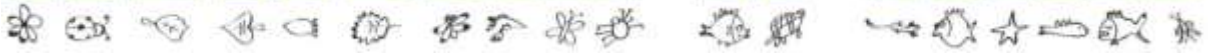


CAMPAMENTS de NATURA



# TRENCALO+

PARC NATURAL DE LES CAPÇALERES DEL TER I EL FRESER

DE L'1 AL 14 DE JULIOL DE 2024

PER A NENES I NENS 14 A 17 ANYS

ORGANITZA:



*Associació la Sorollina*

AMB LA COL·LABORACIÓ DE:



**Parc Natural  
de les Capçaleres  
del Ter i del Freser**





## QUÈ FAREM

Durant 14 dies els i les participants del campament de natura "TRENCALO+", conviuran al bell mig del Parc Natural de les Capçaleres del Ter i el Freser, combinant ruta i estàtic, coneixeran de primera mà les feines del personal tècnic del Parc, a més de posar-se a la pell de científiques i científics estudiosos de la fauna i la flora de la zona. En un entorn privilegiat per observar i conèixer una gran varietat d'animals i plantes, els nois i noies estaran sota la responsabilitat d'educadors i estucadores naturalistes, amb molta experiència en el món del lleure, de manera que els joves a través de dinàmiques, l'observació de fauna i la descoberta de l'entorn seran els i les protagonistes del seu propi aprenentatge.

Per altra banda, l'experiència a les "TRENCALO+", aportarà al noi/a més autonomia i responsabilitat en el desenvolupament de les tasques diàries. Alhora que podrà fer nous amics amb qui compartirà uns dies de molta intensitat.

## ALGUNES DE LES ACTIVITATS QUE ES REALITZARAN SÓN:

- 
**RUTA PER A L'ALTA MUNTANYA:** per començar l'aventura de les "TRENCALO+", ens calçarem les botes de muntanya i carregarem la motxilla per fer una ruta pel Ripollès on anirem combinant dies de descans amb jornades de travessa i ens deixarem guiar pels rastres d'isards, els vols de les àligues daurades i el cel estrellat. Depenent del grup, potser ens animem a fer algun cim emblemàtic de Catalunya del Parc Natural de les Capçaleres del Ter i el Freser.
- 
**PESCA CIENTÍFICA:** aprendrem com treballa el personal tècnic que estudia els estanys, rius i alguns dels seus habitants (peixos, amfibis, insectes, crustacis...) mitjançant trapes, xarxes o pesca elèctrica, tal i com fan els científics i científiques per poder-los estudiar.
- 
**SEGUIMENT DE RASTRES:** aprendrem a identificar els rastres dels diferents animals que viuen al Parc Natural de les Capçaleres del Ter i el Freser i descobrirem a on viuen, com es mouen, què mengen, etc.
- 
**FOTOTRAMPEIG:** per a descobrir la fauna més tímida farem servir alta tecnologia, trapes fotogràfiques de darrera generació per a enxampar mamífers i ocells en el seu medi sense que ens descobreixin.
- 
**IDENTIFICACIÓ I OBSERVACIÓ DE GRANS RAPINYAIRES:** l'alta muntanya és un indret únic per observar i aprendre identificar grans rapinyaires com són el trencalòs, voltors i diferents espècies d'àguiles.
- 
**NITS DE BIVAC:** dormint a l'exterior de la tenda, fent bivac, podem escoltar alguns dels animals que durant el dia no tenim possibilitat d'identificar. Fent bivac viurem la nit i el despertar del dia amb tots els teus sentits, sentint la rosada de la matinada, veient les estrelles durant la nit, canviarem el sostre de la tenda pel sostre més gran sota el que podrem dormir, el cel estrellat, lluny de la contaminació lumínica de la ciutat o del poble que no ens deixa veure el cel, descobrirem un món desconegut per la majoria, l'univers.



 **JOCs DE NIT:** a més de ser un recurs pedagògic molt bo per conèixer la nit, ens ajuden a trobar-nos amb nosaltres mateixos i a fer cohesió de grup.

