

....., alumne/a de 2n d'ESO a l'Institut l'Alzina, participaré en la sortida a la neu dels dies 23, 24 i 25 de gener de 2019 i em comprometo a complir amb les següents normes de funcionament:

- Puntualitat en totes les activitats o convocatòries.
- Escoltar amb atenció les explicacions dels responsables de cada activitat, del professorat de l'Alzina o del personal de l'alberg.
- Mostrar respecte per tot el personal amb qui em relacioni.
- Esforçar-me per aprofitar les classes d'esquí o surf de neu. No buscar excuses poc justificables per no fer les activitats (*És probable que poques vegades feu una activitat com aquesta. No la desaproveu*).
- Fer un bon ús del material i les instal·lacions.
- Col·laborar en les tasques d'organització assignades.
- Complir amb les condicions d'utilització de dispositius electrònics i/o telèfons mòbils (es podran fer servir durant el dia de manera raonable, per fer fotos o si cal contactar amb algú... Però abans d'anar a dormir caldrà apagar-los i entregar-los al professorat). De tota manera, us recomanem no utilitzar-los i gaudir d'aquests dies de convivència amb la resta de companys.

<b>Nivell d'aprofitament i compliment de les normes</b> (A omplir pel professorat)	<b>Signatura de l'alumne/a</b>
---	--------------------------------

En/Na ..... amb DNI  
..... com a pare, mare o tutor/a de l'alumne/a de 2n d'ESO  
....., **l'autoritzo** a realitzar la  
sortida a la neu proposada pel centre els dies 23, 24 i 25 de gener de 2019.

**L'encoratjo** a mantenir una actitud d'acceptació, respecte i col·laboració amb les  
decisions i normes que estableixi el professorat de l'Alzina o bé la resta de  
professionals amb els qui es relacionin (professors/res d'esquí, monitors/res de lleure,  
personal de l'alberg...).

**Dono** la meua autorització al professorat acompanyant per actuar en el cas que  
necessiti atenció mèdica.

En cas necessari els telèfons d'urgència són (indiqueu a qui pertanyen):

1. ....
2. ....
3. ....

Si us plau, indiqueu si pateix alguna al·lèrgia, segueix algun tractament mèdic, si té  
incompatibilitats alimentàries, etc. i com s'ha d'actuar en cas d'emergència **(Atenció:  
Des de l'alberg demanen que qualsevol al·lèrgia ha d'anar acompanyada d'un  
certificat mèdic que ho acrediti i cal omplir un document amb totes les pautes a  
seguir.**

.....  
.....  
.....

Signatura del pare, mare o tutor/a:

Barcelona, .....de.....de 2018

## HORA DE SORTIDA A LA NEU EL DIA 23 DE GENER DE 2019:

A les 07:00 del matí. Marxarem puntualment encara que falti algú (penseu en els que fan l'esforç per arribar a l'hora). Intenteu ser-hi cap a les 06:40 per anar comprovant l'assistència i carregar l'autocar tranquil·lament.

### PUNT DE TROBADA: Pl. Congrés / Felip II.

- Cal anar vestits amb la roba d'esquiar perquè anirem directament a les pistes de La Molina.
- Farem una parada per esmorzar.
- Tornem divendres 25 entre les 19 h i les 19:30 h.
- **CAL PORTAR LA TARGETA SANITÀRIA**

### MATERIAL NECESSARI

- Motxilla petita: Porteu l'esmorzar i el dinar del primer dia i també els guants, ulleres, crema solar i qualsevol cosa que necessiteu per esquiar. I també... **UNA BOSSA RECICLABLE** per guardar les botes . La motxilla gran es quedarà a l'autocar fins que anem a l'alberg i no la podreu agafar.
- Motxilla gran o maleta: Sac de dormir, llençol de sota i coixinera, roba còmoda per l'alberg, estris d'higiene personal, mudes de recanvi, pijama, llanterna i piles.

**SI NECESSITEU CONTACTAR AMB NOSALTRES PODEU FER-HO TRUCANT A L'INSTITUT 933 409 850, O BÉ AL MÒBIL 637 358 836.**

**INSTITUT L'ALZINA**

**Departament d'Educació Física**

## Alberg Verge de les Neus (La Molina)

### MATERIAL RECOMANAT

- Sac de dormir (l'allotjament proporciona llençol de sota i coixinera).
- Necesser personal
- Tovallola
- Cantimplora
- Llanterna i piles
- Motxilla (petita, per ús diari)
- Pijama
- Gorro
- Buff
- Ulleres sol
- Mitjons llargs
- Samarreta tèrmica o transpirable
- Guants
- Crema solar (de cara i llavis)
- Forro polar
- Jaqueta impermeable
- Pantalons impermeables
- Roba de recanvi

### ALTRES (pel centre i els pares)

L'empresa disposa d'una assegurança de responsabilitat civil i d'accidents però és necessari portar:

- **La targeta de la seguretat social o fotocòpia**

Coneixement de les vacunacions (si faltés alguna en referència a les pròpies per l'edat de l'alumne).

