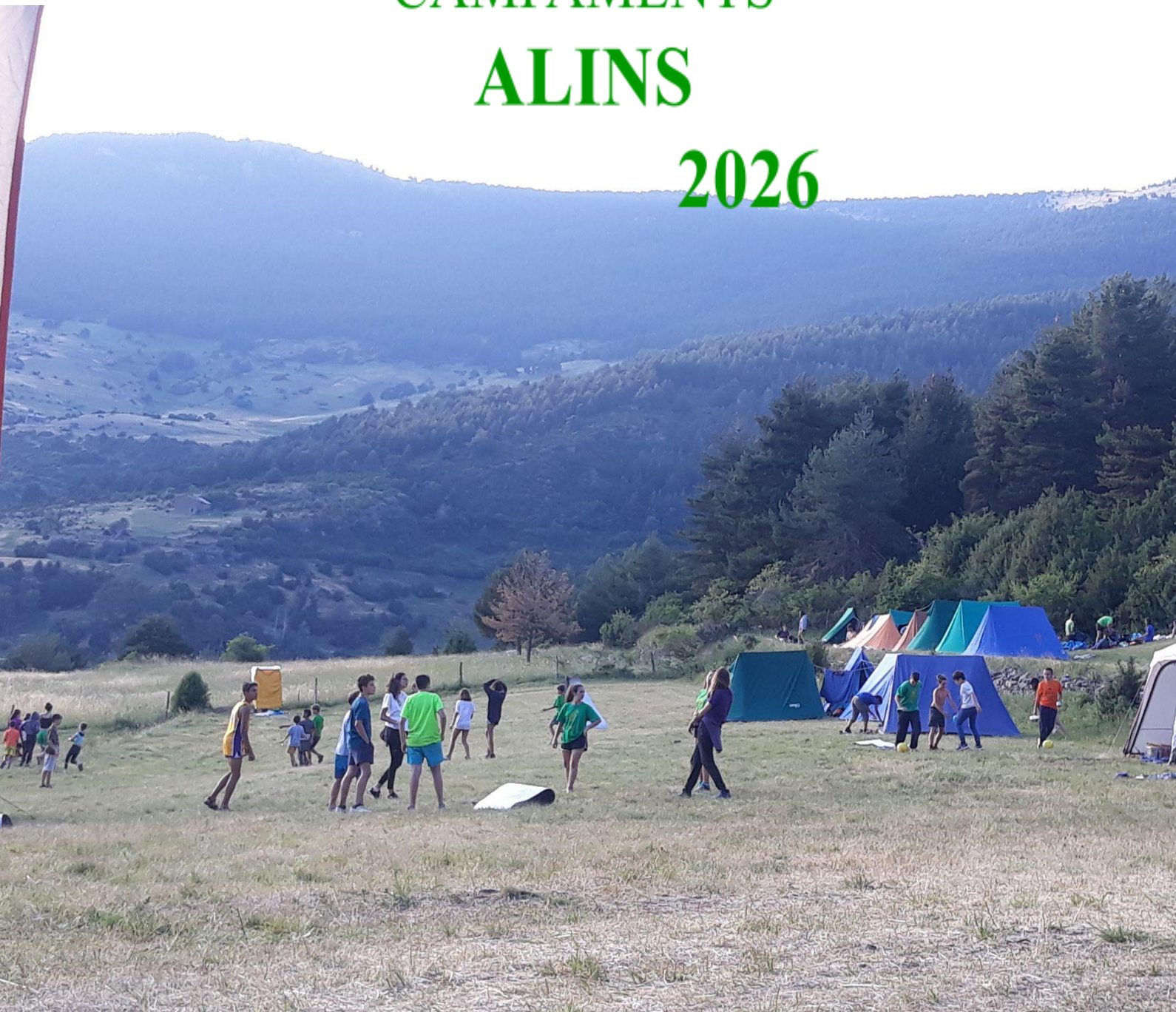




CAMPAMENTS ALINS

2026



C/ d'Entença, 22 Barcelona 08015
93 454 58 55
+ info [https://uecbarcelona.org/sim/
iniciacio@uecbarcelona.org](https://uecbarcelona.org/sim/iniciacio@uecbarcelona.org)

SABIES QUE...

