Trivselregler  
 – Var vänlig gå igenom dessa noga med er dotter

* Trots att äventyret bara varar några dagar krävs det en hel del packning. Planera smart – varje tjej måste själv kunna bära sina saker.
* Respektera de förhållningsregler som ledare och ansvariga vuxna sätter upp vad gäller läggningstider mm.
* Håll ordning på prylarna: Det jag inte använder ska ligga i väskan(om det inte hänger på tork).
* Värdesaker tas med på egen risk. Det går bra att låna mobiltelefon av ledarna om man behöver.
* iPads, elektroniska spel och liknande stannar i Sverige.
* Alla duschar efter dagens sista match.
* Glass är okej på dagarna, men godis, chips, läsk etc får vänta till efter kvällsmaten.
* Spelarna får inte använda alkohol, tobak eller narkotika. Om någon bryter mot den här punkten skickas hon hem med nästa färja, på föräldrarnas bekostnad.
* **Ta hand om lagkamraterna! Det är vars och ens ansvar att se till att alla kompisar   
  – hela tiden – känner sig inkluderade och uppskattade. Vi kan bara bli framgångsrika tillsammans!**

Packlista  
 – Ett förslag, anpassas naturligtvis efter person och väderleksprognos

**För fotbollen**

* Fotbollsskor
* Benskydd
* Sport-BH
* Egna shorts o strumpor, om man har
* Foppatofflor eller annan luftig sko. Används mellan matcher, strikt förbud mot fotbollsskor på skolan där vi bor, bussar, i matsalen med mera. Undvik flipflops (fungerar dåligt med strumpor på ☺ ).
* Träningsställ (används mellan matcher)
* Regntålig jacka
* ”Handbagage”: Mindre väska/rygga för att kunna packa saker till matcher.
* Vattenflaska

**Sova**

* Luftmadrass eller liggunderlag
* Ev pump till luftmadrass
* Sovsäck el liknande
* Ev kudde
* Sovkläder

**Hygien o hälsa**

* Två badlakan
* Necessär med tandborste, tandkräm etc
* Schampo etc, hårborste och hårsnoddar
* Solskyddskräm
* Ev mensskydd (finns lite i reserv i den rosa påsen i medicinväskan)
* Ev mediciner

**Fritiden**

* Underkläder
* Shorts o linne, alt strandklänning
* Extra t-shirtar
* Lämplig outfit för disco
* Badkläder

**Övrigt**

* Legitimation (det kan bli id-koll vid färjan)
* Tre tomma plastpåsar för smutstvätt, blöta kläder, skor osv
* Fickpengar, ca 300 kr
* Gärna kortlek el liknande sällskapsspel.

Kontaktpersoner

Carmen (Leonors mamma) och Anna (Ellas mamma) följer med som lagmammor. Om man vill ha hjälp att komma i kontakt med sin dotter eller har frågor kring vad som sker på plats i Grenå går det bra att ringa eller skicka ett sms.

**Carmen:** 0730-33 74 25

**Anna:** 0733-42 39 92