

EQUIP DE MONITORS/ES

Coordinadora (Mercè): **697 251 575**

Eloi Galan // Teresa Novell // Georgina Pineda // Mercè Pou

Aleix Romeu // Oriol Salat // Judit San José

QUAN MARXEM?

Dia: **16 de Juliol del 2019**

Hora: **09:30**. A les 10:00 marxaran els busos, MÀXIMA PUNTUALITAT!

Ubicació: Pàrquing del costat del "Terrassa Plaça" → **Avinguda del Vallés 470, 08227 (Terrassa)**. Entrada per l'Avinguda de les Nacions

QUAN TORNEM?

Dia: **27 de Juliol del 2019**

Hora: A les **18:00**

Ubicació: Pàrquing del costat del "Terrassa Plaça" (**Av/ Vallès 470, 08227, Terrassa**), és a dir, el mateix lloc de la sortida del primer dia.

Distribució Monitors/es:

1. Equip Infermeria (Creu Vermella): Entregar **AUTORITZACIONS MÈDIQUES + MEDICAMENT**
2. Equip Assistència (A l'entrada): Avisar quan arribeu + Entrega **TARGETA SANITÀRIA ORIGINAL**
3. Equip Cartes (Gorra Vermella): Entregar **cartes** pels nens i nenes → MÀXIMA DISCRECIÓ
4. Equip Maletes (Costat d'un cartell amb el nom del grup de colònies) → Entregar les **maletes**

Documentació necessària pel 16/07/2019

1. **Targeta Sanitària Original**
2. **Autoritzacions medicaments** amb els **medicaments** pertinents (Documents penjats a la web: www.cepituesplai.cat)

Portar de casa: **Esmorzar i Dinar**

ON ANEM?

Mas la Coromina (Vall de Bianya, la Garrotxa)

Ubicació: **Ctra. De Camprodon s/n (N-269), Km 93**

FUNCIONAMENT DE LES COLÒNIES

DIES DE RUTA – QUOTIDIÀ

Dia de caminar

7:00 – Monis es lleven	16:30- Berenem
7:15- Nens/es llevats, desmuntem tendes	17:00- Activitat de tarda
8:40- Esmorzem	19:00- Fem el sopar
9:00- Repartim Sarró	20:30- Sopem
9:05- Comencem a caminar	21:30- Activitat de nit
13:00- Dinem	23:00- Fi de l'activitat
14:00- Caminem	00:00- Bona nit

Dia de descans

9:00- Monis llevats
9:15- Nens/es llevats
9:30- Esmorzar
10:00- Activitat
13:30- Preparem dinar
14:30- Dinem
16:00- Comencem activitats
18:00 Berenar
19:00- Comencem a preparar el sopar

Ruta

DIA	ETAPA	KM	DESNIVELL	TEMPS	DORMIR
1	Terrassa – Oix				
2	Oix – Beget	15,5 km	350 m	4.15 h	Camp Beget
3	Beget - Camprodon	14 km	665 m	3.45 h	Càmping <i>Els Solans</i>
4	Camprodon – Molló	8,54 km	357 m	2.45 h	Camp Albert
5	DESCANS A MOLLÓ				Camp Albert
6	Molló – Setcases	16,36 km	830 m	5h	Poliesportiu de Tregurà de Dalt
7	Setcases – Tregurà de dalt	6,99 km	363 m	2.15 h	Creu de Fusra
8	Tregurà de dalt - Abella	10 km	421 m	3.18 h	Camp d'Abella

DIES A LA CASA – QUOTIDIÀ

8:00 Els monitors/es ens llevem	15:00 Cobanco
8:30 Bon dia tortuguetes	17:00 Activitats TARDA
9:00 Esmorzen els nens i nenes	18:15 Berenar
9:30 Fem serveis	20:30 Sopar
10:00 Activitats MATÍ	22:00 Activitats NIT
13:05-13:30 Piscina	00:00 Bona nit
13:30 Dinar	

Equipatge

MOTXILLA DE CAMINAR 40-50L

- Sac de dormir
- Isotèrmic
- Carmanyola
- Necesser
- Crema solar
- Tovallola
- Banyador
- Samarreta blanca
- Xancles (lligades o crocs)
- Lot frontal
- Gorra
- 2 cantimplors de 1 l.
- Sabates de caminar
- 5 mudes per caminar (pantalons cada 2-3 dies)
- Mitjons de caminar de mitja canya (de recanvi)
- Impermeable + funda de motxilla / Capelina
- Roba d'abric

BOSSA D'ESPORT TOVA

- Mudres del dia 6-9
- Roba d'abricar de Recanvi

Anirà a la furgoneta

BOSSA DE BROSSA

- Mudres dia 10-12
- Roba ball de gala
- Tovallola i banyador
- Roba d'abricar de recanvi

Anirà a la furgoneta

RECORDATORI: MARCAR TOTA LA ROBA AMB NOM I COGNOM I TAMBÉ MARCAR LES BOSSES AMB NOM I COGNOM I GRUP

Motivació

Valor: **Esperit Crític**



Normativa

- Aparells electrònics
- Diners
- Llaminadures (Només en cas d'aniversaris i ha d'haver llaminadures per tot el grup)
- Tabac i altres drogues
- Sanitat:
 - * Si l'infant al dia de marxar de colònies (16/07/2019) està malalt o acabant un tractament de qualsevol malaltia infecciosa NO PODRÀ PUJAR fins que es curi.
 - * Si un infant durant les colònies es posa malalt d'una malaltia infecciosa haurà de marxar de les colònies per recuperar-se a casa. Un cop recuperats podran tornar a pujar a la casa de colònies.
 - * Si un infant durant les colònies es posa malalt d'una malaltia NO infecciosa o té algun impediment per realitzar les activitats amb normalitat, tindrà un màxim de 24 hores per recuperar-se, si no és així haurà de tornar a casa fins que es recuperi.
 - * En tots els casos haureu de ser les famílies qui reculli l'infant malalt i qui el torni a les colònies.

Xarxes Socials

Si voleu saber com ens van les coses, de tant en tant publicarem alguna foto al nostre compte d'Instagram!

- Instagram: @cepituesplai

En el cas de no portar la documentació necessària avui....

1. Posar-se en contacte amb el coordinador (Mercè)
2. Portar-ho tot a la bústia del nostre local (C/ Faraday, 96)

Els documents que no poden faltar són:

- Fitxa d'inscripció plena
- Foto de carnet de l'infant
- Fotocòpia Targeta Sanitària
- Comprovant del pagament de les colònies → Qualsevol dubte: Albert Martínez (690.909.149).

Per qualsevol dubte, podeu contactar-nos per via E-mail (cepituesplai@gmail.com) o trucar al coordinador del corresponent grup.