



## CAL PORTAR

- Motxilla
- Motxilla petita per quan es va a caminar
- La roba i la muda necessàries pels set dies (**TOTA MARCADA**)  
Roba de mudar pel ball.
- Sac de dormir, llençol de sota i coixinera
- Pijama
- Pantalons llargs i curts
- Jersei gruixut (dessuadora)
- Mitjons per quan es va a caminar
- Calçat apropiat per a caminar, les bambes ja van bé, però s'aconsella que no s'estrenin a les colònies
- Calçat còmode per estar per casa
- **Gorra**
- Camiseta vella o bata per fer pintures
- Bossa de la roba bruta
- Necesser
- Banyador (x2)
- **Crema protectora solar (50 en amunt)**
- Tovallola: 1 per dutxar-se, 1 per rentar-se i 2 de bany
- Xanquetes, (si en tenen dos millor)
- Cantimplora i llanterna amb piles
- **Repel·lent pels mosquits**
- Diners (totalment voluntari)
- Dinar del primer dia

### SORTIDA

L'arribada dels alumnes serà amb vehicles particulars el dia 14 d'Agost i hauran d'arribar a la casa a partir de les 12 del migdia.

La recollida serà el dia 20 d'Agost a la casa a les 16:30.

### URGÈNCIES

Per qualsevol **urgència**, truqueu als següents números de telèfon:

## MEDICAMENTS

Si algun nen/a pren alguna medicació, el dia d'arribada se li haurà de donar al **monitor responsable**

(En la caixa del medicament hi haurà de constar el nom del nen/a i la dosis que s'ha de subministrar.)

Abans de marxar s'haurà de lliurar la Targeta d' Identificació Sanitària (TIS) original o la targeta de la mútua corresponent **al monitor responsable**

## COSES QUE NO S'HAN DE PORTAR

- Mòbil
- Reproductors de música

## SEGUIMENT DE LES COLÒNIES

Podeu seguir el que fan els nens i nenes durant les colònies seguint els diferents perfils socials de CapiCua, tan a facebook com a Instagram. Buscant en les dues plataformes "CapiCua Serveis Educatius" i clickant "m'agrada". A partir de llavors, podreu seguir i anar veient el seguit d'activitats que anirem fent a partir de les fotografies i vídeos que anirem penjant durant les colònies. Cada dia mirarem d'actualitzar-ho.