

ALBERGUE MUNICIPAL DE CABANA DE BERGANTIÑOS

DATOS XERAIS: O albergue está situado a pé da ría de Cabana de Bergantiños e ten acceso ás pistas polideportivas do colexio, 2 canchas de fútbol sala, cancha de baloncesto e parque infantil. Consta de 45 prazas para durmir, divididas en tres módulos de 15 prazas por módulo. Conta con sala común de descanso equipada con sistema de audio e vídeo, zona de ocio con ordenadores e conexión a rede WIFI, comedor e cociña totalmente equipada. Edificio adaptado a persoas con discapacidade, con acceso a habitacións, cociña, comedor e sala de descanso. Non conta con ascensor. Hai un cuarto reservado a persoas con discapacidade exclusivamente, cunha soa cama e baño con ducha totalmente adaptado dentro do cuarto.

ACCESOS: Cabana de Bergantiños é un municipio situado na parte occidental da provincia da Coruña, na comarca natural de Bergantiños e na supracomarca coñecida como a Costa da Morte. Atópase próximo ás cidades da Coruña e de Santiago de Compostela e pódese acceder ao albergue a través da estrada AC-429.

ENDEREZO: Lugar A Cabana, s/n, Cesullas, Cabana de Bergantiños. Tfno. 690 610 065

QUENDA	ANO NACEMENTO	DESCRICIÓN DAS ACTIVIDADES
28 de xullo - 4 de agosto	13-14-15-16	AVENTURAS NA PRAIA E NATUREZA
		Deportivas: roteiro polo Camiño dos Faros e Valarés, xogos náuticos, paddel surf, descenso do Anllóns en caiac, tiro con arco e xogos na area; excursións: Museo do Xogo Tradicional (Melga), Rego dos Muíños, saída ao dolmen de Dombate ata o castro de Borneiro (teatralizada), dunas de Monte Branco e lonxa de Laxe; visitas: mariscadoras de Bergantiños e a un estaleiro tradicional de madeira; ambientais: coñecemento da riqueza da flora e fauna do Esteiro; outras actividades: xogos populares na contorna do albergue, paseo en tren turístico e praia. NOTA: Para ser admitido no campamento é necesario saber nadar.

NORMAS XERAIS

1. As persoas participantes estarán atendidas permanentemente por persoal titulado e especializado na organización e no desenvolvemento das actividades de tempo libre.
2. Ningunha persoa participante poderá abandonar o centro sen autorización expresa do/a director/a da actividade, e sempre acompañado por un **adulto autorizado (persoa que asinou os papeis de inscrición)**; no caso de non poder estar presente este, a persoa que efectúe a recollida deberá achegar a fotocopia do DNI de quen autoriza (persoa que asinou os papeis de inscrición) e do autorizado, así como o impreso de autorización que lles será facilitado o día da recepción.
3. **Prégase non facer visitas de non ser necesario**, coa fin de non interferir no desenvolvemento das actividades e limitar ao mínimo imprescindible a entrada de persoas alleas á instalación.
4. **Horario de chamadas: na información de recepción o equipo directivo comunicará ás familias os días en que se poderá contactar cos/coas menores (cun mínimo de 3 días durante a quenda) e o horario para as chamadas.** Nese horario, os/as rapaces/zas disporán dos seus móbiles se os traen ou ben as familias poderán chamar ao menor nos teléfonos indicados na reunión de recepción. Tamén se permitirá as chamadas fora do horario sinalado por causa xustificada.
5. As persoas participantes deberán levar as **tarxetas sanitarias orixinais** (ou seguro médico, MUFACE ou similar, e o talonario de receitas). O día da incorporación deberase comunicar ao persoal técnico da actividade os medicamentos, en caso de tratamento específico, que estean a tomar; así como as alerxias, doenzas, ou calquera outra incidencia que se considere de interese.
6. Recoméndase que non leven obxectos de valor, nin grandes sumas de diñeiro. Prevese a organización dun banco de cartos e móbiles onde os participantes poderán depositar os seus cartos e tamén os teléfonos (recoméndase poñer un adhesivo co seu nome tanto no teléfono coma no cargador e, no caso de ser necesario, unha lista cos números de teléfono e o PIN, se non se sabe de memoria). Os teléfonos entregaranse apagados.
7. Recoméndase levar a roupa marcada coas iniciais.
8. Nesta web, no apartado "Documentación para presentar (fase de adxudicación)", está dispoñible o modelo de autorización para recollida do menor e outra información de interese.

INCORPORACIÓN E RECOLLIDA DAS PERSOAS PARTICIPANTES

- A **incorporación** realizarase o **día do inicio da quenda correspondente**, entre as **10.00 e as 13.00 horas** no Albergue Xuvenil de Cabana de Bergantiños.

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación pode contactar co teléfono: 690 610 065 durante os tres días anteriores á incorporación ao campamento.

- O día de **remate da quenda, a recollida das persoas participantes** deberá facerse entre as **12:00 e as 14.00** na mesma instalación.

MATERIAL NECESARIO

- Toallas de aseo e de praia
- Bolsa para a roupa sucia. Non se poderá lavar ningún tipo de prenda na instalación.
- Cantimplora
- Saco de durmir

MATERIAL RECOMENDABLE

A maiores, é aconsellable levar:

- Útiles de aseo
- Crema protectora solar
- Traxes de baño
- Sandalias pechadas con velcro
- Sombreiro ou gorra
- Camisetas
- Pantalóns curtos ou bermudas
- Repelente para os mosquitos
- Vestimenta deportiva e de abrigo: chándal, pantalóns, sudadeiras ou forro polar, chuvasqueiro...
- Calzado deportivo que sirva en caso de choiva
- Mochila pequena de asa ancha para saídas
- Roupa interior suficiente para todos os días da quenda
- Lanterna
- Bolígrafo e caderno

O horario básico da quenda será o seguinte:

08.30 h.	Erguerse, aseo persoal, vestimenta axeitada e amaño de dormitorios
09.00 h.	Almorzo
09. 30 h.	Actíva-T (desprazamento, de ser o caso).
10.00 h.	Actividades de mañá (con interrupción para un refrixerio)
13.50 h.	Remate das actividades de mañá, recollida e desinfección do material e aseo
14.10 h.	Xantar
15.00 h.	Aseo
15.10 h.	Tempo libre xestionado e preparación actividades da tarde (desprazamento, de ser o caso)
16.00 h.	Actividades de tarde (con interrupción para merendar)
19.50 h.	Remate das actividades de tarde, recollida e desinfección do material
20.10 h.	Ducha, tempo libre xestionado
21. 00 h.	Cea
21.30 h.	Tempo libre xestionado
22.00 h.	Escoita activa
22.20 h.	Velada
23.30 h.	Deitarse