

COLÒNIES NADALENQUES D'ESPLAIS DE LA GARROTXA 2019

➤ PLANNING

Dimecres 03 de gener de 2019

Ens trobarem tots i totes a la casa de colònies "La Cot" (Santa Pau). Els monitors i monitores de cada grup faran el control d'arribada i us informaran d'on deixar les maletes i motxilles. L'horari d'arribada serà entre les 10h i les 10:30h.

Divendres 04 de gener de 2019

L'arribada de les famílies a buscar els participants serà entre les 15h i les 16h a la casa de colònies "La Cot" (Santa Pau).

Resum general

Durant els tres dies els i les participants faran moltes activitats educatives i lúdiques adaptades al seu grup d'edat. Per això, dividirem els participants en els següents grups:

- De P3 a P5
- De 1r a 3r de primària
- De 4t a 6è de primària

En una MALETA GRAN:

- Sac de dormir
- Carmanyola i coberts
- Tovalló de roba (l'utilitzarem durant tots els àpats de les colònies)
- Lot
- Pijama
- Dues mudes de recanvi
- Roba d'abric
- Estris de neteja personal
- Bossa per la roba bruta

➤ QUÈ CAL PORTAR?

En una MOTXILLA PETITA:

- Cantimplora
- Petit esmorzar pel dia 02

ATENCIÓ! Tot marcat amb el nom del participant!

➤ MENÚ

	DIA 2	DIA 3	DIA 4
ESMORZAR	-	Esmorzar de pagès	Sucs, llet, cereals, galetes
MIG MATÍ	A càrrec del participant	Fruita	Fruita
DINAR	Arròs tres delícies Pit de pollastre Fruita	Amanida de llegums Salsitxes Fruita	Amanida Macarrons Fruita
BERENAR	Pa amb xocolata	Pa amb formatge	Coca
SOPAR	Sopa de Nadal Truita francesa logurt	Cous cous de verdures Broquetes de peix Torrans i neules	-

ATENCIÓ! Cal informar d'al·lèrgies i/o dietes especials a la fitxa d'inscripció.

➤ DUBTES I CONTACTE

Per qualsevol problema durant les colònies podeu contactar amb els monitors i monitores següents:

Nom	Telèfon
Andrea Gonzalez	620 352 858
Marc Ayguabella	649 152 335
Joel Esteve	629 258 532

Per dubtes previs podeu contactar amb Esplais de la Garrotxa:

esplais@esplaisdelagarrotxa.cat

972 27 27 28

C/dels Sastres nº29 bis, Olot

www.esplaisdelagarrotxa.cat