Recomendaciones Participantes

¿DÓNDE VOY?

- Nerpio es un pequeño **pueblo de montaña** situado en la Provincia de Albacete.
- Por la mañana y por la noche hace **bastante frío**. Por el día, en días de sol, hace mucho calor. Así que te aconsejamos vestir **ropa cómoda y por capas**. Incluyendo calzado deportivo o de montaña y abrigo.

¿QUÉ ME LLEVO?

- **Almuerzo para el día de la llegada**.
- **Crema solar y cacao para los labios**.
- Si traigo ropa nueva, es mejor **ponerle mi nombre** para identificarla.
- **Una gorra**.
- **Ropa de abrigo**, ya que las noches son frías por estar en una zona de montaña.
- **Chubasquero**.
- **Dos pares de calzado**, se recomienda unas **botas de montaña o zapatillas deportivas**.
- **Cantimplora y mochila** para las excursiones.
- **Toallas** (1 de aseo personal y otra para la piscina), **chanclas y bañador** para la piscina, no es necesario el gorro.
- Todo lo necesario para el aseo personal.
- **No hace falta saco de dormir**, tendré sábanas y mantas para mi cama.

¿QUÉ ES MEJOR DEJAR EN CASA?

- **APARATOS TECNOLÓGICOS**. Es posible que los pierda en la naturaleza o que se me estropeen.

Recomendaciones

Recomendaciones Organizadores

Con el ánimo del buen funcionamiento y velando por la seguridad de los participantes, a continuación detallamos algunas consideraciones a tener en cuenta antes de la visita a nuestras instalaciones.

DATOS IMPORTANTES DE NUESTRO GRUPO

Tarjeta de la Seguridad Social. (Disponemos de un Centro de Salud con atención 24h a unos 800 m.) En muy importante traer una fotocopia de todos los participantes de nuestro grupo.

Fichas de inscripción. Nuestro complejo pone a su disposición unas fichas de inscripción que recojen datos personales de los participantes que nos son de gran ayuda para la estancia y que además contiene una autorización para la actividad. En caso de no disponer de una propia, por favor, no dude en solicitarnosla.

Notas médicas, Aspectos Psicológicos, Físicos o de Relación. Algunos de estos aspectos influyen directamente en el comportamiento y las relaciones de los participantes con el grupo, por lo que es muy importante para nuestro equipo humano disponer de esta información y elaborar un plan de trabajo que propicie que estos aspectos especiales se integren al máximo durante la actividad.

Alergias no alimentarias. En este punto incluímos alergias severas a picaduras de insectos o al contacto con algunas plantas, animales u agentes alérgenos en suspensión como el polen y a algún tipo de medicamento.

Medicaciones. Es muy importante controlar las medicaciones que se deban suministrar a alguno de los participantes y os aconsejamos solicitar un documento firmado a los responsables del participante donde se especifiquen las dosis y los nombres de cada medicamento que se deba administrar.
Por otro lado, será muy importante también pedir que los responsables de los menores de edad os entreguen los "por si acaso" para que no tengamos medicamentos rulando por el campamento sin control.

Alergias, Intolerancias o Menús Especiales. Para la seguridad y tranquilidad de todos, es impoprtante detectar y definir correctamente las alergias, intolerancias y menús especiales de nuestro grupo. A continuación, os detallamos los principales casos, pero ya sabéis que podemos elaborar cualquier adaptación de nuestros menús.

INTOLERANCIA A LA LACTOSA: Normalmente a la leche del desayuno y a postres lácteos.
ALERGIA A LA LACTOSA: No podrá ingerir ningún alimento que contenga lactosa.
PROTEÍNA DE LA VACA: No podrá ingerir ningún alimento que contenga esta proteína.
FRUTOS SECOS: No podrá ingerir ningún fruto seco así como alimentos elaborados que contengan trazas.
VEGETARIANO: Menú sin carne ni pescado.
VEGANO: Menú sin carne, pescado ni derivados de animales.
SIN CARNE: Menú sin ningún tipo de carne.
SIN CARNE DE CERDO: Menú sin carne de cerdo pero con otros tipos de carne (NO HALAL)

Recomendaciones Organizadores II

¿QUÉ HACEMOS CON EL TELÉFONO?

- Aconsejamos que si los participantes traen móvil se habilite un **banco de teléfonos** que este custodiado por el equipo de monitores. Y que a su vez se establezca un horario para entregárselos y puedan llamar a los padres. Bajo nuestra experiencia la hora idónea es **de 21:00 a 22:00 horas**, finalizado este tiempo los recogeríamos de nuevo.
- Con este sistema evitamos:

1. **Extravíos de los aparatos**: A lo largo de la jornada se pasa por muchos lugares para realizar las actividades y es fácil que se les pueda caer, con la siguiente dificultad para poder localizarlos posteriormente.
2. **Atención de los niños**: Uno de los principales objetivos de la actividad es la convivencia y participación, el teléfono dificulta esto en gran medida.

- En el camping tenemos cobertura de todas las operadoras (Movistar, Yoigo, Vodafone, Orange...), pero no tenemos cabinas de teléfono.