



# Pujada a Peu a Montserrat



Degut a causes meteorològiques, hem hagut d'aplaçar la nostra Pujada a Peu a Montserrat als dies 16-17 de novembre. Aquell dia no plourà, segur! I serà una jornada de superació, companyerisme, solidaritat... i a més d'expressió de la nostra fe. Per això us convidem de nou a participar a la pujada a peu a Montserrat en aquest sego intent del curs..

## Normes

- Caminarem darrera del guia i davant dels monitors que tanquen el grup.
- No deixarem espais que fragmentin el grup.
- Seguirem les indicacions de seguretat.
- Informarem de qualsevol incident.
- Ens guiarem per la legislació i la normativa escolar vigent.
- Serem curosos amb el medi ambient.

## Et recomanem portar

- Roba ampla, esportiva. No acrílica.
- Sabatilles d'esport o trekking que no siguin noves.
- Motxilla amb el mínim pes: Roba de recanvi (mitjons, samarreta) i roba d'abric i capelina
- Tirites.
- Lot amb recanvi de piles i bombeta.
- Fruits secs i xocolata.
- Llimona natural i begudes isotòniques.

## Altres recomanacions

- Tallar les ungles dels peus una setmana abans.
- No rentar-se els peus just abans de sortir.
- Descansar bé la nit anterior.
- El dinar del mateix dia, ric en carbohidrats.

### Dates importants:

5/11/12: límit inscripcions.  
14/11/12: reunió prèvia a l'hora del pati al gimnàs.  
16/11/12: Pujada.

### Horari?

22.30 Inici d'activitat. Trobada a Les Fonts de Terrassa (al costat de l'estació de FFCC de la Generalitat)  
9.00 Els primers arriben a Montserrat.  
10.30 Sortida de l'autocar.  
11.30 Arribada a l'escola. Fi d'activitat.

### PREU? 8 €.

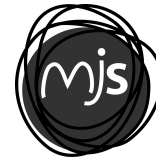
**Com inscriure's?** Lliurar inscripció i import a CAL REMI (hores pati).

**Apats?** L'organització s'encarrega dels avituallaments. Cal que portis el sopar del dia 26 o que vinguis sopat.

Coordina la sortida Equip de Pastoral de l'escola i Equip de Monitors de l'MJS.

INSCRIPCIÓ INDIVIDUAL

Núm.



# Pujada a Peu a Montserrat

COGNOMS: \_\_\_\_\_  
NOM: \_\_\_\_\_ DATA NAIXEMENT: \_\_\_\_\_  
GRUP: \_\_\_\_\_ (Els participants que no siguin alumnes han de portar el dia de la sortida la tarja de l'ICS)  
EL TEU MÒBIL: \_\_\_\_\_  
TELÈFON FAMÍLIA: \_\_\_\_\_

## AUTORITZACIÓ PARES (només menors d'edat)

En /Na \_\_\_\_\_  
amb DNI \_\_\_\_\_ he estat informat per Salesians de Sarrià de l'activitat de la Pujada a Peu a Montserrat que duu a terme l'escola i de les condicions en què es fa aquesta activitat. Autoritzo el meu fill /a (inscrit/a en aquesta butlleta) a participar-hi, em faig responsable dels seus actes i dono consentiment per prendre decisions en cas que fos necessari.

Barcelona, ..... de ..... de 2012.

Signatura del pare, mare o tutor

### Marqueu l'opció correcta:

- Tornaré a l'escola amb autocar. Allà acabaré l'activitat.
- Em vénen a buscar a Montserrat. Acabaré l'activitat a Montserrat.

