

Objectius

Aquesta setmana de muntanya, natura i vida rural pretén introduir la mainada en el món del muntanyisme i la vida a pagès mentre es diverteix i es relaciona amb altres nens i nenes de la seva edat. I, també,

- Treballar per al desenvolupament de l'autonomia personal
- Generar hàbits d'higiene personal, de respecte amb l'entorn i de bona convivència
- Fomentar el treball en equip
- Afavorir el potencial creatiu i ajudar a compartir-lo
- Fomentar l'estima per l'entorn natural
- Descobrir els valors de la vida a pagès i de la producció de proximitat
- Aprendre a orientar-se a la muntanya
- Aprendre a planificar i gestionar una sortida a la muntanya

El nostre equip

Aquesta estada de muntanya, natura i vida a pagès compleix totes les normatives necessàries per garantir la seguretat de les activitats i la qualitat de l'oferta programada.

COSTABONA forma part de l'oferta de lleure de **Bastiments Aventura**, empresa dedicada al sector del turisme actiu orientat pedagògicament i pensat per a escoles, grups infantils i públic general.

L'organització de l'estada compta amb la participació de **Guies Roc Blanc** i del **Refugi Els Estudis d'Espinavell**.

La ràtio per a aquesta activitat és de 2 monitors/ores per cada 15 nens i nenes.

COLÒNIES COSTABONA Muntanya, natura i vida a pagès

Adreça de l'activitat: Refugi Els Estudis. Carrer d'Ençà, 5. 17868 Espinavell, Molló

Telèfons: 666 577 447 (Eva) i 678 759 194 (Xavier)

ORGANITZEN:

REFUGI
ELS ESTUDIS
ESPINAVELL

www.refugielsestudis.com



www.guiesrocbanc.com

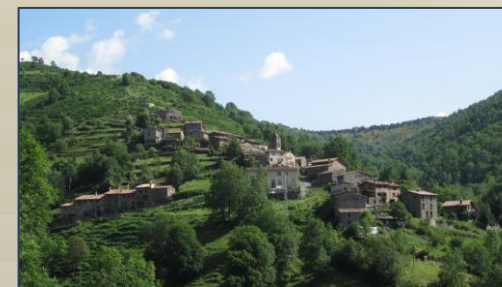
BASTIMENTS
Aventura
CAMPRODON

www.bastimentsaventura.com



COLÒNIES COSTABONA

UNA SETMANA DE MUNTANYA, NATURA I VIDA A PAGÈS



A ESPINAVELL

Del 5 a l'11 de juliol o bé
del 31 d'agost al 6 de setembre de 2015

Per a nens i nenes de 9 a 11 anys

PROGRAMA DE L'ESTADA

DIUMENGE 5 de juliol

11h00 Acol·lida a Espinavell, Refugi Els Estudis

La jornada seguirà amb el dinar. A la tarda, dinàmiques de grup per tal que nens i nenes es coneguin. També s'explicarà el programa d'activitats i s'organitzarà el funcionament quotidià.

20h00 Sopar

Al vespre, jocs de taula i de sala i lectura d'un conte, dinàmica que es repetirà cada dia abans d'anar a dormir.

DILLUNS 6 de juliol

9h00 Esmorzar, recollida dels espais i neteja, cada dia

ACTIVITAT DE MATÍ: Orientació, tècniques i pràctiques. Sortida a Plana Joliva

13h00 Dinar, seguit d'una hora lliure per al joc, cada dia

ACTIVITAT DE TARDA: Teatre i Passejada per Espinavell



20h00 Sopar i dinàmica de nit

DIMARTS 7 de juliol

ACTIVITAT DE MATÍ: Visita al Mas Can Freixa, descoberta de la vida a pagès

ACTIVITAT DE TARDA: Teatre i

Preparar la sortida de l'endemà a Costabona

DIMECRES 8 de juliol

ACTIVITAT DE TOT EL DIA: Pujada al Pic de Costabona



DIJOUS 9 de juliol

ACTIVITAT DE MATÍ: Visita al Molló Parc



ACTIVITAT DE TARDA: Foc de camp a Plana Joliva, activitat amb bomber

DIVENDRES 10 de juliol

ACTIVITAT DE MATÍ: Pedró de Sant Joan i bany al riu

ACTIVITAT DE TARDA: Anem a l'hort i Assaig de Teatre

DISSABTE 11 de juliol

11h00 Arribada de les famílies

REPRESENTACIÓ TEATRAL

14h00 Dinar de cloenda amb les famílies

Què hem de portar?

Una motxilla o bossa suficient per a tot l'equipatge; sac de dormir d'estiu (hi ha flassades); pijama; sandàlies per a la dutxa i el riu; banyador; tovallola de bany i tovallola de mans; necesser amb efectes d'higiene personal (raspall de dents i pasta, pinta, un potet de sabó tot ús, mocadors de roba o de paper, etc.); recanvi de roba interior per a cada dia i mitjons extres per si es mullen; roba còmoda suficient per a una setmana; roba i calçat de muntanya (atenció a mitjons i sabates, si és possible ja estrenats); roba d'abric per als vespres i dies freds (pantalons llargs i jersei). Totes les peces hauran d'anar marcades amb el nom.

I també: frontal amb piles; cantimplora; gorra; crema solar i brúixola (aquesta, opcional).

Comunicació amb les famílies

Les famílies es podran posar en contacte amb l'equip de monitors/ores sempre que sigui necessari a través de correu electrònic (eva_canjordi@yahoo.com) o bé, si es tracta d'una qüestió urgent, per telèfon (666 577 447 – Eva, o 678 759 194 – Xavier).

Si ens faciliteu una adreça de correu electrònic us enviarem informes periòdics de l'evolució de la setmana.

PREU DE L'ESTADA

*El preu de l'estada per cada nen o nena és de **295,00 €**, que s'abonaran per transferència o ingrés bancari fins el dia 30 de juny de 2015 (fins el 15 d'agost per al 2n torn).*

*L'àpat de cloenda suposa **15,00€** més per cada persona adulta (el de la mainada està inclòs al preu global).*