

Sant Pere Pescador (2025)



Objectius

- Conviure amb els companys i professors.
- Gaudir de la natura i de l'activitat física.



Professorat acompanyant

- Rocío Achával
- Manu Cortell
- Èric Costa
- Pau Folch
- Ricard González
- Pilar Poy
- Gemma Segura
- Adrià Targa

On anem?

Nàutic Almata



Quan anem?

Sortida: 21 de maig a les 7:30 h (institut)

Arribada: 23 de maig a les 17:00 h
aproximadament (institut)

Què farem?

Programa d'activitats: (**els horaris poden variar lleugerament)

	DIMECRES 21 MAIG		DIJOUS 22 MAIG		DIVENDRES 23 MAIG	
MATÍ			8'30	ESMORZAR	8'30	ESMORZAR
			10'00	2ª ROTACIÓ	10'00	4ª ROTACIÓ
	Visita a Jaciment Arqueològic d'Empúries (a càrrec de l'escola)		Grup1 snorkel Grup2 Volada estels + Jocs Grup3 Paddle Surf Grup4 Canoa Canadenca		Grup1 Paddle Surf Grup2 Canoa Canadenca Grup3 snorkel Grup4 Volada estels + Jocs	
			Bany a la piscina		Bany a la piscina	
TARDA	13'30	DINAR pic-nic	13'30	DINAR	14'00	DINAR
	15'30	1ª ROTACIÓ	15'30	3ª ROTACIÓ		
	Grup1 Volada estels + Jocs Grup2 Paddle Surf Grup3 Canoa Canadenca Grup4 snorkel		Grup1 Canoa Canadenca Grup2 snorkel Grup3 Volada estels + Jocs Grup4 Paddle Surf			
	berenar		berenar			
	Temps Lliure (piscina-jocs esportiu)		Temps Lliure (piscina-jocs esportiu)			
NIT	20'30	SOPAR	20'30	SOPAR		
	21'30	Jocs de nit	22'00	Festa Comiat		

Què farem?

- Visita al jaciment arqueològic d'Empúries
- Activitats aquàtiques: paddle surf, canoa canadenc, snorkel...



Què farem?



Què cal portar?

1. **Samarreta de l'lcària** posada el primer dia.
2. Una motxilla petita al seient de l'autocar amb el **dinar, aigua** i la roba del primer dia.
3. Maleta o motxilla al maleter.



Què cal portar?

Motxilla petita (la que pujarem a l'autocar)

- **Dinar del primer dia.**
- **Material específic per les activitats aquàtiques del primer dia**
 - Protecció antimosquits
 - Calçat tancat que es pugui mullar (esportives velles, crocs, escarpins, etc.)
 - Banyador o uns pantalons que es puguin mullar.
 - Samarreta tèrmica o de licra que es pugui mullar.
 - Roba de recanvi per posar-se després de l'activitat
 - Tovallola per fer el canvi de muda quan acabem l'activitat.
 - Si portem ulleres, alguna cinta per agafar-les i no perdre-les.
 - Crema solar
 - Cantimplora amb aigua
 - Bossa de plàstic (impermeable) per portar la roba mullada

Què cal portar?

Motxilla gran (maleter):

- Impermeable
- Llanterna
- Gorra
- Estris d'higiene personal (necesser)
- 3 samarretes esportives de màniga curta
- 3 pantalons esportius curts
- 1 pantaló esportiu llarg
- Calçat esportiu
- Xancletes
- Jaqueta de màniga llarga
- 1 banyador
- Pijama
- Tovallola de bany



Important!



- Formulari:
 - Dades de contacte.
 - Al·lèrgies, incidències mèdiques rellevants.
- Autorització medicació i **recepta mèdica oficial**
- Compromís de conducta

Mòbil? No, gràcies

Marxem sense mòbils!!



En aquestes colònies volem:

- Estar amb els amics i amigues i fer-ne de nous.
- Fer esport
- Gaudir de la natura
- Desconnectar

I per a cap d'aquestes coses no necessitem el mòbil.

Convivim!



A les colònies tothom s'ho ha de poder passar bé.
Per aconseguir-ho, és necessari crear una bona convivència:

- Tractant amb respecte els companys i companyes.
- Respectant el professorat i els monitors i monitores i seguint les seves indicacions.
- Seguint les normes.

Convivim!



- **En una sortida de tants alumnes és molt important** seguir les indicacions del professorat i sobretot respectar aquestes tres normes:
 - **Puntualitat** en les activitats i àpats.
 - **Descans**: s'haurà de fer silenci quan ho indiquin els professors/es.
 - **Neteja**: les habitacions i tots els espais que utilitzem han de quedar nets. No està permès menjar a les habitacions.

I què passa si no respectem les normes?

- No participació en alguna de les activitats.
- No participació en l'activitat de piscina i/o discoteca de l'últim dia.
- Pèrdua dels dret de participació en la sortida (la família haurà d'anar a recollir l'alumne).



Preguntas