La Unió Excursionista de Catalunya (UEC) de Barcelona és un centre excursionista dedicat al foment de la tècnica i de la pràctica de l'excursionisme, en totes les seves vessants, tant esportives, com culturals i de lleure. Així doncs, l'organització es divideix en vuit seccions que es dirigeixen a diferents membres del públic, així com és la Secció d'Iniciació a la Muntanya (SIM), que és la que ens ha unit avui a tots.

Les activitats proposades per aquesta secció es basen en un seguit de sortides de cap de setmana a diferents punts de la geografia catalana, sobretot als Pirineus i pre-Pirineus, al llarg del curs escolar (d'octubre a maig; dues sortides per mes) en què se'n realitzen catorze, set de les quals es fan només amb el subgrup en el qual es pertany - cada subgrup funciona de manera autònoma de cara a l'execució de les sortides - i les altres set (castanyada, Nadal, cultural, esquí, neu, famílies i cloenda) es realitzen de manera comuna, és a dir, es fan amb tots els membres de la SIM. A més a més, durant les dues darreres setmanes de juliol de cada estiu, s'organitzen uns campaments on es realitzen travesses de muntanya, activitats en el lleure i dinàmiques de conscienciació.

Per altra banda, l'activitat de SIM està gestionada per un equip de monitors que es preocupen de la part logística i es responsabilitzen dels infants durant les sortides. Durant el curs, els monitors i les monitores es reuneixen un cop al mes per assegurar el bon funcionament de les activitats, vetllar pel correcte desenvolupament de la secció i analitzar la relació monitor-monitor, monitor-infant i infant-infant.

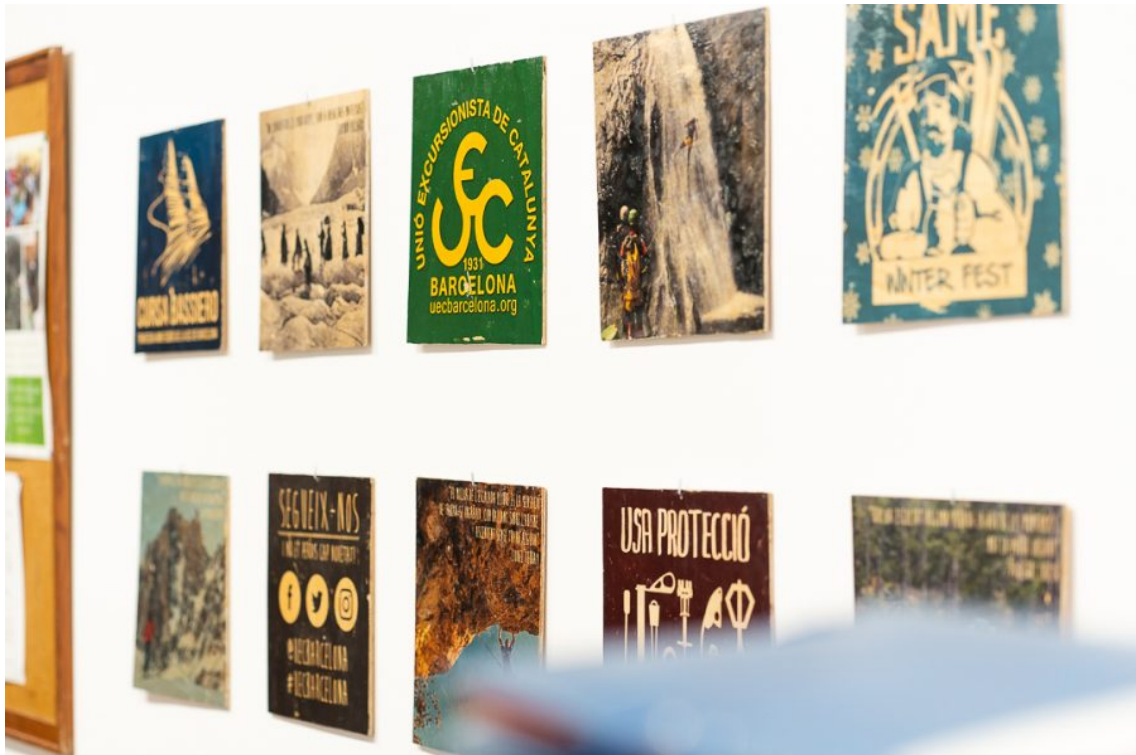


UNA MICA D'HISTÒRIA

La Unió Excursionista de Catalunya de Barcelona es considera fundada l'any 1931, amb la fusió de les entitats: Associació Joventut Excursionista Avant (1904), Centre Excursionista Pàtria (1915), Centre Excursionista de la Penya Irònica (1925), Grup Excursionista de la Unió Professional (1928) i el Grup Excursionista Isards (1929).

