

GUÍA INFORMATIVA del 15º CAMPAMENTO ESTARIVEL

Primer turno: 4 al 10 de julio (6 a 12 años).

Segundo turno: 13 al 19 de julio (8 a 14 años).

Tercer turno: 23 de julio al 1 de agosto (12 a 17 años).

(Edades de referencia, consúltanos.)



¡Bienvenido/a al Campamento Estarivel!

**Un campamento, campamento.
De los de toda la vida.**

**Te pedimos que leas esta guía informativa con calma. Tratamos de
resolver las dudas más frecuentes sobre la participación en el
campamento.**

Si después de leerla te queda alguna, te escuchamos.

1. Reunión informativa familias

En el mes de junio realizaremos una reunión informativa en Valladolid para familias inscritas. Informaremos más adelante por email de la fecha y lugar de la convocatoria. Transmitiremos online la reunión para las personas que seáis de fuera de Valladolid.

2. Campamento Estarivel

Nuestro **campamento de verano en la Montaña** es una actividad de convivencia en plena Naturaleza. **No estamos en una instalación vallada.** Nos instalamos en unas **praderas muy cercanas al pueblo de Perapertú** al que llevamos yendo de campamento ya 8 años. En las praderas montamos nuestras tiendas de campaña, comedor, cocina, baños y letrinas al aire libre.



El equipo del campamento va a la zona 5 días antes a montar y se queda otros 5 días después desmontando todas las infraestructuras necesarias.

Desarrollamos esta experiencia en un entorno natural, ya que creemos que un campamento en plena naturaleza es una actividad educativa y de convivencia única.

Es muy importante que conozcamos bien todas las características físicas y psicológicas de nuestros participantes para que podamos tratarlos lo mejor posible, programar las actividades del campamento en consecuencia, de forma que exista una integración total y un disfrute máximo. Igualmente debemos poder valorar previamente con fiabilidad si el campamento es una actividad compatible con las necesidades de todas las personas que asisten.



ORTOFOTO DE PERAPERTÚ Y CROQUIS DEL CAMPAMENTO

3. Objetivos y Actividades



Los objetivos principales del campamento son **aprender y divertirse**, fomentando la **autonomía**, la toma de decisiones consensuadas, la creatividad, etc., teniendo en cuenta las necesidades, intereses y motivaciones de los participantes.

Desarrollaremos principalmente **Actividades Físicas en el Medio Natural**: orientación, senderismo, escalada, ruta itinerante..., además de **otras actividades lúdico educativas** como: juegos deportivos y de estrategia, animaciones, retos

cooperativos, veladas nocturnas, circo, talleres manuales, musicales, de manejo de herramientas..., todo ello desde un enfoque eminentemente lúdico dando una gran importancia a los aspectos de seguridad.

También tendremos momentos de **tiempo/juego libre y actividades elegidas** por los/as participantes, cuestiones que valoramos como importantes igualmente.

Las **actividades estarán adaptadas a las edades** de los participantes de cada turno. Por ejemplo, la ruta itinerante del último turno es más larga (en días y km) e intensa que las de los turnos 1 y 2. Igualmente nos adaptamos para que todas las personas puedan disfrutar de la experiencia plenamente.



En cuanto a espacios para el baño, en Perapertú contamos con **dos zonas para refrescarnos**. Una es el arroyo Pomaradrejas. Está a unos 5 minutos andando desde el campamento hacia el monte. En verano, si la “sequía veraniega” no lo impide, lleva el agua justa para poder meter los pies y jugar a hacer presas sin peligro. La otra es la zona del pilón y la pitarra, una pequeña balsa de agua de medio metro de profundidad a la

entrada del pueblo desde el campamento que se convierte en nuestra particular piscina olímpica y zona de juegos de agua. En los turnos de 10 días, además, es posible que visitemos la zona de baño del pantano de Ruesga y realizaremos una actividad de piraguas siempre que la climatología lo permita.



