

EQUIP DE MONITORS/ES

Coordinador (Àlex Lloveras): **618174917**
Marta Soler // Jan Tapiolas // Àlex Lloveras

QUAN MARXEM?

TORN 2 :

Dia: **21 de Juliol del 2020**

Hora: **07:00**. A les 07:30 marxaran els busos, MÀXIMA PUNTUALITAT!

Ubicació: Estació de busos de Terrassa

QUAN TORNEM?

TORN 2:

Dia: **26 de Juliol del 2020**

Hora: A les **18:00-18:30** aprox.

Ubicació: Pàrquing del costat del "Terrassa Plaça" (**Av/ Vallès 470, 08227, Terrassa**).

Organització pel primer dia:

Quan arribeu al pàrquing trobareu varies zones diferenciades amb els noms de cada grup. Us haureu de dirigir a la zona del grup del vostre fill/a i allà anar formant una fila amb el distanciament pertinent, davant el monitor/a amb la gorra. Haureu de passar per dos punts:

1. Equip Assistència: Haureu de donar el nom del vostre fill/a per passar l'assistència. Entregar **TARGETA SANITÀRIA ORIGINAL, AUTORITZACIONS MÈDIQUES + MEDICAMENTS, AUTORITZACIÓ DE RESPONSABILITAT, el DNI/PASSAPORT i AUTORITZACIÓ PARENTAL**.
2. Equip Autocar: (Costat de l'autocar) → Entregar les **MALETES**

Documentació necessària pel 21/07/2020

1. **Targeta Sanitària Original**
2. **Autoritzacions medicaments** amb els **medicaments** pertinents (Documents penjats a la web: www.cepituesplai.cat)
3. Document de declaració de responsabilitat.
4. Passaport o Dni + Autorització Parental de Sortida del País per Menors (si son majors d'edat no fa falta).

Portar de casa: **Esmorzar i Dinar.**

Recomanem que tot siguin entrepans, així no queden residus que els infants hagin de carregar a la motxilla durant la resta de les colònies.

ON ANEM?

Els campaments i les rutes es realitzaran per **Andorra.**

FUNCIONAMENT DE LES COLÒNIES

Quotidià

Dia de caminar :

06:30 - Ens llevem i comencem a desmuntar campament.
07:30 - Comencem a caminar.
09:00 - Esmorzem.
14:00 - Dinem.
15:00 - Reprenem la marxa.
17:00 - Arribem al destí, muntem el campament i descans.
19:00 - Preparem l'esmorzar de demà i el sopar.
21:00 - Sopem i rentem olles.
22:30 - Petar la xerrada.
23:00 - A descansar que demà toca caminar.

Dia de descans :

09:00 - Monis llevats
09:15 - Nens/es llevats
09:30 - Esmorzem
10:00 - Activitat
13:00 - Preparem dinar
14:00 - Dinem
16:00 - Activitat de tarda
19:00 - Fem el sopar
20:30 - Sopem
21:30 - Activitat de nit
23:00 - Fi de l'activitat
23:30 - Bona nit

Cuina

Els monitors i monitores del grup confeccionen un menú prèviament. Durant aquestes colònies, un monitor/a de cada grup serà l'encarregat de cuinar els àpats, seguint les normatives higièniques i sanitàries pertinents.

Ruta

DIA 1 // 21 de juliol

Etapa: Ordino Arcalís - Part alta de l'estació

Distància: 3,6 km

DIA 2 // 22 de juliol

Etapa: Part alta de l'estació - Refugi del Comapedrosa

Distància: 12,3 km

DIA 3 // 23 de juliol

Etapa: Refugi del Comapedrosa - Comapedrosa (2.945) - Vall de Setúria

Distància: 13,7 km

DIA 4 // 24 de juliol

Etapa: Vall de Setúria - Cortals de Sispony

Distància: 8 km

DIA 5 // 25 de juliol

DESCANS

DIA 6 // 26 de juliol

Caminarem dels Cortals de Sispony a Sispony.

Després de dinar tornem cap a Terrassa.

Equipatge

Repartirem l'equipatge en 2 motxilles. La de caminar d'uns 50-70L i una bossa d'esport per portar mudes i altre material de recanvi.

- 6 Mudes
- Gorra
- Ulleres de sol
- Frontal (Piles de recanvi)
- Capelina / impermeable+funda per la motxilla
- Roba d'abric (recomanem tèrmiques + forro polar + paravent,...)
- Gorro, guants, buff
- Sac de dormir d'hivern
- Isotèrmic
- 2 tovalloles
- 1 banyador
- Cantimplora de 2L (o dues de 1L)
- Carmanyola en una bossa individual
- Xancletes / sabates de descans
- 1 Samarreta blanca
- Sabates de caminar (ESTRENADES)
- Necesser complet (higiene bàsica, compeed, crema solar, antimosquits, protector labial, vaselina, tovalloletes)
- Sabates de recanvi
- Mascaretes (les que es puguin: Aniria bé tenir-ne com a mínim una o dues per dia)
- Pals de caminar
- Manta tèrmica

RECORDATORI: MARCAR TOTA LA ROBA AMB NOM I COGNOM

NORMATIVA

- Aparells electrònics
- Diners
- Laminadures (Només en cas d'aniversaris i hi ha d'haver laminadures per tots els infants del grup)
- Tabac i altres drogues
- Sanitat:
 - ❑ Si l'infant al dia de marxar de colònies (21/07/2019) 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 i intentarem passar-ne també per els grups de WhatsApp corresponents.

- Instagram: @cepituesplai

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

1. Posar-se en contacte amb el coordinador
2. Portar-ho tot a la bústia del nostre local (C/ Faraday, 98)

Els documents que no poden faltar són:

- Fitxa d'inscripció plena.
- Foto de carnet de l'infant.
- Fotocòpia de la Targeta Sanitària.
- Fotocopia del carnet de vacunes.
- Comprovant de pagament de les colònies → Qualsevol dubte: Albert Martínez (tresorer) (690 909 149).
- Document de declaració responsable. *IMPORTANT: Aquest document l'heu de portar el dia 21 de juliol quan marxem.*
- Permís de sortida del país per menors.

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