L'any 1932 es denominà Unió Excursionista de Barcelona – Centre, i l'any 1933 ja va adoptar l'actual denominació Unió Excursionista de Catalunya de Barcelona (UEC Barcelona). De totes aquestes entitats fusionades, la més antiga, l'Avant, fou creada l'any 1904, així doncs es considera que és en aquesta data quan s'inicien les activitats de l'actual UEC Barcelona.

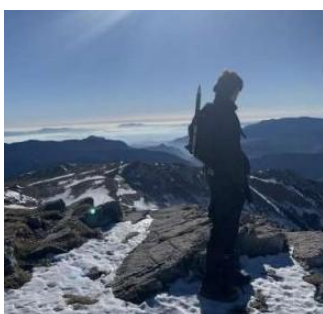
Se la coneix com a UEC de Barcelona, però també podria ser anomenada UEC de l'Eixample o, fins i tot més concretament, UEC de Sant Antoni.



VALORS DE LA SIM

La SIM es basa en quatre valors fonamentals, que són els que es volen transmetre als infants i joves de la secció.

- **RESPECTE.** És imprescindible respectar la resta de persones sense establir perjudicis, respectar l'entorn i el material, i, sobretot respectar-se a un mateix. El treball en el respecte és la base de la resta de valors, ja que a partir d'aquest podem viure en llibertat, felicitat i societat.
- **IDENTITAT.** Sentir-se part d'un grup atribueix una motivació extra a les activitats de muntanya que es duen a terme, creant un vincle i una continuïtat a la tasca que realitzen els monitors, construint un grup.
- **LLIBERTAT.** La capacitat que es desenvolupa a la muntanya per tal de desinhibir-se del rol que s'assoleix a la vida quotidiana és molt important pels infants.
- **AUTONOMIA.** Ser independent i tenir la capacitat d'actuació o de resposta davant les diverses situacions i àmbits de la vida a la muntanya és bàsic per saber-se moure pel medi natural i saber transmetre-ho als altres.



OBJECTIUS DE LA SIM

ÀMBIT SOCIAL → TENIR UNA CONDUCTA SOCIAL POSITIVA:

- Aprendre a conviure amb el grup
- Aprendre a viure en comunitat

ÀMBIT INDIVIDUAL → FORMAR-SE COM A PERSONA:

- Anar formant la seva personalitat d'acord amb els principis de la tolerància, la no violència i la cooperació, iniciant el procés per arribar a tenir un esperit crític.
- Descobrir la importància de la comunicació
- Ser autosuficient pel dia a dia i a la muntanya, sent responsable d'aquesta
- Descobrir i assimilar el món que l'envolta, sabent exterioritzar la seva persona

ÀMBIT ESPORTIU → PRENDRE'S L'EXCURSIONISME COM UN DELS FONAMENTS DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DEL LLEURE:

- Valorar els efectes positius de l'activitat física a la muntanya
- Conèixer diferents tècniques i suports tècnics dins de l'excursionisme
- Conèixer diferents aspectes de la muntanya
- Començar a prendre consciència de les diferents situacions que es pot trobar a la muntanya

ÀMBIT ECOLÒGIC → ASSOLIR UNA CONSCIÈNCIA ECOLÒGICA ACTIVA:

- Estimar la natura i assumir la responsabilitat de cuidar-la
- Conèixer els diferents medis
- Treballar la disposició a observar i interpretar els fenòmens que s'esdevenen a l'entorn

PRIORITATS A LA MUNTANYA

Per nosaltres és molt important tenir una **escala de prioritats** a la muntanya. Quan estem a la muntanya:

1. Seguretat, que passa per davant de tot.
2. Comoditat dels infants; no volem que pateixin. Conjuntament, ve la diversió dels infants.
3. Assoliment d'objectius alpins i descoberta de nous llocs.