4. Grupos y día a día

Durante cada turno del campamento **nos organizaremos por grupos**, en los que estarán mezclados participantes nuevos con otros que sea la primera vez que vienen al campamento. Estos grupos, con un máximo de 15 participantes serán, según las inscripciones recibidas, por



edades y mixtos en cuanto a sexos. No deis por hecho que por tener la misma edad los participantes estarán en el mismo grupo, a veces hay muchas personas de la misma edad y pueden repartirse en diferentes grupos, así que si quieren compartir grupo con alguien dídnoslo. Cada grupo tendrá al menos un monitor/a titulado y un monitor/a en prácticas/voluntario de referencia.

Los/as responsables educativos de referencia **velarán por la atención y el cuidado** de vuestros hijos/as: participación, buen descanso, alimentación, higiene, estado emocional, salud general, etc.

Estos grupos, que se reunirán cada día para trabajar dinámicas educativas, revisar las tiendas, llevar un seguimiento de los participantes, etc., se respetarán para las comidas, las duchas y algunas de las actividades. Habrá actividades en las que participemos con otras agrupaciones distintas o en común con el resto de participantes del campamento.

Las personas de un mismo grupo montan sus tiendas al lado unas de otras y al lado de las de sus monitores/as para estar cerca de cara a cualquier incidencia que pudiera ocurrir por la **noche**. Sobre todo, pensando en los/as participantes más peques. La mayor parte de las tiendas que tenemos son de 4/5 plazas. Tenemos alguna de 6 y alguna de 2 también.

5. Comidas

Cuidaremos la alimentación de todas las personas participantes. Nuestro equipo de cocina diseña los menús con mimo para que sean lo más equilibrados y gustosos dentro de la sencillez de elaboraciones que imponen las limitaciones de una cocina de campaña.

Se da prioridad al consumo de **productos ecológicos y de cercanía**. De este modo, contamos con los siguientes productos de origen ecológico en nuestro menú: legumbres, pastas, arroces, carne de ternera, aceite, leche y algunas de las verduras. El resto de frutas y verduras, así como el pan son de las tiendas de Cervera de Pisuerga.



En el comedor nos sentaremos por grupos y los/as responsables educativos velarán por la correcta alimentación de los participantes teniendo en cuenta, en su caso, las alergias alimentarias o condiciones personales existentes.



Establecemos, como norma general, que siempre hay que tomar al menos una ración mínima de la comida que haya (unas cucharadas, un pedazo, ...) y que cada participante puede elegir un único “*Ingrediente Aaarrggg*” que no le gusta nada de nada y podrá dejar de comer/apartar en todas las comidas.

Siempre hay fruta a disposición de los/as participantes.

6. Higiene

En el campamento **contamos con duchas y letrinas de campaña** montadas por el equipo educativo para el uso de todas las personas participantes.

La estructura de **las duchas** está conformada por dos zonas separadas y cerradas de 4 duchas cada una. El agua de las duchas se toma del depósito de agua municipal que recoge el agua de un manantial cercano. El agua viene muy fría, aunque sea verano, y para templarla la almacenamos en dos grandes depósitos negros que se calientan con el sol. De estos depósitos el agua, por gravedad, va directamente a las duchas.



Las **duchas están previstas inicialmente cada 2 días, aunque puede que haya cambios** debido a la climatología^{1*} o a reestructuraciones imprevistas del programa de actividades diario. Si esto pasara, se retrasarán las duchas al momento más cercano posible pudiéndose también optar por opciones más rápidas como “manguerazo colectivo” con bañador y jabón para los acampados/as.



