

## **GASETILLA - 269**

### **Sortida d'hivern any 2020**

Benvolgudes famílies,

Com sempre per aquestes dates us anunciem la sortida del cap de setmana per practicar esquí de fons. Sabem que molts de vosaltres esteu esperant amb molta il·lusió aquesta sortida per trobar-vos de nou amb els amics de "la soci".

#### **Dades tècniques:**

- Dies: sortida tarda de divendres **14 de febrer** i arribada tarda de diumenge **16 de febrer**.
- Edats dels participants: de 8 a 16 anys.
- Estada: Alberg La Bruna, en règim de pensió completa (Bellver de Cerdanya).
- Activitats previstes: tres hores d'esquí de fons amb monitors a Guils de Cerdanya, tant dissabte com diumenge. Si no hi hagués neu aniríem a Font Romeu.
- Preu: 115 euros pels socis de l'ACH i 135 euros pels no socis. Inclou autocar, allotjament i pensió completa, lloguer de material per la realització de les activitats, piscina al poliesportiu de Puigcerdà (dissabte tarda) i assegurances.

#### **Material necessari:**

- Factor:
  - o Si està en profilaxi: la necessària més una dosi extra
  - o Si no s'està en profilaxi: una dosi
- El factor s'ha de dur en nevera portàtil amb placa de gel, **tant la nevereta com les plaques de gel han d'anar marcades amb el nom del nen.**
- Sac de dormir, no és necessari ni llençol ni coixinera.
- Gorra de llana o similar, **guants impermeables.**
- **Ulleres protectores de sol** (si no es porten no es podrà esquiar).
- Anorac, cangur o roba impermeable per les activitats.
- Roba d'abric i interior per un cap de setmana.
- Calçat, millor bambes o botes, i un parell de recanvi per si es mullen.
- Banyador, **casquet de bany**, tovallola de dutxa i xanquetes per la piscina, dins d'una motxilla petita (guardada a poder ser dintre de la maleta).
- La maleta no pot ser rígida, ja que quan s'ajunten varies d'aquestes característiques no entren al maleter de l'autocar.
- Necesser: raspall i pasta de dents, sabó de dutxa petit, pinta i tovallola petita de mans.
- No és necessari portar diners. Si es porten llaminadures, que sigui amb moderació, estan prohibides les pipes amb closca.

**Per realitzar la reserva d'inscripció**, telefoneu a l'Associació (telèfon 93.301.40.44), **abans del 31 de gener**, en horari d'oficina, de 9 a 14 i de 16 a 19 hores, o enviar un correu electrònic: [info@hemofilia.cat](mailto:info@hemofilia.cat)

Donat el nombre limitat de places, a l'hora d'inscripció **tenen prioritat els nens hemofílics**. Per fer la inscripció definitiva us arribarà posteriorment una nova carta amb més informació i la documentació necessària que caldrà omplir.

Les quotes d'inscripció s'hauran d'abonar abans del 7 de febrer. Si alguna família amb fills amb hemofília té dificultats per abonar la quota d'inscripció que ens ho digui i valorarem la situació de manera personalitzada per aconseguir una beca.

La Junta de la ACH

Barcelona, 13 de gener de 2020

Amb la col·laboració de:

