



ESTACIÓN DE MONTAÑA MANZANEDA – A POBRA DE TRIVES (OURENSE)

DATOS XERAIS: Campamento de montaña, con aloxamento en Albergue Bibei (distribución en liteiras), conta con comedor cuberto, pavillón polideportivo, ximnasio, spa balneario, cancha de tenis, campo de fútbol. A instalación está adaptada para persoas con problemas de mobilidade.

ACCESOS: Desde Ourense á Estación 90 Km. Existen medios de transporte público desde Ourense a Pobra de Trives, e de Trives á Estación en Taxi (16 Km.).

Por estrada: pódese chegar desde A Pobra de Trives (C-536), a 16 km da estación, ou desde a Vila de Manzaneda, a 10 Km. Desde os dous lugares accédese por estrada local de montaña.

En tren: a estación de Ourense está a 86 km de Manzaneda e a da Rúa a 40 Km.

ENDEREZO: Estación de Montaña Manzaneda, 32780 A Pobra de Trives, Ourense

QUENDA	ANOS NACEMENTO	DESCRICIÓN DAS ACTIVIDADES
20 – 27 xullo	13-14-15-16	MANZANEDA ALTA MONTAÑA • ACTIVIDADES XERAIS: Actividades de Aventura (Rutas de senderismo, Tiro con arco). Actividades de aventura plus (Rocodromo, Vivacs, Telecadeira). Activades deportivas (Xincana Acuática, grandes xogos temáticos, mutideporte, natación, tenis, kin ball, bike/slack, goal ball). Obradoiros (Fotografía, camisetas). Veladas • OBXECTIVOS: Contribuír ao enriquecemento persoal dos nenos e nenas mediante aprendizaxes non formais no desenvolvemento do campamento desde a educación en valores; fomentar actitudes de solidariedade e hábitos de convivencia; desenvolver a autonomía persoal e fomentar a participación activa das persoas; educar desde a igualdade; promover situacións multiculturais, etc.
29 xullo - 05 agosto	13-14-15-16	
07 - 14 agosto	13-14-15-16	
16 - 23 agosto	10-11	
25 agosto – 01 setembro	10-11	

Páxina web: www.manzaneda.com Nesta web poderán atopar toda a información-



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 2 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/á 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. Na páxina web, no apartado "Documentación para presentar (fase de adxudicación)", estará 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 12.00 horas** na Estación de Montaña de Manzaneda.

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación pode contactar co teléfono: 618745798 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 horas** na mesma instalación.

MATERIAL NECESARIO

- Toallas de aseo e de piscina
- Bolsa para a roupa sucia. Non se poderá lavar ningún tipo de prenda na instalación
- Cantimplora
- Chaleco reflectante
- Crema protectora solar
- Traxes de baño, gorro e chancas
- Mochila pequena para a piscina e para poder levar a diario cantimplora, gorra, crema solar, etc
- Sombreiro ou gorra

MATERIAL RECOMENDABLE

A maiores, é aconsellable levar:

- Útiles de aseo
- Camisetas suficientes.
- Pantalóns curtos ou bermudas
- Repelente para os mosquitos
- Vestimenta deportiva e de abrigo variada (chándal, pantalóns, suadoiro e forro polar, xa que, malia ser verán, ao retirarse o sol fai frío na montaña)
- Calzado deportivo (mínimo 2 pares) e un que sirva no caso de choiva
- Roupa interior suficiente para todos os días da quenda
- Lanterna
- Bolígrafo e caderno
- Chuvasqueiro o capa de auga.
- Chancletas pechadas para actividades acuáticas no exterior

IMPORTANTE: Non levar a mellor roupa, no campamento pódese estragar ou perder



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.	Activa-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
23.20 h.	Velada
23.30 h.	Deitarse