CAMPAMENTS 2026

I AQUEST ANY ANEM A...

Els campaments son una de les activitats que es fa cada estiu a la SIM i consisteix en marxar tots els subgrups de la SIM durant quinze dies a un terreny de muntanya.

Alins és una pintoresca població situada a la **Vall Ferrera**, a la comarca del **Pallars Sobirà**, dins de la província de Lleida, a Catalunya; es troba en un entorn muntanyós d'una bellesa salvatge i imponent. El poble està situat a uns **1.048 metres d'altitud**, a la vora de la Noguera de Valferrera, i serveix com a porta d'entrada a un dels paisatges més verges del Pirineu. La vall està rodejada de cims majestuosos, amb un paisatge dominat per boscos frondosos de pi negre i avet, prats alpins i barrancs d'aigües cristal·lines.

La flora de la zona és la típica de l'alta muntanya pirinenca, amb una biodiversitat excepcional adaptada al clima rigorós del nord del Pallars. El territori d'Alins està envoltat de muntanyes emblemàtiques que formen part del **Parc Natural de l'Alt Pirineu**. Entre els cims més destacats que coronen la vall, hi trobem la **Pica d'Estats** (el sostre de Catalunya), el **Pic de Sotllo** i el **Monteixo**, que vigila el poble amb la seva silueta imponent.



COM ÉS EL CAMPAMENT?

El campament es distribueix en varies zones:

Espais comuns:

- **La cuina:** És una carpa taronja on hi ha dos fogons, una taula i un moble per a guardar el material necessari per a cuinar. A la cuina només hi poden entrar els cuiners i algun monitor si es necessita de la seva ajuda.
- **La carpa:** És una carpa blava molt gran. Aquesta carpa està destinada a que els infants puguin jugar i que en cas de pluja tinguem un lloc cobert per a menjar i protegir-nos de l'aigua. A dins, hi ha penjats cartells informatius del campament, el pla d'emergència en cas d'incendi i els grups i horaris de serveis.
- **Les latrines:** Consisteixen en un forat on s'hi col·loca una placa metàl·lica amb dues tasses de vàter per tal de poder fer les necessitats. A més a més sempre instal·lem unes lones per tal de poder fer les necessitats amb una mica de privacitat.
- **Pica i plats:** Una pica feta amb fustes, lones i mangeres. Aquesta pica s'ha de situar a un lloc elevat, ja que instal·lem un sistema de filtració de l'aigua per tal d'evitar contaminar el terra amb sabó.
- **La dutxa:** Cada any intentem construir una estructura amb mangeres i pals de tendes per tal de poder tenir una dutxa. La idea de les nostres dutxes és similar a les dutxes de les piscines. Un pal i una carxofa al mig. Les dutxes són útils sobretot per als infants més petits del campament, que d'aquesta manera no s'han de submergir al riu per a rentar-se. El sabó que utilitzem és biodegradable.



Les tendes dels infants: És el lloc on dormen els infants. En general, les tendes són canadenques, en cada tenda hi ha entre 4 i 6 nens, depenen de l'edat. Cada subgrup d'edat té un espai propi on posa les tendes agrupades, sovint en cercle. D'aquesta manera totes les entrades estan juntes i a la nit poden obrir les cremalleres i parlar des de dins del sac. A les tendes dels infants només s'hi pot anar per a dormir, per a canviar-se o per a agafar material. Els monitors no trobem oportú que facin molta vida a les tendes ja que sinó s'aïllen i juguen poc entre diferents subgrups.

Espais d'Emmagatzematge:

- **La carpa de menjar:** una carpa on guardem la pasta, les llaunes de conserva, els aliments ben empaquetats que no necessiten nevera.
- **La carpa de material:** En aquesta carpa hi gaudem tot el material necessari per a fer tallers i activitats. Té un funcionament molt establert. Els monitors podem entrar lliurement però els infants no hi poden entrar. Si algun infant vol algun joc o algun material ha de demanar-li als monitors de dia (cada dia hi ha dos monitors de dia, que porten una peça de roba distintiva), el monitor li donarà el material i apuntarà l'infant a una llista, quan l'infant retorni el que hagi agafat el monitor de dia l'eliminarà de la llista. Fem aquesta llista per a conscienciar als infants de la importància de cuidar les coses i per a evitar tenir material escampat per al campament.

