

CUINA



DEL 9 AL 15 DE JULIOL

LA CONRERIA



**FUNDACIÓ
PERE TARRÉS**

T903

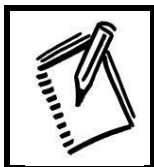


La teva activitat

Codi de l'activitat: **T903**

Nom de l'activitat: **Colònies de Cuina**

- **Data d'inici:** 09/07/2023
- **Data final:** 15/07/2023
- **Hora d'inici:** 16h
- **Hora de finalització:** 12h
- **Edat dels participants:** 8 a 15 anys



El projecte pedagògic i els objectius educatius

A la Fundació Pere Tarrés entenem les colònies com unes **activitats educatives en el temps de lleure** dels infants i joves que hi participen. Mitjançant el joc, la vida en grup i la convivència en un espai diferent a l'habitual pretenem fer possible l'**aprenentatge** i l'**adquisició de valors, actituds i hàbits**.

Aquests queden recollits en els objectius educatius, que seran assolits a través de les diferents activitats proposades a la colònia:

- Educar en l'àmbit de la convivència i la relació, fomentant el sentit de comunitat.
- Aconseguir que el participant es senti una part integrant, important i necessària del grup.
- Promoure hàbits saludables, conèixer l'alimentació en altres èpoques, posar a prova els sentits.



Les activitats

Les activitats estan emmarcades en un centre d'interès, que és l'eix de motivació de les activitats. En el cas dels més petits aquest fil conductor juga amb la fantasia i la imaginació, en canvi per als més grans lliga amb la temàtica de l'activitat escollida.

Els participants a l'activitat experimentaran uns dies d'**intensa convivència** amb els companys, tot experimentant la cooperació i la solidaritat dintre del grup, l'aprenentatge d'hàbits, etc.

Esquemàticament, les activitats són les següents:

- Activitats pròpies de colònies: jocs de pistes, tallers, gimcanes i vetllades relacionades amb el centre d'interès
- **Tallers de cuina diàris i master class**
- Activitats d'aventura: tir amb arc, BTT* o patinet, slackline i rocòdrom.

*BTT només amb majors de 12 anys i que sàpiguen anar en bicicleta, els altres participants faran patinet.

L'horari al voltant del qual girarà la colònia, tenint en compte que les activitats poden aconsellar canvis puntuals, és el següent:

08:30h: llevar-se i higiene personal
09:00h: esmorzar i serveis
10:00h: activitat de matí
12:30h: piscina
13:30h: dinar
14:30h: temps lliure
15:30h: activitat de tarda
17:30h: berenar
18:00h: continuació de l'activitat de tarda
19:30h: dutxes
20:30h: sopar
21:30h: activitat de nit
23:00h: bona nit



El lloc de realització



- **Nom de la instal·lació:** La Conreria
- **Població:** Tiana
- **Comarca:** El Maresme

Descripció: La casa es troba situada en el Parc Natural de la Serralada de Marina, dalt d'un turó que permet veure el mar i la costa del Maresme.

Disposa d'un teatre i sales grans, pistes esportives i piscina que permeten oferir un gran ventall d'activitats d'estiu, pròpies de colònies.

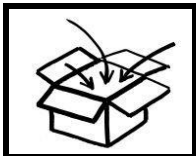


L'alimentació durant l'activitat

La instal·lació on es realitza l'activitat compta amb un equip de cuina propi. Els menús que es serviran als participants estan cuinats a la mateixa instal·lació. Aquests menús han estat elaborats per dietistes i s'elaboren de manera casolana i tradicional.

Mostrem a continuació **un exemple** de menú diari:

Esmorzar	Llet amb cacau en pols i/o sucre, suc
	Pa amb embotit o pa amb mantega i melmelada (un dia dolç i al següent salat)
	Galetes
Dinar	Amanida d'arròs
	Cuixetes de pollastre al forn amb guarnició (patates xips)
	Fruita
Berenar	Pa amb formatget
	Sopa de pasta
Sopar	Truita de patates amb guarnició (amanida)
	Iogurt



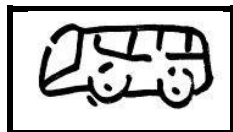
El preu inclou

El preu de l'**activitat inclou**:

- Les despeses de l'estada en règim de pensió completa,
- L'equip de monitors durant les 24h (amb una ràtio de 10 nens per cada monitor)
- El material i la realització de les activitats.
- L'assegurança d'accidents i responsabilitat civil.

**La Fundació Pere Tarrés està exempta del cobrament de l'IVA.*

Els inscrits en aquesta activitat podran compartir la instal·lació amb d'altres grups



El transport

Inici: dia **09 de juliol de 2023** a les **16h** a la Casa de Colònies **La Conreria**.

