

Marxem de **COLÒNIES!**



DATA DE LES COLÒNIES

19, 20 i 21 de Maig 2025

LLOC:

Mas Llop és una casa de colònies que es troba a Caldes de Malavella, comarca de la Selva (Girona), a 7' de l'aeroport Girona-Costa Brava, a 15' de Girona i a 45' de Barcelona.





Activitats, horaris i àpats

HORARIS	1r Dia	2n Dia	3r Dia
9 – 10	Arribada i benvinguda: - Instal·lació a les habitacions - Presentació de la casa de colònies als responsables - Informació de la normativa 12h: Presentació del fil conductor colònies	Esmorzar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Esmorzar (vigilància a càrrec dels professors del centre)
10-11.30		Activitat Rotativa amb petits grups	Esports
11.30-13	Activitat de matí	Activitat Rotativa amb petits grups	
13 -14	Piscina	Piscina	Piscina
14 – 15	Dinar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Dinar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Dinar (vigilància a càrrec dels professors del centre)
15 – 15.30	Temps lliure i ús dels diferents espais de la casa	Temps lliure i ús dels diferents espais de la casa	
15.30 – 17.	Activitat Rotativa amb petits grups	Activitat Rotativa amb petits grups	
17 - 17.30	Berenar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Berenar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	
17.30 – 19	Activitat Rotativa amb petits grups	Activitat Rotativa amb petits grups	
19 – 20.45	Dutxes (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Dutxes (vigilància a càrrec dels professors del centre)	
20.45 – 21.30	Sopar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	Sopar (vigilància a càrrec dels professors del centre)	
21.30 – 23	Activitat de nit: Joc de nit relacionat amb el fil conductor	Activitat de nit: Vetllada: Disco o talent show	

MENÚ

ESCOLA MONTESSORI

19, 20 I 21 DE MAIG 2025

ESMORZAR: pa, mantega, mermelada, embotits variats,
Nocilla, cereals, llet, suc  

Dilluns 19

DINAR: Macarrons 

Peix arrebossat i

amanida    

Fruita del temps

BERENAR: Pa amb  

xocolata, suc i aigua

SOPAR: Crema de
verdures

Hamburguesa amb 
patates fregides i

amanida

logurt 

Dimarts 20

DINAR: Llenties 

Pollastre al forn i   

amanida

Fruita del temps

BERENAR: Coca de 

sucre, suc i aigua

SOPAR: Sopa de caldo  

Pizza    

logurt 

Dimecres 21

DINAR: Arròs blanc

Mandonguilles amb 
tomàquet i amanida

Gelat  

Al·lèrgens:

Adaptem els menús a
tot tipus d'al·lèrgies i
intoleràncies.
Preguem ens n'informin
10 dies abans de
l'arribada.

Què hem de portar a la motxilla?



LLISTA DE MATERIAL

Estances 3 dies

En aquesta llista trobarà tot el material necessari per a les activitats a la casa de Colònies Mas Llop durant dos dies:

- ☐ Esmorzar pel primer dia
- ☐ 1 sac de dormir, 1 llençol de sota i 1 coixinera **(AMB EL NOM)**
- ☐ 3 mudes completes (samarreta, pantalons, roba interior i mitjons), a part de la que ja portaran posada **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 jaqueta o jersei de xandall. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 pijama (amb el nom).
- ☐ 1 parell de sabates esportives. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 parell de sabates de recanvi. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 xancletes o calçat propi per anar a la dutxa. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 necesser amb pinta, raspall de dents, pasta de dents, gel, xampú i altres estris d'higiene personal que li siguin necessaris. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 tovallola petita per rentar-se la cara. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 tovallola gran per la dutxa. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 tovallola de platja per la piscina **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 banyador **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 bossa de roba buida per ficar-hi la roba bruta.
- ☐ 1 paravents o impermeable. **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 gorra **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 pot de crema protecció solar adequada al seu tipus de pell **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 pot antimosquits **(crema o loció)** **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 llanterna **(AMB EL NOM)**
- ☐ 1 ampolla d'aigua reutilitzable **(AMB EL NOM)**



INFORMACIÓ IMPORTANT:

Hora i lloc de sortida: Dilluns 19 Maig a les 8h a l'Escola

Hora i lloc d'arribada: Dimecres 21 a Riera Blanca, sobre les 17-17.30 hores.

Portar esmorzar primer dia (entrepà i aigua)

No està permès portar mòbils, rellotges, consoles o aparells de música.

No portar diners, no fan falta.

Portar signada l'autorització + fotocòpia targeta sanitària (abans del 28 d' Abril entregar a les tutores i tutors).

Intoleràncies alimentàries (portar informe mèdic abans del dia 28 d'Abril a les tutores i tutors) o alimentació especial.