



ALBERGUE DE BANDE (OURENSE) – RESERVA DA BIOSFERA GERÊS-XURÉS

DATOS XERAIS: Albergue de categoría 2, situado na localidade de Bande, sendo a porta de entrada ao Parque Natural do Xurés e comunicación natural co Parque Nacional do Gerês e onde ambos integran a Reserva da Biosfera Transfronteiriza Gerês – Xurés, compartindo cultura, tradicións e historia. Este albergue ten tres plantas e conta, entre outros servizos, con sala multiusos, zona de escenario teatral, cociña industrial, zona de lavandaría, zona de descanso, calefacción centralizada e acceso a Internet en todo o edificio.

Entrada adaptada con rampa mecánica. Habitación no piso principal (ao que se chega coa elevador mecánico) adaptada: estancia e baño. O resto de habitacións do piso principal teñen liteiras. No piso principal hai dúas habitacións de liteiras e o resto están no segundo piso (que non ten rampa de acceso). A saída de emerxencia está na zona adaptada do albergue (co elevador mecánico).

ACCESOS: Dende Ourense: Autovía AG-31 ata Vereá. Estrada OU-540 ata Bande. Distancia: 41 km. Tempo: 36 minutos. Na entrada de Bande, hai un desvío indicado (Albergue Municipal de Bande) a 200 m. do albergue.

ENDEREZO: Rúa Xoaquín Lorenzo s/n. 32840, Bande (Ourense)

QUENDA	ANOS NACEMENTO	DESCRIPCIÓN DAS ACTIVIDADES
18-25 xullo	11-12-13-14	<p style="text-align: center;">EXPLORANDO RURAL</p> <ul style="list-style-type: none">• ACTIVIDADES XERAIS: actividades de natureza, medioambientais e de conciencia ecolóxica: identificación especies (flora e fauna), obradoiros ecoloxía e de baile tradicional, improvisacións de percusión e danzas, actividades de expresión artística (murais artísticos, elaboración de caderno de campo, obradoiro de fíos, arcilla e modelaxe), actividades de xogos tradicionais e actividade física, excursión ao Parque Natural do Xurés, caiac, piscina e río, sendeirismo, obradoiro de orientación e xeocatching e actividades culturais e educativas.• Obxectivos: desenvolver e por en valor a ciencia e as súas implicacións na vida; favorecer a creatividade, as aficións, os deportes, as habilidades e o coidado da natureza.



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. Tamén recoméndase levar os cartos nun monedeiro.

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 de Bande.

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación pode contactar co teléfono **696760910** 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 (co nome marcado)
- Mochila (terá que ser cómoda, tipo mochila de colexio, coas asas anchas e suficientemente espaciosa)

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 deportiva e de abrigo: chándal, pantalóns, sudadeiras ou forro polar, chubasqueiro...
- Calzado deportivo que sirva en caso de choiva
- 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