

## DOCUMENT INFORMATIU

### HORARIS I LLOC

El primer dia del camp (06/07) us rebrem entre les 16:30 i les 17:00.

L'últim dia (12/07) es farà un esnòrquel familiar conjunt (si hi ha un mínim de famílies) que començarà a les 11:00h. Per tant, es recomana arribar 10:30h.

#### **Casa de Colònies Mas Gorgoll**

Carrer Mas Gorgoll, 1, 17230 Palamós, Girona

### RESUM ACTIVITATS

El centre d'interès del campament és EL MAR, la seva protecció i conservació mitjançant accions i activitats al medi natural.

Els objectius del projecte són:

1. Fomentar el desenvolupament personal mitjançant la convivència i donar importància a valors com: l'alegria, l'aprenentatge, el creixement, l'empatia, el pensament crític, el respecte, la seguretat i la senzillesa.
2. Divulgar i protegir el nostre medi marí litoral.
3. Posar en valor el nostre patrimoni natural.

Per poder assolir aquests 3 objectius realitzarem, entre d'altres, les següents activitats:

- Reconeixement de la zona de treball.
- Jornades formatives amb especialistes del món de la ciència marina i de la biologia marina.
- Difusió per xarxes socials de les tasques realitzades dia a dia.
- Reconeixement i catalogació de les espècies (vegetals i animals) presents a la zona, amb el suport de guies d'identificació d'organismes.
- Jornada de recollida de residus al litoral amb col·laboració de la ciutadania, si s'escau.
- Vídeo divulgatiu de la necessitat de conservar el nostre patrimoni natural.

## **CRONOGRAMA**

Cronograma d'un dia "tipus"

- 7:30 Bon dia
- 8:00 Esmorzar
- 8:45 Briefing - Objectius del dia
- 9:00 Activitat tècnica
- 11:00 Esmorzar
- 11:30 Activitat tècnica
- 13:00 Dinar
- 14:00 Panxing + ludoteca + mediateca
- 15:00 Activitat tècnica
- 17:00 Berenar
- 17:30 Activitat de lleure
- 19:00 Dutxes + Temps lliure
- 21:00 Sopar
- 22:00 Joc / activitat de nit
- 23:00 Bona nit
- 23:30 Silenci

Aquest és un cronograma base i és modificable per l'equip de dirigents segons les necessitats i particularitats de cada dia.

## **DOCUMENTS NECESSARIS**

Tots aquests documents són indispensables per poder començar al camp, si algú no ha enviat telemàticament algun d'ells ho podrà fer "in situ" el primer dia del camp.

- Fitxa autoritzacions
- Fitxa salut
- Autorització drets d'imatge
- Una fotografia mida carnet
- Fotocòpia de la targeta de la seguretat social (CatSalut) / Mútua
- Comprovant d'haver fet el pagament corresponent

## **MATERIAL**

### **DORMIR**

Els campaments marins acostumen a tenir una pernoctació de camping o de casa de colònies. Caldrà que portin el material pel llit i tot el necessari.

- Sac de dormir d'estiu o sac-lleçol
- Lleçol de baix (200x70) (opcional)
- Coixí i coixinera (opcional)
- Pijama
- Higiene personal
- Tovallola

### **ALIMENTACIÓ I INSTAL·LACIONS**

La Casa de Colònies Mas Gorgoll i Anèl·lides facilitarà els àpats i les instal·lacions (piscina inclosa) a tot el grup. Tanmateix caldrà que portin cantimplora reutilitzable per les activitats exteriors.

- Cantimplora

### **FARMACIOLA**

Els monitors tindran una farmaciola amb el material de primers auxilis bàsic.

### **ROBA DE CAMP**

- Gorra
- Ulleres de sol
- Crema solar de protecció alta
- Calçat adequat per caminar per muntanya
- Calçat adequat per caminar per les roques litorals (que es pugui mullar i es lligui per la part de darrere)
- Motxilla petita per anar a la platja o d'excursió

### **MATERIAL D'AIGUA**

- Banyador o bikini còmode per portar sota el neoprè  
Recomanem que el banyador sigui curt i a ser possible arrapat per comoditat amb el neoprè.
- Altres banyadors / bikinis per anar a la platja
- Tovallola platja

Pel que fa al material d'esnòrquel, disposem de tot el material necessari, però si algú en té en propietat, es troba còmode amb ell i el vol portar és lliure de fer-ho.

- Neoprè

- Màscara amb tub
- Aletes

Per motius logístics us agraiem que ens indiqueu:

- Si portareu o no material propi d'esnòrquel
- En el cas que no porteu material indiqueu la vostra:

Alçada

Talla de samarreta (XS, S, M, L, XL)

Número de peu.

#### **ALTRES**

- Mòbils i aparells electrònics (Llegir normativa).
- Càmeres de vídeo i fotografia normals o subaquàtiques.

Si algú té en propietat una càmera, la pot portar i utilitzar però quedarà sota la responsabilitat del participant, en cap cas de l'equip de dirigents d'Anèl·lides.

- **Temps lliure.** Cada dia els joves gaudiran d'unes hores de temps lliure, durant les quals restaran sense vigilància.  
*Els pares heu de donar permís (Fitxa d'autoritzacions) perquè els nens puguin anar sols a voltar pel poble sense la vigilància dels monitors, en cas contrari els nens quedaran al recinte amb els monitors.*
- Anèl·lides disposa d'un espai destinat a la **consigna** d'objectes personals de valor, tals com telèfons mòbils, càmeres de fotos i carteres, i no es fa responsable de la pèrdua o danys dels objectes que no s'han entregat als monitors quan aquests ho hagin demanat.
- L'ús de **telèfons mòbils** i **altres aparells electrònics** no està permès durant el transcurs de les activitats i està restringit al temps en que l'equip dirigent ho consideri oportú. En tot moment si els joves necessitem parlar amb els pares o alguna altre necessitat que els monitors considerin oportuna, sempre tindran a la seva disposició el mòbil de l'entitat per fer trucades.  
Amb excepció de les activitats que requereixin l'ús de la tecnologia per a la seva correcta realització, fer fotografies, gravar vídeos o audios amb dispositiu mòbil. (en aquest últim cas serà indicat pels monitors corresponents).  
Si en alguna activitat els monitors donen permís per escoltar música mentre es realitza la feina, haurà de ser amb un MP3, iPod o similar, no amb un telèfon mòbil.
- **Medicaments.** Tots els medicaments s'hauran d'entregar el primer dia als monitors. Tal i com indica el decret que regula aquest tipus d'activitats, l'automedicació dels menors queda prohibida durant el transcurs de les mateixes i corre a càrrec de l'equip dirigent. En cas que algun participant estigui sota qualsevol tractament o prengui medicaments de manera regular, cal especificar-ho correctament a la Fitxa de Salut.
- **El tabac, l'alcohol i les drogues** queden totalment prohibits en tot moment i seran motiu d'expulsió directa del campament.
- **Dormir.** Serem també estrictes amb el respecte de les hores de son i amb el comportament responsable de tots els participants.
- L'incompliment de les normes internes o la falta de respecte cap a un membre de l'equip de dirigents o cap a un/a company/a és motiu d'expulsió del campament marí.
- A l'inici del campament es farà una explicació sobre el reglament intern que els regeix i que caldrà complir durant tot el període.
- En el cas de que algún participant vulgui portar diners, aquest només es podrà utilitzar durant les estones de temps lliure i sota la responsabilitat del participant.