



## ALBERGUE EQUAL – COLES (OURENSE)

**DATOS XERAIS:** O albergue está en pleno contorno rural de interior, no concello de Coles. Está a 1 km da Ribeira Sacra desde o municipio da Peroxa e próximo aos Peares e aos Canóns do Sil. Está equipado con calefacción, comedor, lavandería, aparcadoiro de superficie e aula de obradoiros. Ten mesa de ping-pong e piscina exterior. Nas zonas comúns hai unha biblioteca/sala de lectura, xardín e zona de sombra para actividades ou descanso no exterior e sala de usos múltiples adaptada. Para a práctica deportiva, próxima á instalación, hai un centro hípico, embarcadoiro e polideportivo.

A instalación consta de dúas plantas. Se ben a planta baixa permite a accesibilidade para actividades de día, a planta superior non é accesible para cadeiras de rodas ou persoas con dificultades motrices severas, xa que o acceso aos dormitorios é a través da escaleira.

**ACCESOS:** A Barra, Concello de Coles. Estrada de Ourense - Santiago de Compostela (N-525), dirección A Peroxa, a 12 km de Ourense. Sinalización en Vilarchao, como Centro de Educación Ambiental.

**ENDEREZO:** Campamento "EQUAL", A Barra s/n, 32152 Coles, Ourense

QUENDA	ANOS NACEMENTO	DESCRIPCIÓN DAS ACTIVIDADES
21-28 xullo	11-12-13-14	<b>HÍPICA E TEATRO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades: Danza moderna, flashmob, coreografía e xogos teatrais, rutas, obradoiros de ecoloxía, obradoiros de reciclaxe creativo, e pequenas intervencións creativas na natureza. Xogos populares, xincanas disfraces, grandes xogos, veladas. Actividades de hípica, excursión á aldea de A Barra e piscina.</li><li>• Obxectivos: fomentar a autonomía e a responsabilidade persoal, favorecer a colaboración e traballo en equipo e un clima de convivencia cordial, etc.</li></ul>

Páxina web: <http://www.centroequal.com>



## 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. Para poder falar coas persoas participantes, o horario será o establecido polo equipo directivo, do que se dará información na reunión de recepción. Nese horario, os/as rapaces/zas disporán dos seus móbiles se os traen ou ben poderase chamar ao teléfono que sexa indicado na reunión de recepción.
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 e levarase a declaración de saúde (anexo VI) actualizada, de ser necesario.
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. Nesta web, no apartado "Documentación para presentar (fase de adxudicación)" están dispoñibles os modelos de documentos (cuestionario de saúde e autonomía persoal e declaración de saber nadar (anexo VI), declaración sobre a autorización de imaxes (anexo VII), 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 13.00 horas** no Albergue Equal – Coles (Ourense).

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación pode contactar co teléfono **988206353** 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
- Saco de durmir

## **MATERIAL RECOMENDABLE**

A maiores, é aconsellable levar:

- Útiles de aseo
- Crema protectora solar**
- Traxes de baño
- Sandalias pechadas con velcro
- Sombreiro ou gorra
- Camisetas
- Pantalóns curtos ou bermudas
- Repelente para os mosquitos
- Vestimenta de montar: pantalóns longos tipo chándal e calzado deportivo pechado con velcro
- Mochila pequena de asa ancha para saídas
- Roupa interior suficiente para todos os días da quenda
- Lanterna
- Bolígrafo e caderno



**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
22.20 h.	Velada
23.30 h.	Deitarse