Nos ducharemos por grupos separados por sexos con la supervisión de sus monitores/as de referencia. El criterio inicial es que los/as participantes se duchen desnudos de cara tanto a garantizar la higiene en profundidad como a potenciar la aceptación de la imagen corporal, la aceptación de que todos los cuerpos son distintos y la pérdida de vergüenza. Sabemos por experiencia, que, aunque a algunos/as participantes les pueda costar al principio, lo acaban normalizando y entendiendo, siendo las duchas, por lo general, un momento más de diversión compartida en el campamento. También sabemos, que puede haber algún participante al que le puede costar más estar desnudo/a con el resto por lo que, aunque tratamos de animarlos, si vemos que supone un gran inconveniente o vergüenza somos, como en todo en general, flexibles con esto tratando de adaptarnos a cada persona y situación.

¹ Sabemos por experiencia que un día fresco en la montaña, con viento y nublado (sin sol no calentamos el agua) es preferible no ducharse a pasar mucho frío.

En cuanto a las **letrinas**, el último año hemos vivido cambios, por la normativa actual vigente, lo que nos obligó el año pasado a contratar el alquiler de cabinas de letrinas químicas.

El año pasado presentamos un proyecto a la consejería de Medio Ambiente de Palencia para poder instalar unos **baños secos** y se nos denegó, emplazándonos a negociarlo con mayor antelación este año en el que a priori parece ser que se nos va a conceder.



Los baños secos son una **alternativa muy similar a la que usábamos** antes pero **mucho más sostenible** al no requerir de agua para el desagüe de los baños. Los baños separan la orina de las heces. Estas últimas se mezclan con materia orgánica (hojas, serrín,...) lo que evita olores y favorece su descomposición y posterior uso como abono en los árboles frutales de la zona.

Por ello nos parece la mejor opción, con menor impacto medioambiental y mayor interés pedagógico y de concienciación en la línea general del campamento. Esperamos que nos den permiso para implementar este sistema y poder contaros buenas noticias al respecto. Sino tendríamos que utilizar de nuevo baños químicos. Anexo a las letrinas, hay un grifo con agua y jabón para lavarse las manos. Las letrinas están abiertas 24h y se limpian cada día varias veces por los responsables educativos y en ocasiones por los participantes.



Con los grupos de **participantes más pequeños** se hace un seguimiento más cercano de la higiene. Por ejemplo, revisando que se hayan cambiado la ropa interior, que separen la ropa sucia y ayudándoles a lavarla si fuera necesario. Además, por las noches, antes de acostarse se les acompaña a las letrinas ya que sabemos que a alguno le puede dar miedo ir sólo más tarde debido a que por motivos de higiene y salubridad, tanto las letrinas como las duchas, se encuentran en otra campa contigua a la de las tiendas y del comedor.



En cuanto a posibles situaciones de enuresis nocturna o peques que necesitan apoyo especial para ir a las letrinas, nos parece importante la colaboración de las familias y el equipo del campamento, desde el equipo tratamos de normalizar estas situaciones y ofrecer un espacio seguro al que puedan acudir si les hace falta, pero creemos que también es importante que las familias les expliquéis que no deben esconderlo, que lo

trataremos con el mayor cuidado posible.

Para el lavado de cara, manos, dientes y el fregado del menaje de cocina contamos con otros cuatro grifos cerca del comedor.

Por temas de cuidado del entorno **el gel de ducha y jabones ecológicos los pone el campamento** por lo que no es necesario que los lleven.

7. Climatología, flora y fauna

Al estar en plena naturaleza debéis ser conscientes de que estamos expuestos de forma directa a todos sus beneficios, pero también a algunos riesgos.

En cuanto a la **climatología**, estamos expuestos a variaciones grandes de temperatura (hemos vivido tanto olas de calor como temperaturas cercanas a los 0° alguna noche), a grandes aguaceros, tormentas eléctricas y/o de granizo que nos han obligado a refugiarnos en las instalaciones cubiertas del pueblo, y/o a grandes modificaciones del plan de actividades en varias ocasiones.



La **flora** es parte imprescindible de nuestro campamento. Los prados recién segados son nuestro suelo, los árboles nuestros techos y los arbustos y plantas son también parte de nuestros juegos y escondites. Esto está relacionado directamente con algunas alergias ambientales que pueden afectar al bienestar de algunos/as participantes.

Durante el campamento también cohabitamos con la **fauna** de la zona. Y, a la vez que disfrutamos de la compañía de algunas especies como rapaces, ratones de campo, algunos anfibios, zorros... y un sinfín de bellos insectos, tenemos que prestar especial atención a otros animales que pueden suponer un peligro como las garrapatas y las víboras en nuestro entorno más cercano; y osos pardos o algunos perros pastores que también habitan por la zona.



8. Contacto durante el campamento

Os **pedimos hacer un uso limitado de las llamadas** ya que puede resultar negativo para algunos participantes. Además, la señal no es muy buena y en algunos momentos falla o está saturada por el número de llamadas. Si una familia llama todos los días dificultará que otras familias puedan contactar. Si vuestro hijo/a necesita comunicación con la familia por alguna razón se le facilitarán los medios oportunos. De igual forma, ante cualquier emergencia, el móvil del campamento estará conectado constantemente.

El **horario de llamadas** es de 14:30 a 16:00 y de 20.00 a 21.30 durante las comidas y las cenas y el tiempo libre posterior. Si nos llamas y no nos localizas, es posible que estemos de excursión o acabando alguna actividad. Ten paciencia e inténtalo más tarde o al día siguiente. Gracias.

Número de teléfono durante el campamento: 613 04 00 95



Teléfonos móviles y dispositivos electrónicos: Una parte importante de la experiencia es vivir unos días apartados de la vida cotidiana y conectados a la naturaleza y al resto de participantes. La presencia de móviles en el campamento puede suponer una seria interferencia en la experiencia. Por ello **RECOMENDAMOS ENCARECIDAMENTE** que **LOS PARTICIPANTES NO LLEVEN MÓVIL ni ningún dispositivo electrónico.**

No obstante, si alguien lo considera indispensable, deberá llevarlo debidamente identificado y únicamente podrá usarlo en los tiempos libres. El resto del tiempo deberán permanecer desconectados y guardados. De no ser así el equipo educativo podría recoger el aparato y devolverlo al final del campamento. Aclarar además que es una zona con poca cobertura y que los pocos enchufes que tenemos no son para uso particular.

Después del campamento y de las merecidas vacaciones del equipo os mandaremos una selección de fotografías de cada turno por email.

9. Seguridad

La seguridad es un aspecto muy importante. Queremos disfrutar del campamento de forma segura. Así, contamos con las siguientes medidas generales de seguridad cumpliendo con la legislación vigente:

- A.** Contamos con **personal titulado y con mucha experiencia** en el desarrollo de este tipo de actividades: Maestros de Educación Física, Infantil y Primaria, Monitores y coordinadores de Tiempo Libre, Monitor de Nivel, Experto en actividades en la naturaleza. Siempre que los turnos superen los 40 participantes contaremos con un **responsable sanitario** con formación específica.
- B.** Todas las **actividades** del campamento están **programadas con antelación**, y son preparadas teniendo en cuenta la seguridad de los participantes en todo momento. Las rutas las realizan los monitores previamente para adaptarlas a las características de todos los participantes.
- C.** Contamos con un **protocolo en caso de accidentes, incidencias y enfermedades**. Hay un responsable de salud, un botiquín para curas básicas y un coche de evacuación disponible en todo momento.
- D.** Contamos con una **Evaluación de Riesgos de las actividades** para el desarrollo del campamento.
- E.** Contamos con un **protocolo de evacuación general** del campamento y realizaremos una práctica y simulacros, de acuerdo con la legislación en materia de Tiempo Libre en CyL.
- F.** Tenemos un **protocolo para casos de violencia a la infancia**, así como un equipo formado en la intervención de estos casos y un **delegado de protección**.



- G. Contamos con **dos instalaciones cubiertas en el pueblo** para refugiarnos en caso de necesidad por fuertes inclemencias meteorológicas: La iglesia y “el cubo”.
- H. Existe un **centro de salud con urgencias** a 15 Km., en la localidad de Cervera de Pisuerga.



La asociación cuenta con todas las autorizaciones y permisos, y cumple con todos los requisitos legales necesarios para desarrollar el campamento.

10. Visitas

A algunos/as acampados/as les cuesta adaptarse a la vida en el campamento y una visita de sus familiares puede suponer que no consigan integrarse y disfrutar plenamente de la actividad. Las visitas de los familiares hacen, además, que los participantes no visitados puedan sentir la natural nostalgia y se pregunten “¿por qué no me vienen a ver a mí también?”. Además, una visita supone, cuanto menos, una interrupción en la actividad del participante y de su grupo, lo cual es en ocasiones incómodo para todos.

Es por esta serie de razones que en el campamento **no hay Día de Familias**. Nuestra experiencia en la organización de este tipo de programas hace que hayamos llegado a esta conclusión y esperamos que comprendáis los motivos que exponemos.

IMPORTANTE: En caso de que algún participante deba abandonar el campamento algún día por motivos **personales justificados**, el padre/madre/tutor legal deberá entregar autorización firmada.

11. En cuanto al dinero



Durante el campamento daremos a los participantes la posibilidad de guardar el dinero que lleven en el “**Banco del Campamento**” para así evitar pérdidas. Este servicio es voluntario y podrán acogerse a él los participantes que así lo deseen. No nos haremos responsables de pérdidas de dinero de los participantes que no utilicen esta opción.

No es necesario llevar mucho dinero. En **los turnos de una semana** sólo se podrán hacer pequeñas compras de golosinas y/o helados cuando viene el heladero al pueblo (unas 2-3 veces), ya que la localidad de Perapertú no dispone de bar. En **el turno de 10 días** es posible que se pueda hacer alguna compra al pasar por otras localidades en la ruta itinerante además de las visitas del heladero a Perapertú.

12. Documentación y medicaciones

Para poder asistir al campamento **es obligatorio entregar:**

1. **Documento autorización-declaración jurada de padre/madre o tutor/a***. Firmado y con:
 - a. **Fotografía** actual en color del/la participante.
 - b. **Copia de la tarjeta sanitaria** de la seg. social y/o, en su caso, de otra entidad aseguradora.
 - c. **Copia del DNI** o doc. equivalente.

Este documento os lo enviaremos al inscribiros y **sólo se podrá entregar en dos momentos:**

1. En la reunión informativa de familias.
2. En la salida del autobús / llegada al campamento si no van en bus.

2. **Tarjeta Original Seguridad Social** y/o, en su caso, de otra entidad aseguradora*.

3. **En su caso, la medicación personal**** con la posología apuntada.

La tarjeta sanitaria original y, en su caso, la medicación, sólo se recogerán a la salida del autobús o entrada al campamento.

MUY IMPORTANTE

*** NO SE PODRÁ SUBIR AL AUTOBÚS O ENTRAR EN EL CAMPAMENTO SIN ESTA DOCUMENTACIÓN.**

**** ESTÁ TERMINANTEMENTE PROHIBIDO LLEVAR CUALQUIER MEDICAMENTO SIN INFORMAR A LOS RESPONSABLES**

que son quien deben guardarlos y administrarlos. Se deben entregar el primer día en su envase original y con la posología por escrito. **Solicitamos** que ningún participante guarde ningún medicamento en su mochila incluso aunque sólo lo lleve "por si acaso". Esta es una medida importante para evitar errores potencialmente importantes.

