

För andra året i rad anordnar vi ett efterlängtat sportläger för dig som har diabetes.



På lägret kommer barnen få prova på en mängd olika aktiviteter allt från tennis, golf, skytte, dans, boxning, kanot, basket, rugby mm. Varje dag har vi två aktivitetspass, där man själv får välja vad man vill göra. På kvällarna har vi gemensamma aktiviteter, grillkväll mm. Det här är inget träningsläger utan ett superroligt läger för alla!

Barnen bor i 2-3 bäddrum i ett gemensamt hus och har sin egna "fadderledare" som ser till att man mår bra, sover och äter ordentligt. Syftet med lägret är givetvis att barnen skall ha den roligaste veckan på sommarlovet, men också att de skall växa och lära sig ta hand om sig och sina prylar...vi har bl a städtävling varje morgon. Syftet är också att barnen ska känna att de klarar av att stå på egna ben och träffa andra barn med diabetes, att känna att man inte är ensam. Självklart är syskon och kom-

pisar också välkomna att anmäla sig!

Camp Solbacka ligger en dryg timme söder om Stockholm i Stjärnhov i Sörmland. Gården är från början en internatskola med perfekta faciliteter för ett läger. Här finns idrottshall, fotbollsplan, squashhall, tennisbana och golfbana. Vi har stora gräs- och skogsområden och runt knuten ligger två badsjöar, med fantastiska paddlingsleder.

SportCamp har arrangerat sportläger sedan sommaren 2000, där huvudsyftet är att få barnen att pröva på en mängd olika aktiviteter, kanske hitta en talang som man inte visste fanns, och framför allt ha den bästa veckan på sommarlovet. Vi har sedan många år arrangerat kortläger tillsammans med Astrid Lindgrens diabetesavdelning, och förra året startade vi med ett eget, lite längre läger för barn med diabetes.

Sommarens roligaste tid! Specialläger för dig med diabetes.

Så här kan en dag på lägret se ut:

08.00 väckning
Blodsockerkontroll
frukost
städtävling
09.30 samling, 1a aktiviteten
10.30 mellanmål och blodsockerkontroll
12.00 Blodsockerkontroll och lunch
fri tid, bad,
13.30 andra aktiviteten
15.00 Blodsockerkontroll och mellanmål
gemensamma aktiviteter, bad
17.30 Blodsockerkontroll och middag
19.00 Kvällsaktivitet
20.00 Blodsockerkontroll, kvällsmål
21.00 Göra sig i ordning för kvällen
21.30-22.00 Blodsockerkontroll och tyst på rummen

Förutom våra duktiga ledare har vi även en diabetessköterska som jobbar under lägret, och som har extra koll på barnen.

**Camp Solbacka 19-23 juni
5 dagar 3900 kr
10-14 åringar, för dig som har diabetes.
Anmälan görs på www.sportcamp.se**

Hoppas att vi ses i sommar!



SportCamp



www.sportcamp.se

SportCamp