Cada dia hi ha **dos monitors de dia**, aquests són els encarregats de donar el material als infants. Al matí, abans d'esmorzar es presenten i es posen la peça identificativa del monitor de dia. Aquest any ha estat un collar de perles daurades, i l'any passat va ser un peto de color groc fluorescent.



CALENDARI

Dissabte 18	Diumenge 19	Dilluns 20	Dimarts 21	Dimecres 22	Dijous 23	Divendres 24
Arribem al campament (matí-migdia)		Mosquetons marxen de travessa	Piolets marxen de travessa. Arriben Fites (matí-migdia)	Glaceres marxen de travessa	Líquens marxen de travessa	Fites marxen de travessa
Dissabte 25	Diumenge 26	Dilluns 27	Dimarts 28	Dimecres 29	Dijous 30	Divendres 31
Tots els grups tornem al campament	Matí de descans			Matí “guarro”	Festa final (vespre-nit)	Recollida del campament i tornada a Barcelona



HORARI DEL CAMPAMENT

08:30 → Bon dia campament	16:45 → Activitats/Tallers
08:45 → Inici esmorzar	17:30 → Berenar
09:00 → Es tanca la cuina	18:00 → Activitats/Tallers
09:30 → Serveis de neteja	21:00 → Sopar
10:15 → Activitats/Tallers	21:45 → Bústia
14:00 → Dinar	22:15 → <u>Vetllada</u>
15:00 → Temps lliure	22:45 → <u>Silenci i a dormir</u>
16:15 → Serveis de neteja	23:15 → Reunió monitors



ACTIVITATS

Les activitats que es duran durant els campaments són molt diverses:

- **Tallers per subgrups:**

Durant els dies que estem al campament, els subgrups ens separem unes hores al matí i a la tarda per realitzar tallers, activitats o jocs.

- **Travesses:**

Durant la primera setmana, cada subgrup marxa del campament per fer una travessa de sis a dos dies depenent de l'edat. Més trad s'explica amb més detall en què consisteix.

- **Serveis:**

Durant els campaments ens separem per grup de totes les edats per tal d'organitzar el campament i que no sigui tot un desastre:

- **Plats:** Es renten olles, paelles, ganivets, espàtules... i tot el material que s'ha fet servir a cuina. S'intenta fer-ho sempre amb sabó biodegradable i mai s'esbandeix al riu. Com a alternativa hi ha mangueres i palanganes per esbandir.
- **Entorn:** Procuren que el campament estigui net, lliure de brossa i coses pel mig. Es va pel campament amb una bossa d'escombraries recollint tot allò que hi ha per terra. Si es troben objectes dels infants es deixa en una bossa d'objectes perduts.
- **Lavabos:** Es renten i desinfecten les latrines. Es renten bé per dins i per fora, ja que s'embruten molt fàcilment. Posen paper si en falta i tiren insecticida.

- **Activitats comunes:**

Durant la segona setmana, quan tots els subgrups ja tornen a ser al campament després de fer les travesses, aprofitem per fer activitats comunes, relacionades amb el centre d'interès que s'explica al principi dels campaments:

- **GIMCANA COMUNA:** es fa una activitat comuna amb tots els infants de la SIM relacionada amb el Centre d'Interès dels campaments.
- **JOC DE NIT COMÚ:** una de les nits els monitors i les monitores preparem un joc de nit perquè puguem realitzar tots plegats.
- **FESTA FINAL:** l'última nit, per fer una despedida, preparem una festa d'allò més divertida amb molta música i un sopar molt especial.

- **Activitats especials:**

- **MATÍ GUARRO:** El matí guarro pretén ser un matí en el que tant els infants com els monitors i les monitores deixen de banda les seves manies i intenten gaudir de l'acte d'embrutar-se tots junts.
- **DIA RARO:** El dia raro és una jornada en la qual s'intenta que els infants es despertin i es trobin en un ambient totalment diferent de quan se n'havien anat a dormir. Així doncs, durant aquest dia, es fan activitats estranyes, com esmorzar el menjar del sopar, fer una sortida tots junts sense monitors o despertar-se a mitjanit a fer les dotze campanades de Nadal.
- **SOPAR ESPECTACLE:** El sopar espectacle és una activitat que es fa per subgrups la qual consisteix en preparar una funció o número que es mostra a la resta del campament just abans de sopar. L'espectacle pot ser

