



ALBERGUE XUVENIL "AS SINAS" (VILANOVA DE AROUSA)

DATOS XERAIS: albergue con capacidade para 120 prazas por quenda. Zona turística á beira do mar con abundante arboredo, zona verde e xardín .

Está situado na ría de Arousa entre as praias das Sinas e Carón, a 4 km de Vilagarcía de Arousa.

ACCESOS: estrada Vilagarcía a Vilanova de Arousa, dirección Cambados, primeira rotonda á dereita pola costa.

<https://goo.gl/maps/Y8Cmsgn8aGTGb5qG6>

ENDEREZO: Praia das Sinas en Vilanova de Arousa - Teléfono. 886 159 239

QUENDA	ANOS NACEMENTO	DESCRINCIÓN DAS ACTIVIDADES
1-10 de xullo	08-09	<p style="text-align: center;">O MAR QUE IMAXINAS</p> <p>Ofrecémosche neste campamento un contacto directo coas actividades no mar, trataremos de promover un bo aproveitamento do tempo libre de forma saudable e de propiciar unha convivencia creativa e enriquecedora, na que desfrutedes do entorno marítimo do albergue (vela, táboa, caiac, skimboard, paddle surf...)</p> <p>Desenvolveranse outras actividades como voley praia ou slack-line.</p> <p>Tamén se afondará no coñecemento da bioloxía mariña e da ecoloxía do litoral da zona , no que afecta á fauna flora.</p> <p>En resumo, o obxectivo fundamental é divertirse creando, convivindo, aprendendo e colaborando.</p> <p>NOTA: Para ser admitido neste campamento é necesario saber nadar.</p>
15-24 de xullo	08-09	
29 de xullo - 7 de agosto	08-09	
12-21 agosto	05-06-07-08	
26 de agosto - 4 de setembro	05-06-07-08	

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. O centro conta con atención sanitaria. As persoas participantes deberán levar as **tarxetas sanitarias orixinais** (ou seguro médico, MUFACE ou similar, e o talonario de receitas).

O día da incorporación deberán 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/a 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 Xuvenil das Sinas (Vilanova de Arousa).

Para comunicar calquera incidencia en relación coa incorporación poden contactar co teléfono 622561021 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 praia
- Bolsa para a roupa sucia. Non se poderá lavar ningún tipo de prenda na instalación.
- Útiles de aseo
- Saco de durmir
- Crema protectora solar
- Traxes de baño
- Sombreiro ou gorra
- Camisetas
- Pantalóns curtos ou bermudas
- Mochila pequena de asa ancha para saídas
- Roupas interiores suficientes para todos os días da quenda

MATERIAL RECOMENDABLE

A maiores, é aconsellable levar:

- Cantimplora
- Sandalias pechadas con velcro
- Repelente para os mosquitos
- Vestimenta deportiva e de abrigo: chándal, pantalóns, suadoiros ou forro polar...
- Calzado deportivo que sirva en caso de choiva
- Chuvasqueiro
- Neopreno
- 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, 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, desinfección do material e recollida
20.10 h	Ducha, tempo libre xestionado
21.00 h	Cea
21.30 h	Tempo libre xestionado
22.20 h	Velada
23.10 h	Escoita activa
23.30 h	Deitarse.