předměty mimo výchov. Z cizích jazyků učíme angličtinu, němčinu, ruštinu. Je třeba si přivést vlastní učebnice, sešity a psací potřeby. Notebooky je možno používat pouze pro distanční výuku.

Důležité informace:

Ozdravovna za cenné věci neručí, proto nejsou vhodné šperky, mobilní telefony, videohry atd.

Z bezpečnostních důvodů je zakázáno používat dovezené elektro. spotřebiče napájené z elektrické sítě, bez předložení revizní zprávy, že je spotřebič v pořádku. Schválený spotřebič může dítě v ozdravovně používat jen pod dozorem dospělé osoby. Dále je zakázáno přivážet si nebezpečné předměty, mezi které patří i nože, ostré nůžky, ale i různá holitka. Vzhledem k nezletilosti dětí a zdravotním indikacím, je nevhodné používání voňavek, sprejů a „malovátek“. Nedávejte dětem žvýkačky. Prosíme o řádnou kontrolu zavazadel, co si s sebou děti vezou.

Doporučujeme sjednat dětem připojištění na dobu pobytu i vzhledem k možnosti poškození vybavení či úrazu. Pokud dítě poškodí majetek ozdravovny zavazují se rodiče tuto škodu uhradit.

Dejte dítěti:

- před nástupem ošetřit chrup.
- léky, které užívá. Označte je jménem a připravte rozpis užívání. Léky je nutno přivést na celou dobu pobytu.
- hračku, brýle, včetně náhradních, flétnu, pokud ji vlastní.

#### Oblečení:

Doporučujeme starší oblečení vhodné pro pobyt v přírodě, není potřeba velké množství, pereme každý pracovní den ve vlastní prádelně. Prádlo zřetelně označte. Seznam sepište na šatní lístek. Za neoznačené neručíme a nezasíláme zpět.

Dětem předškolního věku jsme, mimořádně, schopni zapůjčit oblečení, mimo obuvi a toaletních potřeb.

#### Vybavení zimní pobyt:

6 slipů, trenýrek, kalhotek  
6 párů ponožek  
3 trička  
2 punčochové kalhoty  
2 mikiny  
2 teplákové soupravy  
2 noční oblečení  
1 kalhoty (rifle)  
1 oteplovačky  
2 čepice zimní, rukavice, šála  
1 zimní bunda  
2 zimní obuv  
1 plavky (sauna)  
1 bačkory pevné (světlá podrážka)  
1 batoh malý na výlety, peněženka

#### Vybavení letní pobyt:

6 slipů...  
6 párů ponožek  
3 trička  
1 plavky  
2 mikiny  
2 teplákové soupravy  
2 noční oblečení  
1 kalhoty plátěné  
2 krátké kalhoty  
1 čepice letní  
1 letní bunda  
1 botasky, plátěnky, sandále,  
holínky  
1 bačkory  
1 pláštěnka  
1 batoh malý na výlety, peněženka

#### Toaletní potřeby a další:

papírové kapesníčky, mýdlo, zubní pasta, kartáček na zuby, 2 ručníky, hřeben, šampón (v plastovém obalu), 4 role toaletního papíru, 1 prášek na praní.

3 dopisní papíry, obálky, známky (u menších dětí předepište adresu),

Doporučené kapesné na mimořádné aktivity ( ZOO, přednášky, vstupy atp.) je cca 400,- Kč v zimě, cca 600,- Kč v létě -> je více akcí.

#### Informace o dítěti + kontakt s rodinou:

Informace o dítěti obdržíte na tel. 731 441 278 - sestřičky.

Informace o zdravotním stavu obdržíte na tel. 601 322 515 – vrchní sestra (po-pá 7–14 hod.)

Výjimečně je možné dětem poslat vzkaz na e-maile vrchní sestry [ozdravovna.vrchni@seznam.cz](mailto:ozdravovna.vrchni@seznam.cz)

Při korespondenci s dětmi (pohledy, dopisy, balíky) je důležité nejdříve uvést adresu Dětské ozdravovny a pak teprve jméno dítěte.

Součástí ozdravného pobytu je očištění se od elektro smogu, proto je i používání mobilních telefonů dětmi ze zdravotních a organizačních důvodů omezeno. Mobily jsou dětem k dispozici v čase 18:30-19:30.

Návštěvy rodičů jsou možné po předchozí domluvě, ale u malých dětí a rovněž vzhledem k aktuálním omezením z důvodu COVID-19 je nedoporučujeme.

#### Léčebné procedury:

Pobyt v přírodě, zdravotní tělesná výchova, dechová rehabilitační cvičení, inhalace, relaxační jógové cvičení aplikované hravou formou dle věku a indikací, cvičení pod dohledem rehabilitačních sester, Žilkova flétnová škola, nosní sprcha, míčkování, sauna a další.

Redukční program – úprava stravovacích návyků, pohyb na čerstvém vzduchu, rotopedy, besedy o zdravém životním stylu a podobně.

Procedury jsou dětem při přijetí indikovány dle individuálních potřeb lékařkou ozdravovny.

Pro děti během turnusu pořádáme další sportovní a kulturní akce.

*DĚTSKÁ OZDRAVOVNA KRÁLOVSTVÍ  
Nový Nemojov 150, 5440, Dvůr Králové nad Labem  
provozovaná Sdružením ozdravoven a léčeben okresu Trutnov  
Procházkova 818, příspěvkovou organizací Královéhradeckého kraje*

Informace:

Naše dětské zdravotnické zařízení se nachází v krásném lesním prostředí nad přehradou Les Království, 6 km od Dvora Králové nad Labem, směrem na Hostinné.

Je v oploceném, 5 ha velkém areálu. Kapacita zařízení je 55 dětí ve věku od 3 do 15 let.

Po předchozí domluvě umožňujeme i pobyt dítěte s dospělý doprovodem (rodičem, zástupcem atp.)

V závislosti na věku, zdravotním stavu a vyspělosti dítěte je možno požádat zdravotní pojišťovnu o úhradu pobytu doprovodu v Návrhu na ozdravný pobyt → vypisuje dětský lékař. Pobyt doprovodu je rovněž možný formou samoplátce.

Rovněž budeme rádi za vyplnění hodnotícího dotazníku na konci pobytu a sdílení informací ohledně Vaší spokojenosti s ozdravným pobytem, procedurami, náměty na zlepšení atp.

V případě potřeby se na nás s důvěrou obraťte.

Vrchní sestra  
Mobil: 601 322 515

Mgr. Helena Rážová  
ředitelka ozdravovny

MUDr. Renata Krčmářová  
lékařka ozdravovny

**Dětská ozdravovna Království**  
Nový Nemojov 150  
544 01 Dvůr Králové nad Labem