En caso de que a la vuelta vaya otra persona a recoger al niño/a distinta de las que figuren en la autorización, deberá ser comunicado previamente al personal del campamento. **Dicha persona deberá llevar una autorización firmada con fotocopia del DNI del padre/madre o tutor.**

13. Información viajes al Campamento

1. SALIDAS Y LLEGADAS DE AUTOBÚS DESDE VALLADOLID.

Dirección Salidas y llegadas Autobús: avda. Valle Esgueva nº32. [UBICACIÓN.](#)

Se puede aparcar en la explanada de tierra al fondo de la calle junto al apeadero de tren Valladolid - Universidad. Si aparcaís en la zona de salida en doble fila se le complica la maniobra al autobús

Se ruega llegar a la salida a las 8:30 para facilitar el proceso.

Turno 1:

Salida: día **4 de julio a las 9:00h.**

Llegada: día **10 de julio a partir de las 19:30.**

Turno 2:

Salida: día **13 de julio a las 9:00h**

Llegada: día **19 de julio a partir de las 19:30.**

Turno 3:

Salida: día **23 de julio a las 9:00h.**

Llegada: día **1 de agosto a partir de las 19:30.**

2. SALIDAS Y LLEGADAS DE AUTOBÚS DESDE PALENCIA.

Dirección Salidas y llegadas Autobús: Estadio municipal Nueva Balastera. [UBICACIÓN.](#)

- Las **salidas** de cada turno serán media hora más tarde que en Valladolid.
- Las **llegadas** de cada turno serán a partir de las 18:45.
- Se avisará de la hora de la salida de los viajes para poder tener una idea más exacta.
- Se ruega **puntualidad** para facilitar el proceso y poder seguir el viaje sin retrasarnos demasiado.

IMPORTANTE: El autobús está condicionado a un número mínimo de participantes por turno. Si no se llega plantearemos a las familias la opción de colaborar con el transporte hasta el campamento.

3. ENTRADAS Y SALIDAS DE PARTICIPANTES QUE NO VAN EN BUS

- **Llegadas:** El primer día de cada turno a las 11:00 en Perapertú.
- **Recogidas:** El último día de cada turno a las 17:30 en Perapertú.



14. Materiales

- Es **MUY IMPORTANTE** que cada participante, **haga o, al menos, ayude** (en el caso de los peques) **a hacer su mochila**, principalmente para que sepan bien qué llevan y dónde está, y favorecer así su autonomía durante el campamento. Una sugerencia puede ser dividir la ropa por bolsas según el día, incluyendo algo de ropa de repuesto por si acaso.
- Para evitar pérdidas o extravíos es **OBLIGATORIO** que la ropa y enseres de los y las participantes más pequeños estén debidamente etiquetados con su nombre. Aunque cuidaremos que no suceda, no nos hacemos responsables de cualquier pérdida de material personal.
- **Utilizar ropa ya usada**, no hagáis gastos innecesarios. Si el calzado de montaña es nuevo o prestado se recomienda usarlo algún día previamente para evitar ampollas.
- Estamos a 1000 metros de altitud y **por las noches puede hacer mucho frío, aunque sea verano** así que **no escatiméis en ropa de abrigo**.
- Hay que llevar **la comida del primer día**. Os pedimos que ajustéis la cantidad para que no sobre y se estropee y que **llevéis bocadillo y NO comida en tupper** para que no estén danzando todo el campamento por ahí. Es **importante no llevar más comida** ya que en las tiendas con el calor del mediodía se estropea y es un atrayente de hormigas y otros animales.
- **Desaconsejamos totalmente llevar móviles o aparatos electrónicos**. No nos haremos responsables de ninguna pérdida o deterioro de los mismos.
- **PROHIBIDO** llevar **antimosquitos pulverizador**. Aplicado dentro de las tiendas puede provocar intoxicaciones.