una cançó, un ball, una obra de teatre, un show o qualsevol cosa que els infants preparin. L'activitat serveix per cohesionar el subgrup, perquè treballin en grup i sàpiguen gestionar els problemes que sorgeixen quan ho preparen, ja que els monitors intenten ser neutrals i el seu objectiu principal és només proporcionar el material necessari perquè el subgrup pugui dur a terme l'espectacle. A més a més, també serveix per perdre les vergonyes i aconseguir confiança amb la resta del campament.

- **NIT DE POR:** es fa un recorregut pels voltants del campament. Només pels més velents (el grup petit no participa)!



LES TRAVESSES

Les travesses son una part molt important dels campaments d'estiu. Així doncs, aprofitant que farà bon temps i que ens trobarem a un indret molt bonic, cada subgrup marxarà uns dies a fer una travessa per la muntanya.

Mosquetons: 6 dies

Piolets: 5 dies

Glaceres: 4 dies

Líquens: 3 dies

Fites: 2 dies

Les travesses son activitats que ens ajuden a realitzar els objectius que s'han proposat cada any per cada subgrup. Junts podem gaudir de la muntanya i, és durant les travesses on es viuen les aventures i les experiències més especials, on es cohesiona més el grup.

A més a més, cal destacar que la seguretat durant les travesses passa per davant de tot i que anem amb molta prudència; estugeu tranquils i tranquil·les.

COSES QUE SÓN MOLT IMPORTANTS PER MARXAR DE CAMPAMENTS

PAPERS NECESSARIS

Com a totes les sortides, l'infant haurà de ser soci i estar federat (mirar apartat pagaments). A més, haurà de lliurar als monitors el DNI i el CatSalut i/o targeta de la mútua originals.

Els infants que han vingut durant el curs s'han d'assegurar que els monitors tenen tots els papers i només hauran d'omplir el qüestionari dels campaments.

Els infants que venen per primer cop hauran de passar per la Secretaria de la U.E.C. a omplir els papers d'inscripció o enviar-los digitalment al mail del subgrup.

NORMES DEL CAMPAMENT

Queda totalment prohibit dur diners, jocs electrònics, mp3, telèfons mòbils, llaminadures, refrescs i bosses de patates, així com també queda expressament prohibida la visita dels pares o familiars.

En cas d'URGÈNCIA truqueu al telèfon de contacte: 674 05 46 06 (Jaume). Per saber si el campament va bé, només truqueu a Secretaria (93 454 58 55) en horari d'atenció al públic (dilluns, dimecres i divendres de 19h - 21h). En cas de conducta inadequada d'algun infant ens reservem el dret de tornar-lo a Barcelona.

MEDICACIONS

En cas que l'infant precisi algun medicament, aquet es lliurarà als monitors amb el nom de l'infant marcat, el prospecte i la posologia recomanada pel metge.

Les nostres farmacioles no contindran més material que l'autoritzat. Per tant, si coneixeu alguna necessitat específica de material farmacèutic cal que ens ho notifiqueu i/o proporcioneu. Fora d'aquestes consideracions, els infants no cal que duguin res més relacionat amb el tema.



ATENCIÓ! Nens al·lèrgics a algun aliment, celíacs i/o vegetarians és obligat compliment parlar amb els cuiners i monitors amb dues **setmana d'antel·lació**.

TERMINIS I PAGAMENTS PER PODER VENIR DE CAMPAMENTS

El preu dels campaments d'aquest any serà de 395€. Per als petits (Fites), en canvi, serà de 335€. Aquest any els campaments es **pagaran en dos terminis**. En cas que la família pugui assumir l'import en un sol pagament es podrà fer tot l'import en el primer termini:

- 1ª Fracció: Serà de 195€ per als grans, i 135€ per als petits → 10 de maig.
- 2ª Fracció: D'un import pel valor de 200€ per a tothom → 21 de juny.

Tot aquell que no sigui soci i/o no estigui federat per l'any 2026 (tarja FEEC) *haurà de passar per l'entitat* a pagar la part corresponent segons les quotes vigents a raó de fer-se soci de l'entitat, més un preu variable en concepte d'assegurança depenent de l'edat del fill/a.

