



Colònies CICLE MITJÀ 2015-16

RECOMANACIONS:

- Tota la roba ha d'estar marcada amb el nom, inclòs el sac de dormir, la funda del sac de dormir, i la motxilla.
- Cal que prepareu la motxilla amb el nen o nena perquè sàpiga què s'emporta i on té les coses. (Podeu separar els dies en bosses de plàstic.)
- El primer dia de la sortida cal portar l'ESMORZAR en una bossa a part (motxilla petita).
- **NO** es poden portar: diners, menjar extra (laminadures), objectes perillosos, joies objectes de valor ni aparells electrònics de cap tipus (mòbil, mp3, consoles, etc)

MATERIAL NECESSARI

GENERAL:

- Motxilla gran (o maleta) .
- Motxilla petita (tipus escolar)
- Lot (llanterna) +joc de piles

PER DORMIR:

- Pijama
- Sac de dormir

HIGIENE:

- Necesser (raspall i pasta de dents, pinta o raspall, sabó i xampú per dutxar-se)
- 2 tovalloles (una per la dutxa i una petita per la cara)

ROBA:

- Mudes de roba per cada dia de les colònies (pantalons, samarretes, ...)
- Una muda de recanvi.
- Roba **CÒMODA** que no sigui nova (pantalons curts, samarretes de màniga curta, dessuadora, jersei, ...)
- Roba interior i mitjons per cada dia.
- Bossa o bosses per a la roba bruta
- Cangur o impermeable
- Roba d'abric

CALÇAT:

- xanquetes per la dutxa
- calçat còmode per caminar i per activitats esportives (2 parells)

ALTRES:

- Crema solar i pels mosquits.
- Gorra pel sol
- Cantimplora



8 PASSOS PER FER "LA MOTXILLA" DE LES COLÒNIES



Fer la motxilla hauria de ser una feina dels nens i nenes amb la supervisió dels pares i les mares. Us expliquem, pas per pas, com poden preparar la bossa:



1. El més important és que siguis tu, el nen o nena, qui et facis la motxilla. Així, sabràs el que portes i com ho portes organitzat dins la motxilla, i quan estiguis a les colònies sabràs si has perdut alguna cosa o com ho has de tornar a encabir tot dins la motxilla perquè hi torni a cabre perfectament. Feu la motxilla junts, així entre uns i altres recordareu tot el que hi heu de posar.
2. Has de ficar a la motxilla només el que necessitaràs. Per tant, pensa quants dies estaràs fora de casa i fes aquesta operació matemàtica: tants dies fora de casa = tantes mudes i afegeix dos o tres parells de mitjons més i alguna muda més de recanvi, per si et mulles o t'embrutes i t'has de canviar de roba diverses vegades en un dia.
3. Una bona manera de planificar el que has de dur, sense passar-te ni descuidar-te res, és seguir la llista del que necessites.
4. En aquesta llista no incloguis tot allò que a les colònies no faràs servir.
5. Amb la llista a la mà, comença a treure dels armaris tot el que hi has apuntat, però no ho fiquis dins la motxilla, encara! Si tal i com surt de l'armari ho aneu encabint a la motxilla, us trobareu que ho heu ficat tot tan desordenadament que no us hi cabrà i de res haurà servit fer la llista. El millor és anar col·locant sobre el llit l'equipatge que t'has de dur i un cop fet això tornis a fer una repassada i vegis que realment portes tot el que necessites i que no se t'ha col·lat res de prescindible. Un cop fet això, agrupa i fica en bosses de plàstic l'equipatge segons de quin tipus sigui: el calçat, la roba interior, la roba de dormir, etc. Has de pensar que la motxilla és una bossa de bosses i així ho tindràs tot més ben organitzat. treure dels armaris tot el que hi has apuntat, però no ho fiquis dins la motxilla/maleta.
6. A continuació, introdueix les coses a la motxilla seguint un ordre. A sobre, posa-hi la roba de dormir i, després, la roba de posar-te a diari.
7. No et descuidis de posar a la teva motxilla **roba d'abric**, tot i que sigui estiu, ni tot allò que els organitzadors de les colònies us hagin dit de dur (repel·lent d'insectes, protector solar, esmorzar del primer dia, etc).
8. Fet això, hauries de tenir preparada la teva motxilla. Per acabar, però, destacarem un últim i molt bon consell: marca la teva roba i objectes personals amb el teu nom i cognoms. Així, si n'extravies algun i algú de les colònies el troba, te'l podrà retornar.