



Estimados padres/madres/niños/as:

Tenemos el gusto de ponernos en contacto con ustedes ya que su hijo/a va a participar en esta nueva edición de los Campamentos Deportivos de La Diputación de A Coruña, es por ello, que queremos hacerle llegar una serie de información para facilitar su integración y participación en el campamento. Les rogamos la lean atentamente y la tenga en cuenta, para un mayor disfrute de la actividad.

DINÁMICA y ORGANIZACIÓN DEL CAMPAMENTO

A.- CONTACTO CON LOS ACAMPADOS

El acampado dispondrá de periodos de tiempo libre, a lo largo de la jornada, que se situaran **antes y después de las comidas y de las cenas**, aproximadamente serán periodos de entre **30' y 60' de duración**, donde se les permitirá realizar y recibir llamadas telefónicas.

Para poder contactar con los acampados, se habilitarán los horarios en los tiempos libres que se dispongan en la rutina habitual del campamento, que habitualmente serán después de la comida y cena. La instalación dispone de teléfono **Nº 981.252.600, que estará operativo en horario de tarde** (se les facilitará en la reunión informativa). En los tiempos libres se les facilitará el uso de su propio terminal móvil a los acampados.

Cuando se utilice el teléfono fijo de la instalación **ROGAMOS A LOS PADRES/MADRES SE CIÑAN A ESOS HORARIOS Y SEAN BREVES EN SUS INTERLOCUCIONES PARA PODER DAR CABIDA A RECIBIR EL MAYOR Nº DE LLAMADAS POSIBLES**, de todas formas rogamos que la comunicación se produzca a través de los terminales móviles personales y en las horas indicadas.

Los días que existan excursiones o salidas programadas, se instarán a los acampados que llamen a sus casas a través de sus terminales móviles o bien a través de teléfonos públicos.

En caso de algún tipo de incidencia, nos pondremos en contacto directo con ustedes, así que no se preocupen si vuestro hijo/a no se pone en contacto con ustedes.



B.- MEDICACIÓN

En el caso de que el acampado precise una medicación continuada, deberán de proceder de la siguiente forma:

- ✓ Introducir en un neceser individual, los medicamentos precisos, en cantidad suficiente para el periodo del campamento.
- ✓ Realizar en una hoja (que se deberá de introducir en el neceser), una descripción de: medicamento (indicar si tiene que estar refrigerado), dosis, y nº de tomas. A poder ser realizarla en ordenador, para que los datos sean claros y legibles o **en su defecto un informe médico legible.**
- ✓ En caso de que el acampado no sea autónomo para administrarse la medicación, el neceser deberá de ser entregado al monitor correspondiente a la llegada al campamento.

NO SE ADMINISTRARA NINGUNA MEDICACIÓN QUE NO VENGA INDICADA A TRAVÉS DE UN INFORME MEDICO Y/O AUTORIZADA POR LOS PADRES/MADRES

Es importante que se adjunte una tarjeta sanitaria (fotocopia).

C.- PERTENENCIAS PERSONALES

Rogamos a los padres/madres de los acampados, se abstenga de meter en el equipaje:

- 1.- Anillos, esclavas, cadenas o relojes de cierto valor
- 2.- Cámaras de fotos de gama alta
- 3.- Terminales móviles de gama alta
- 4.- Videoconsolas portátiles, PSP, etc
- 5.- Notebook u ordenadores portátiles.
- 6.- Comida y bebidas, salvo lo necesario para el viaje.

La experiencia nos dice que esos elementos son muy fáciles de perder o sustraer, con los consiguientes problemas que puede generar para la buena dinámica del campamento



D.- DINERO EN EFECTIVO

Consideramos que la cantidad más aconsejable es que disponga de 2,00€ - 3,00€/día, su mayor gasto será cuando vayan a las excursiones o en las salidas a la playa, donde pondrán adquirir algún helado o refresco, teniendo en cuenta los días que dura la actividad una cantidad de 20-25 euros es más que suficiente, a ser posible que traigan ese importe en billetes de 5 euros y monedas de 1-2 €, ya que es lo más práctico.