Tot aquell qui no tingui assegurança, ni sigui soci no podrà assistir als campaments.

Per qui no sigui soci de l'entitat a continuació presentem una taula on s'inclouen els preus de campaments, l'assegurança i el preu de soci, aquest any en un sol pagament.

GRUP	Primera fracció	Segona fracció	Primera fracció NO SOCIS	Segona fracció NO SOCIS
CABRES (08-09)	100€	100€	143€	100€
MOSQUETONS (10- 11)	195€	200€	238€	200€
PIOLETS (12-13)	195€	200€	235€	200€
GLACERES (14-15)	195€	200€	235€	200€
LÍQUENS (16-17)	195€	200€	235€	200€
FITES (14-15)	135€	200€	175€	200€

LÍMIT D'INSCRIPCIÓ

No s'acceptaran inscripcions més tard de l'1 de juliol per qüestions d'infraestructura.

PAGAMENTS

En cas que la família pugui assumir l'import en un sol pagament el podrà fer al primer termini (10 de maig).

La demora en els pagaments té un recàrrec de 20€ per cada retard.

Tot i així, entenem que la situació és complexa i no deixarem que cap infant es quedi sense campaments! Per tant, si teniu algú dubte, particularitat o dificultat no dubteu en contactar.

Si us plau, no dubteu en contactar per alguna situació excepcional amb els pagaments!

DESCOMPTES

Per a les famílies nombroses, només es pagaran dos individus, per tres germans que assisteixin. Si són més de tres germans, només un d'ells serà gratuït. Les famílies monoparentals se'ls hi descompta el 50% del preu final.

Les famílies amb algun tipus de problema econòmic demanem que es posin en contacte amb responsables de la secció.

Si algú porta 4 amics (gent que no hagi sigut mai soci de la UEC) li sortiran els campaments gratuïts.

NO VOELM QUE CAP INFANT ES QUEDI SENSE CAMPAMENTS PER TEMES ECONÒMICS.

MATERIAL NECESSARI

Els més grans ja sabreu com fer-vos la motxilla i què cal dur, però per si teniu dubtes i per a ajudar als més petits, us fem una relació de les coses que hauríeu de dur/fer:

És important que et facis tu la motxilla i i que els familiars només t'ajudin si tens algun dubte, no al revés, ja que no són els pares els que marxen i quan arribis al campament pot ser que no trobis les coses.

És necessari que tot estigui marcat amb una etiqueta amb el teu nom per a evitar que perdís aquella samarreta que tant t'agrada.

DINS LA MOTXILLA PORTARÉ...

- Motxilla gran.
- Motxilla petita (excursió 1 dia).
- Sac de dormir.
- Màrfega.
- Roba d'abric (jersei, folre polar, anorac, pantalons de xàndal...).
- Capelina o 'cubre' per la motxilla i cangur.
- Samarretes màniga curta (màxim 6).
- Pantalons curts (màxim 4) i llargs (màxim 2, de xàndal).
- Muda i mitjons de recanvi (màxim 7).
- Mocador pel coll (buff) i gorra pel sol (no només visera, cal que tapi tot el cap).
- Tovallola i sabatilles de bany que s'agafin als peus, anirem pel riu.
- Banyador.
- Bambes.
- Botes de Muntanya en bon estat.
- Cantimplora (mínim 1L, a partir de piolets, mínim 1,5L).

- Carmanyola i coberts (penseu que necessitareu plat pel campament).
- Llanterna o frontal (amb piles de recanvi).
- Got o tassa de plàstic o alumini, que sigui suficientment gran i que no sigui de vidre.
- Guants prims.
- Necesser (pasta dents, raspall
- Tovallola petita, crema solar, protector labial, repel·lent de mosquits).
- Agulles per estendre roba.
- Bossa de plàstic per a la roba bruta.
- Ulleres de sol.
- Mapa de la zona, Brúixola (si en teniu).
- **Funda de Bivac.**
- Fogonet (Piolets, Mosquetons, i Cabres).

RECORDEU PORTAR L'ESMORZAR, EL DINAR I EL BERENAR DEL PRIMER DIA



BARCELONA



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
**Secretaria General de l'Esport
i de l'Activitat Física**



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada