

# Les Tallades

VILANOVA DE SAU - OSONA

## aventura a les tallades

ESO



## QUÈ HI TROBAREU?

FITXA DE LA CASA

IMATGES

ORGANITZACIÓ I HORARI TIPUS

CENTRE D'INTERÈS

DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

NORMATIVA DE LA CASA

MENÚ ESTÀNDARD



# Les Tallades aventura a les tallades

VILANOVA DE SAU - OSONA

Nº REGISTRE 209

Centre d'educació ambiental i d'aventura. Situada a Vilanova de Sau, a la comarca d'Osona, enmig d'un entorn privilegiat per a poder gaudir d'activitats d'oci i de lleure. A 2km del Pantà de Sau i a 18km de Vic.

La nostra casa de colònies és una casa pairal del segle XIV reformada i situada enmig del paisatge protagonitzat pels cingles de Tavertet, Guillerries i el pantà de Sau.

Les nostres instal·lacions us ofereixen espais d'oci, esports, aventura i relax, per donar-vos la màxima comoditat i caliu possibles, i fer de les vostres estades un bon record.

## INSTAL·LACIONS

- 220 places
- 3 menjadors
- habitacions amb bany (de 4 fins a 22 places)
- 1 habitació adaptada
- 6 sales d'activitats
- zona de vela
- sala TV
- zona wifi
- piscina de 20x10m.
- carpa de 25x10m amb capacitat per a 200 persones
- pistes de bàsquet
- pista de futbol
- camp de futbol d'herba natural: 54 x 95m aprox. Porterries de futbol 7 i futbol 11
- tirolina
- parc d'aventura
- tir amb arc



## DISTÀNCIES PRINCIPALS

de Barcelona: 95km  
de Girona: 75km  
de Tarragona: 160km  
de Lleida: 175km



CLICA PER VEURE

TOTES LES  
INSTAL·LACIONS



## ORGANITZACIÓ I HORARI TIPUS

### LA QUALITAT DELS SERVEIS PEDAGÒGICS DEL GRUPEDUCA ES BASA EN:

- L'existència d'un equip de monitors especialitzat i estable.
- El manteniment d'una relació de **15/18 alumnes per monitor**.
- La convivència de l'equip pedagògic amb els alumnes, compartint àpats, els jocs de nit, etc... de forma que s'estableix una relació que millora els resultats de les tasques pedagògiques.
- La preparació d'activitats i materials pedagògics específics per a cada nivell.
- En cas d'inclèmències meteorològiques us oferim tallers alternatius d'interior.
- La relació directa entre el representant del professorat i el coordinador de l'equip de monitors un cop a la casa per aclarir qualsevol dubte respecte els àpats, instal·lacions, activitats, horaris...

### HORARI TIPUS

- 8:00 llevar-se
- 9:00-10:00 esmorzar
- 10:00-13:00 ACTIVITAT DIRIGIDA AMB MONITORS
- 13:00-13:30 temps lliure
- 13:30-14:30 dinar
- 14:30-15:30 temps lliure (vigilància amb monitors)
- 15:30-17:00 ACTIVITAT DIRIGIDA AMB MONITORS
- 17:00-17:30 berenar
- 17:30-19:00 ACTIVITAT DIRIGIDA AMB MONITORS
- 19:00-20:00 temps lliure
- 20:00-21:00 sopar
- 21:00-21:30 temps lliure (vigilància amb monitors)
- 21:30-22:30 ACTIVITAT DIRIGIDA AMB MONITORS
- 23:00 recollir i dormir

L'horari dels àpats varia  
a mitjans del 3r  
trimestre, endarrerint tot  
l'horari 30 minuts.

El funcionament de les  
piscines, a partir de  
mitjans de maig, pot  
alterar la durada de les  
activitats.

## CENTRE D'INTERÈS



La vostra missió com aprenents d'aventurers serà preparar-vos física i psicològicament per tornar a casa convertits en autèntics aventurers!

Per això haurem de realitzar proves de destresa, força, intel·ligència, habilitat, velocitat, enginy...  
Aventurers, que la força us acompanyi!

### ACTIVITATS DIRIGIDES PER ESTADES DE COLÒNIES DE 3 DIES / 2 NITS

SENDERISME

TIR AMB ARC

BOSC VERTICAL

ORIENTACIÓ

RUTA DE SUPERVIVÈNCIA

TIROLINES

SLACKLINE

JOC DE NIT

FESTA DISCO

#### **Senderisme (Excursió)**

Els antics aventurers havien de recórrer a vegades molts quilòmetres a peu, sota la pluja o el sol, fins arribar al seu destí. Per això no es podien permetre el luxe de perdre's. Havien de conèixer bé tots els camins i els pobles.

#### **Joc de nit**

La nit es un factor important dels aventurers. Han de saber desenvolupar-se i desplaçar-se sense cap problema.

## DESCRIPCIÓ DE LES ACTIVITATS

### **Tir amb Arc**

Aquesta activitat es convertirà per a nosaltres en un esport, però no cal oblidar, que també és una arma. Dues coses són importants alhora de practicar amb l'arc: la concentració i el mètode.

### **Bosc vertical**

El Bosc vertical és un nou concepte d'activitats a l'aire lliure que combina diversió i aventura en un entorn natural: equilibri, coordinació, concentració...

### **Orientació**

L'activitat consisteix en aprendre a través d'un recorregut exterior, tot un seguit d'informació teòrico-pràctica sobre com actuar d'una manera segura en l'entorn físic natural, salvatge, inhòspit.

### **Ruta de Supervivència**

Aprendrem a aplicar primers auxilis, una cosa bàsica a la muntanya. A més, realitzarem un recorregut on l'habilitat, l'enginy i la destresa són els factors que ens duran pel bon camí i gaudir de les peripècies del bosc.

### **Festa Grossa**

Per celebrar les nostres habilitats com aventurers farem una gran festa on tots hi som convidats. S'hi podrà ballar i cantar fins que el cos ens digui prou.

### **Tirolines i Slackline**

És imprescindible que els aventurers tinguin agilitat i bona forma física. Per estar a l'alçada haurem de lliscar per una tirolina on podrem demostrar les nostres habilitats físiques, amb tot el suport tècnic i material necessari (corda, talabard, casc, mosquetons...). També demostrarem la nostra concentració fent equilibris damunt l'slackline.

### **\*Piragüisme**

És imprescindible com a bons aventurers poder moure'ns en tots els terrenys. L'aigua pot ser una via de fugida en cas necessari. Aprendrem a muntar en kayak, ens ensenyaran a remar iniciant-nos en la pràctica d'aquest esport en les aigües tranquil·les del pantà de Sau, sempre amb l'equip necessari i respectant les normes de seguretat. Aquesta activitat es realitza a partir de maig. S'han de complir amb totes les normes de seguretat, avisar amb antelació. Activitat amb increment extra del preu de les colònies. L'activitat substituirà un torn de matí o tarda de les activitats inicials.

## NORMATIVA DE LA CASA

Per garantir un correcte funcionament de les colònies i afavorir-ne la realització, us remarquem una sèrie d'observacions que cal tenir en compte a l'inici de cada estada.

- Abans d'arribar a la casa cal que l'equip del professorat tingui en mà i conegui totes les activitats que es realitzaran a l'estada, havent contactat prèviament amb el departament de colònies.
- 1 mes abans de la vostra estada ens haureu de passar les places actualitzades per poder-vos facilitar la distribució d'habitacions, el menú de la vostra estada i la normativa de la casa. També ens haureu d'anotar les al·lèrgies dels vostres alumnes que ens haureu de fer arribar per correu electrònic.
- Per qualsevol servei suplementari (piragüisme, monitoratge de nit) cal haver avisat amb antelació al vostre comercial o directament al departament de colònies.
- La piscina l'obrim la segona setmana de maig però no podem assegurar-ne l'ús fins 3-5 dies abans de l'estada, que tinguem la confirmació del socorrista ja que és un servei a més a més de les colònies. El torn de piscina es realitza durant el temps lliure dels nens, estarà sota la vigilància dels mestres i del socorrista. A l'arribar a la casa, la responsable d'aquesta us informará dels torns de piscina de cada grup. La piscina es comparteix amb altres grups. Si una escola decideix utilitzar la piscina en horari d'activitats dirigides ho haurà de comunicar en el moment de contractar les colònies.
- Cal deixar les habitacions buides i baixar les motxilles abans de l'esmorzar de l'últim dia.
- El servei de menjador va a càrrec de l'escola. Els monitors de la casa s'encarreguen de les vigilàncies de després dels àpats. En cas de que el professorat no vulgui fer el servei de menjador cal comentar-ho prèviament al vostre comercial per valorar-ne la viabilitat.
- En cas de portar alumnes amb vetllador, cal que estiguin sempre amb el vetllador o personal de l'escola.
- L'escola ha de portar la seva farmaciola i tenir a mà les seves assegurances.
- Com a protocol d'actuació en cas d'emergència hem establert que es truca al 112 i es consulta amb els serveis mèdics el cas que tinguem a la casa, i ells donen les pautes a seguir. Si cal avisar un taxi per anar al servei mèdic de referència, va a càrrec de l'escola (assegurança escolar). Si ho valoren oportú, envien una ambulància.
- El pagament final es farà mitjançant transferència mentre els alumnes estan fent les colònies. Es facturaran les places arribades a la casa. Si un cop a la casa algun alumne marxa per a qualsevol motiu, no es descomptarà de la factura.
- Els alumnes han de portar sac de dormir i tovalloles. La casa disposa de llençol de sota, coixins i coixineres. Si un alumne pateix enuresi nocturn cal que porti protector de llit o bolquer.

