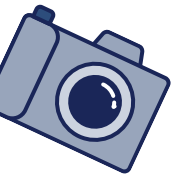
Vision Australia

Đi tham quan hoặc cắm trại cùng trường

Các chuyến tham quan và cắm trại là cơ hội để em thử những điều mới mẻ, vui chơi và dành thời gian bên bạn bè. Mục tiêu là gì? Tìm hiểu trước những gì sẽ diễn ra để em cảm thấy sẵn sàng, chuẩn bị chu đáo và hào hứng cho ngày hôm đó.



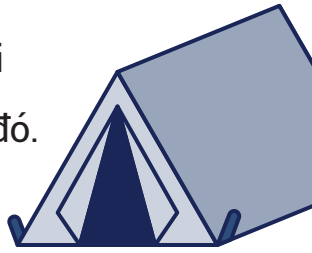
Chuẩn bị sẵn sàng trước khi lên đường



- Hỏi thầy cô xem mình sẽ đi đâu và tham gia những hoạt động gì
- Lập danh sách tất cả những đồ dùng em cần mang theo
- Trao đổi với người thân ở nhà về kế hoạch cho ngày hôm đó
- Đặt câu hỏi nếu em chưa rõ những gì sẽ diễn ra trong ngày.

Điều chỉnh mọi thứ cho phù hợp với thị lực của em

- Tìm hiểu vị trí của những nơi quan trọng như nhà vệ sinh, khu vực ăn trưa hoặc các điểm tập trung
- Nếu có thể, em hãy đến xem trước địa điểm đó, hoặc xin các hình ảnh hay bản đồ
- Mang theo các thiết bị công nghệ hỗ trợ, dụng cụ hoặc bộ sạc mà em có thể cần dùng
- Khi đến nơi, em hãy nhờ thầy cô giải thích những khu vực mới
- Cho thầy cô biết nếu em cần được hỗ trợ thêm trong ngày hôm đó.



Trước khi lên đường

Hãy kiểm tra nhanh trước khi em ra khỏi nhà. Em đã mang theo đầy đủ những thứ sau chưa:

- ☐ Ba lô đi học hoặc túi đựng đồ dùng cho chuyến đi qua đêm
- ☐ Bữa trưa, đồ ăn nhẹ hoặc bình nước
- ☐ Mũ và quần áo phù hợp với thời tiết
- ☐ Gậy dò đường hoặc thiết bị công nghệ hỗ trợ
- ☐ Các loại thuốc hoặc vật dụng cá nhân mà em có thể cần dùng.

☑ **Vậy là em đã sẵn sàng cho chuyến đi rồi!**

Một việc em nên làm

Hãy nghĩ ra một câu hỏi em muốn hỏi thầy cô trước chuyến tham quan hoặc cắm trại. Biết trước những gì sẽ diễn ra có thể giúp em cảm thấy sẵn sàng hơn.

Em làm điều này được mà

Nếu lúc đầu em thấy hơi khó khăn thì cũng không sao. Hãy nhờ giúp đỡ khi cần, cứ thong thả và nhớ rằng cần có sự thực hành khi học những điều mới. Cảm thấy lo lắng về những nơi mới là điều bình thường, em nhé. Việc chuẩn bị chu đáo có thể giúp em cảm thấy tự tin hơn.