...I MOLT MÉS!



## ON ESTAREM

Per tal que l'experiència sigui inoblidable, els nois i noies estaran instal·lats durant alguns dies en un espai privilegiat en plena natura dins el Parc Natural de les Capçaleres del Ter i el Freser, en una zona d'acampada, a Vallfogona del Ripollès. El campament constarà de tendes que facilitem des de la Sorellona, i de totes les instal·lacions necessàries sota grans tendals (cuina, menjador, taller, latrines, etc.). Durant els dies de ruta, està previst dormir a diferents punts on anirem combinant nits de bivac, d'acampada o nits en refugis.

## REUNIÓ PRÈVIA

Farem una reunió informativa prèvia als campaments, en la qual hi presentarem l'equip d'educadors/es i entrarem amb major detall en el programa dels campaments. A més, podrem resoldre qualsevol dubte que sorgeixi i recollir la documentació original per a formalitzar la inscripció. El format de la reunió serà presencial el 8 de juny a Girona, més endavant acabarem de concretar dia, hora i lloc

## REBUDA

Els campaments comencen el dilluns 1 de juliol. En un correu els dies abans de començar s'indicarà l'hora i lloc exacte.

**IMPORTANT:** Cal portar dinar pel primer dia.

## DARRER DIA

Els campaments acaben el diumenge 14 de juliol. A posteriori es concretarà lloc i hora.

**PREU:** 820 euros Inclou assegurança i tot el material necessari.

**CONTACTES:** En cas d'emergència durant els campaments, ens podreu trucar al 693 72 85 65.



## QUÈ CAL DUR

Tot el material ha de cabre en una motxilla còmode per fer la ruta, amb espai lliure per a portar el menjar i olles. Intenteu que cada cosa ocupi poc i pesi poc. Millor portar diverses capes petites que un gran jersei.

- Sac gruixudet (5°C aprox.) ja que dormim a alguns punts elevats d'entre 1500 i 2000 m.
- Màrfega
- Cantimplora/es (1,5 – 2 litres)\*
- Llanterna (idealment frontal) i piles de recanvi
- Banyador i *tovallola* (fineta que pesi poc)
- Necesser (raspall de dents, pasta de dents, *pinta o raspall*, *repel·lent de mosquits*, protecció solar, protector labial...)
- 3-4 mudes\*\* (mitjons, calces o calçotets, samarretes, pantalons curts, etc) RENTAREM ROBA PEL CAMÍ
- Pantalons llargs còmodes
- 1/2 jersei / dessuadora / jaqueta / forro polar (podem estar a 5°C al vespre)
- *Samarreta llarga i malles* (si som fredolics, millor que no masses jerséis)
- *Pijama (o una muda per dormir)*
- Capelina o impermeable
- Plat, got i coberts dins d'una bossa de tela (idealment metàl·lics que els de plàstic es trenquen)
- Calçat còmode per caminar (botes de muntanya altes o de canya baixa)
- *Calçat alternatiu (bambes, sandàlies lligades, que puguem caminar com a alternativa)*
- *Bossa roba bruta*
- *Binocles (si en teniu), càmera de fer fotos, llibre per llegir a les estones de descans, i/o guies de natura (opcional).*



- Calçat còmode per caminar
- Càmera de fer fotos (opcional)
- Algun llibre per llegir a les estones de descans, i/o guies de natura (opcional)
- Protector labial

\*Podem passar tot el dia caminant sense trobar punts d'aigua. Anys enrere teníem fonts i potabilitzàvem l'aigua, però aquest any no sabem com anirà. Per això recalquem que cadascú porti aigua suficient i que aquest quilo de més ens pot salvar el dia.

\*\*El número de mudes és orientatiu, aquest és el número que recomanem. Disposem de sabó de roba biodegradable per rentar roba al riu.

Observacions: Tota la roba i material és recomanable que vagi **marcat amb el nom** i cognom del noi/a per tal que no es perdi o es confongui amb la resta de participants.