CADA PARTICIPANTE REALIZARA LA GUARDIA Y CUSTODIA DE SU DINERO

TURNOS DE RECEPCIÓN y SALIDA DEL CAMPAMENTO

El primer día de entrada da cada uno de los turnos de campamentos, se estructuran de la siguiente manera para la recepción de los niños/niñas y la correspondiente reunión informativa con los padres:

1º turno de recepción:

Hora de recepción: 17:00 – 17:45 hrs.

Reunión informativa: 17:45 a 18:00 hrs.

2º turno de recepción:

Hora de recepción: 18:00 – 18:45 hrs.

Reunión informativa: 18:45 a 19:00 hrs.

3º turno de recepción:

Hora de recepción: 19:00 – 19:45 hrs.

Reunión informativa: 19:45 a 20:00 hrs.

Rogamos a los padres/madres se ciñan a los horarios establecidos para la correcta recepción de los participantes.

La salida del campamento se producirá el sábado por la mañana, a partir de las 13:00 a las 14:00 horas, una vez efectuada la jornada de clausura que será en horario de 11:00 a 12:45, en este acto estarán presentes representantes de la Diputación y a los cuáles también se les invita a participar a los padres/madres, como un evento de puertas abiertas, al cual pueden asistir.



MATERIAL PERSONAL PARA EL CAMPAMENTO

A.- Indumentaria deportiva

- ✓ 1 o 2 pares de zapatillas deportivas, para realizar actividad física y deporte, juegos, etc
- ✓ Pantalones cortos (2 unid)
- ✓ Camisetas de manga corta (4/5 unid). A poder ser de color oscuro
- ✓ Calcetines de algodón (4/5 pares). A poder ser de color oscuro.

B.- Aseo personal

- ✓ Cepillo y pasta de dientes
- ✓ Peine
- ✓ Gel
- ✓ Champu
- ✓ 2 toallas pequeñas de aseo/bide, de color oscuro.
- ✓ 1 neceser
- ✓ 1 toalla de tamaño medio de baño, color oscuro.
- ✓ CHANCLAS, IMPORTANTISIMO
- ✓ 1 pastilla de jabón para lavar ropa + 10 pinzas para colgar ropa (opcional)

C.- Dormir

- ✓ Saco de dormir
- ✓ Esterilla

Este material es obligatorio para realizar la actividad de acampada en las tiendas de campaña, sin este material no se podrá realizar la actividad

D.- Excursiones y salidas

- ✓ Mochila de tamaño medio (10-15lts de capacidad)
- ✓ Botas de agua o calzado tipo goretex (estamos en Galicia)
- ✓ Cazadora impermeable, tipo goretex (estamos en Galicia)
- ✓ 2 pantalones vaqueros o similar



- ✓
- ✓ 1 par de calzado
- ✓ 2/3 camisetas.

E.- Playa

- ✓ Toalla de playa (no recomendable que sea la de baño)
- ✓ Bañador
- ✓ Bisera, Gafas de sol y Crema solar factor 30 mínimo. IMPORTANTISIMO.
- ✓ Chanclas.

F.- Actividades

- ✓ Linterna y pilas de recambio, frontal, etc. (Para las actividades nocturnas)
- ✓ Ropa deportiva (apartado A)
- ✓ 1 forro polar, tipo cazadora (a veces realizaremos actividades nocturnas en el exterior)
- ✓ 2 polares (Tipo Decathlon), tipo sueter
- ✓ 1 braga (para el cuello)

G.- Indumentaria interior

- ✓ Ropa interior (5-7 mudas)
- ✓ Sujetadores (2 unid)
- ✓ Calcetines (7 pares)

H- Otros

- ✓ Bolsas de plástico para la bolsa sucia
- ✓ Bolsa de plástico para el calzado
- ✓ Bolsa o maleta de viaje (1 por acampado)
- ✓ Terminal móvil, uno de los más básicos o que tengáis por casa de segunda mano.