Empieza la aventura haciendo tu mochila. Marca con x cada cosa que metas:

LISTA DE MATERIALES OBLIGATORIOS CAMPAMENTO ESTARIVEL

A. Mochila de ruta que no sea bandolera (30l. aprox.).

***Leer notas más abajo.**

Para el primer día recomendamos que llevéis a mano:

1. **Comida primer día.** No llevar tupper ni comida de más.
2. **Cantimplora de 1L mínimo.** (No cristal)
3. **Chubasquero.**
4. **Gorra.** (evitar que sea negra por el calor)
5. **Crema solar.**
6. **Pañuelo /braga** de cuello.
7. **Neceser básico** pequeño. (el gel de ducha y friegaplatos ecológico lo pone el camp)
8. **Dinero.**
9. **Documentación campamento.** Detallada en el punto 12.



Sigue leyendo que falta la maleta grande :) ↪

B. Mochila grande o maleta. (Es en la que se meterá casi todo el equipaje) ***Leer notas más abajo.**

1. **Saco de dormir** que abrigue lo más posible
2. **Esterilla** aislante.
3. **Mudas y calcetines** (algunos de invierno). 1 por día.
4. **Camisetas de manga corta** (mín.1 por día) y manga **larga** (1 ó 2).
5. **Pantalones cortos.**
6. **Pantalones largos** (Mínimo 2/3: 2 que abriguen bien y otro fino**)
7. **Dos sudaderas o forros.** Al menos 1 de los dos que abrigue bien.
8. **Pijama.**
9. **Calzado de montaña/trekking** (o similar resistente). Para turnos 3 y 4 recomendables botas.
10. Botas Katuskas. (Solo si la previsión es lluviosa o ha llovido mucho previamente. Serán grandes aliadas).
11. **Zapatillas de deporte** preferiblemente viejas.
12. **Chancas cerradas** que agarren el pie completamente.
13. **Crema para la piel y labios.**
14. **Toallas:** de baño y de cara.
15. **Linterna o frontal.**
16. **Bañador.**
17. **Plato, vaso, servilleta, cubiertos** (plástico duro o metal. NO CRISTAL).
18. **Bolsa de tela con asas***** para guardar colgado el menaje.
19. **Bolsa para la ropa sucia.**
20. **Medicinas personales** si fueran necesarias. (**obligatorio** informar a los responsables)

NOTAS:

La ropa negra guarda más calor, así que, en la medida de lo posible, pantalones, camisetas, gorras, tratad de que no sean negras.

* Es una mochila con la que van a irse de ruta, por lo que el sistema de cintas o sujeción a su espalda es importante para que no se hagan daño.

En los **turnos 1 y 2** la ruta será más corta y puede valer con una mochila más pequeña en la que entre: chubasquero, sudadera, pantalón largo, mudas recambio 1 día, linterna, crema, cantimplora, saco y esterilla. Lo ideal es que sobre un hueco por lo menos por si metemos un bocadillo.

En el **turno 3**, la ruta será más larga y **si necesitan llevar mochila** donde además de lo básico, les entre el saco de dormir y puedan llevar la Esterilla y ropa para 2 días.

NOTA: A los más pequeños de cada turno y a los participantes que lo necesiten les llevaremos el saco y la esterilla (u otros materiales) en vehículo de apoyo.

****** En las rutas por el monte es obligatorio en algún tramo ponernos **pantalón largo fino** para protegernos de la vegetación y de las posibles garrapatas, aunque haga calor. Vale pantalón desmontable.

Pero no puede ser el único pantalón largo, por las noches hace frío y sobre todo para los más pequeños es fácil que se manche o que se moje, así que, por favor, meted ropa de abrigo.

***** Importante** que la bolsa sea de **tela** para que transpire y se seque bien, que no tenga agujeros porque se cuelan los cubiertos y acaba todo lleno de polvo, tierra y paja y que tenga asas para colgarla.

ACONSEJABLE

- Instrumento musical
- Algún libro o tebeo
- Material para escribir cartas.

¡¡YA NOS QUEDA MENOS!!

Contactarnos para cualquier duda

www.estarivel.org / campamento@estarivel.org

613 04 00 95 (Marta) 605 853 494 (Borja)



PERAPERTÚ DESDE LA PEÑA