### Llista orientativa de material necessari dels alumnes:

Motxilla, calçat esportiu, roba de recanvi, pijama, gorra, roba interior, jersei, roba d'abric, sac de dormir, tovallola, estris d'higiene personal, llanterna, cantimplora i impermeable/capelina.



## MENÚ ESTÀNDARD 3d/2n

|        | esmorzar   | dinar  | berenar             | sopar  |
|--------|--|--|---------------------|--|
| 1r dia |  | Macarrons a la bolonyesa<br>Botifarra amb patates<br>Fruita        | Berenar a concretar | Mongeta tendra i patata<br>Varetes de peix o croquetes amb amanida<br>Postres làctic |
| 2n dia | Llet, cacau, galetes, cereals, pa, margarina, embotit, suc pels nens que no poden llet | Arròs amb tomàquet<br>Pollastre al forn amb patates xips<br>Fruita | Berenar a concretar | Sopa de fideus<br>Truita de patata<br>Postres làctic                                 |
| 3r dia | Llet, cacau, galetes, cereals, pa, margarina, embotit, suc pels nens que no poden llet | Espaguetis<br>Mandonguilles casolanes amb salsa<br>Gelats          |                     |  |

Per estades de 2d/1n el menú dependrà del dia d'arribada a la casa.

Aquesta relació és una mostra orientativa dels àpats que poden formar part del vostre menú definitiu, però no es dona la possibilitat d'escollir els plats.

La composició dels menús vindrà determinada per les necessitats d'organització i del subministrament segons temporada, però tot respectant l'equilibri dietètic establert. Els menús són adaptats a les edats dels participants.

Menú adaptat per tot tipus d'al·lèrgies i intoleràncies alimentàries informades prèviament. Aquesta proposta pot estar subjecte a possibles canvis decidits des de la mateixa casa de colònies degut als proveïdors, respectant les al·lèrgies i intoleràncies notificades.

Els berenars varien: galetes amb xocolata, pa de pessic amb suc, fruita, pa amb formatget, magdalenes, coca de sucre del forn...

# TOTES LES ACTIVITATS ESCOLARS

## COLÒNIES ESCOLARS

educació infantil i primària

**CENTRES D'INTERÈS DE FANTASIA, NATURA I AVENTURA**

### EL DRAC SEDALLAT

EI I CI

### ESCOLA DE BRUIXES I BRUIXOTS

EI I CI

### ELS BANDOLERS

CI, CM CS

### COLÒNIES D'AVENTURA

4t, 5è i 6è



## COLÒNIES ESCOLARS

educació secundària

**COLÒNIES DE NATURA I AVENTURA**

**COLÒNIES DE COHESIÓ**

## TREBALLS DE SÍNTESI

educació secundària

**L'AIGUA A LA VALL DE SAU**

**L'AVENTURA DE MOURE'S**



## CONEIX LA FIGUERA A CASTELLNOU DE BAGES

És una masia reformada i adaptada situada a Castellnou de Bages, a 18km de Manresa.

La casa de colònies La Figuera us ofereix un seguit d'activitats relacionades amb el lleure, la comunicació audiovisual, la natura, la fantasia dels índis i els viatges pels més petits.



**I SI NO ET VOLS PERDRE CAP NOVETAT...**



@lestalladescasacolònies



Les Tallades