Finalització: dia **15 de juliol de 2022** a les **12h** al mateix lloc.

Com arribar:

Tren: Barcelona-Montgat. Autobús a Tiana. Després, a peu, fins a La Conreria (4 km).

Cotxe de línia: Empresa **Sagalés**. Línia Sabadell-Mollet-Badalona.

Cotxe particular

1. Des del nus de la Trinitat, agafar la B-20 direcció Montgat-Mataró. Sortida Mollet-Tiana. B-500 La Conreria. Agafar la carretera direcció a Mollet, fins al km6. A l'esquerra hi ha el camí.

2. Des de l'autopista C- 31 (Barcelona-Palafolls). Sortida Badalona-Nord. Direcció Mollet, fins al Km6.



Què cal portar? La motxilla

La llista que us presentem és orientativa. Vosaltres sou qui coneixeu millor les necessitats del vostre fill/a.

*Ho hem posat
a la Motxilla?*

Llistat de la roba

- Mudes de roba interior ☐
- Mitjons prims (cotó) i 2 gruixuts (esportius) ☐
- Samarretes ☐
- Pantalons curts ☐
- Pantalons llargs i jersei o xandall complet ☐
- Pijama ☐
- Tovallola per a la dutxa ☐
- Estris personals de neteja ☐
- Xancletes lligades ☐
- Vestit i tovallola de bany ☐
- Tovalló de roba ☐
- Calçat còmode per caminar ☐
- Sabates esportives ☐

Material necessari

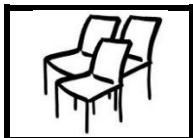
- Sac de dormir ☐
- Llençol de sota i coixinera ☐
- Bossa per a la roba bruta ☐
- Lot i piles de recanvi ☐
- Cantimplora ☐
- Crema de protecció solar ☐
- Impermeable o cangur ☐
- Barret o gorra per al sol ☐
- Motxilla petita per anar d'excursió ☐
- Targeta sanitària (original) ☐

Material recomanable

- Lloció repel·lent de mosquits ☐
- Bombolleta (en cas de no saber nedar) ☐
- Llençol protector (en cas d'enuresi) ☐
- Ulleres de sol ☐

Recomanacions a l'hora de fer la motxilla:

- ✓ Cal que tota la roba estigui marcada amb el nom del participant i que sigui ell mateix qui us ajudi a preparar la motxilla.
- ✓ Reviseu el document de normativa i condicions de participació per evitar portar allò que no és necessari



La reunió de pares i mares

Dijous, **15 de juny** de 2023 a les **17:30h**, reunió per videoconferència a través de la plataforma Zoom, l'enllaç el podreu trobar al portal d'inscripcions dins de les "meves inscripcions" o uns dies abans es penjarà a www.peretarres.org/estiu/colònies/espai-families



Organització i contacte

L'organització de l'activitat va a càrrec de la Fundació Pere Tarrés.

Tot l'equip de professionals que atendrà l'activitat on us heu inscrit forma part de la Fundació Pere Tarrés: des del personal que atén la instal·lació a la casa de colònies fins a l'equip de monitors i monitores.

Per a qualsevol consulta prèvia a l'activitat, podeu contactar amb **la coordinació de les colònies d'estiu**, al telèfon: 93 430 16 06, en horari de dilluns a dijous de 9 a 14h i de 15 a 18.30h i divendres de 9 a 13.30h.

També podeu contactar amb nosaltres per correu electrònic a: vacances@peretarres.org, indicant-nos el Codi d'Inscripció o la colònia.



El Dia a Dia

Enguany, les famílies podreu fer el seguiment de les activitats que estan realitzant els vostres fills i filles a través del grup de Telegram de la colònia o campament.

Si no teniu l'aplicació de Telegram us l'heu de descarregar i en el portal d'inscripcions, us apareix un enllaç o codi QR que us dona accés al grup de Telegram de la vostra colònia.

Un cop comenci l'activitat de colònies o campaments l'equip educatiu anirà penjant fotografies o fent petites explicacions del que estan fent, rebreu la informació al moment.

Pel que fa al contacte amb els vostres fills i filles durant les colònies, us recordem que el primer dia us facilitem el telèfon de la casa de colònies i el de la Fundació Pere Tarrés, i el telèfon mòbil del director/a del torn.

Demanem si us plau que aquests telèfons s'utilitzin per coses urgents perquè la prioritat del director/a i de l'equip de monitors és atendre als vostres fills i filles.

Des de la Fundació Pere Tarrés us agraïm la confiança que heu dipositat en nosaltres i **us desitgem un molt Bon Estiu!**