

ERASMUS+ INTERCAMBIO
JUVENIL

BISBITA CAMINERO -
MACARONESIA
FOOTSTEPS



*Bisbita
Caminera*



Funded by
the European Union



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES
Y AGENDA 2030

injuve



Qué es?

Bisbita Caminero - Macaronesia Footsteps es un programa de inclusión social para jóvenes, para la promoción de intensas experiencias socioeducativas en la montaña.

BISBITA CAMINERO, ofrece experiencias de convivencia y aprendizaje a través de 2 intercambios juveniles para jóvenes de Canarias y Azores. A través de dos intercambios juveniles, queremos conseguir experiencias significativas relacionadas con la práctica del montañismo y favorecer un cambio en la trayectoria vital de los jóvenes que se encuentran en situación de riesgo de exclusión social.

Trabajando en el contexto de ERASMUS+, la BISBITA CAMINERO es, a su vez, una contribución a la convivencia intercultural, favoreciendo el encuentro entre jóvenes de diferentes culturas; algunos con una gran necesidad de conocer el nuevo entorno que les cobija, otros con la necesidad de conocer de primera mano a jóvenes de otras culturas con variadas experiencias migratorias.

Al mismo tiempo, queremos trabajar y promover el bienestar de las participantes, trabajando sus hábitos saludables, tanto a nivel físico como mental, contando con el potencial que nos ofrecen los espacios naturales para trabajar nuestras emociones, nuestras habilidades de autogestión, nuestras fortalezas y el espacio que ocupamos en grupo. El deporte en la montaña es una oportunidad educativa de gran utilidad, proporcionando formación en habilidades y destrezas muy positivas para el desarrollo integral de cualquier joven, como el autocontrol, el equilibrio, la atención plena, la comunicación entre iguales y con los adultos.





Detalles del Proyecto

ACTIVIDAD 1

FECHAS: 13 AL 20 DE ABRIL 2024

LUGAR: GRAN CANARIA

8 PARTICIPANTS + 2 MONITORES POR PAIS

ACTIVIDAD 2

FECHAS: POR DETERMINAR (AGOSTO O SEPTIEMBRE 2024)

LUGAR: ISLAS AZORES

8 PARTICIPANTS + 2 MONITORES POR PAIS

*MISMOS/AS JOVENES TIENEN QUE PARTICIPAR EN AMBOS INTERCAMBIOS

ENTIDADES SOCIAS



ACTIVIDAD 1

GRAN CANARIA

ESPAÑA



ACOMODACIÓN

Nos alojaremos en el "Campamento El Garañón", un gran camping en Tejeda, Gran Canaria, a una altitud de 1680 m sobre el nivel del mar.

Dormirás en cabañas básicas de madera sin electricidad y calefacción con 3-4 personas.

Es necesario traer su propio saco de dormir, sábana y almohada. y compartirás la cabina. A lo largo del camping hay diferentes edificios para duchas y aseos (traer toalla y chanclas). La comida se proporcionará en el comedor del camping, donde también se podrá utilizar la electricidad.

Es muy importante darse cuenta de que el alojamiento es muy **BÁSICO** y en medio de la **NATURALEZA**

Durante nuestra Aventura de Trekking de 2 días, nos alojaremos en un camping en tiendas de campaña proporcionadas por la organización y los participantes tendrán que cocinar para el grupo.

Aunque estamos en las Islas Canarias, a esta altitud hace mucho frío por la noche. Es importante que traigas un saco de dormir caliente.



INSCRIPCIÓN DE PARTICIPANTES

Por necesidades logísticas necesitamos que te apuntes antes del 28 de febrero

[Formulario de Inscripción](#)



PROGRAMA*

- **Sab 13/04: Viaje y llegada al Campamento**
- **Dom 14/04: Presentación y cohesión grupal.
Juegos, dinámicas y presentación del programa.ramme**
- **Lun 15/04: Ruta de senderismo y actividad de orientación**
- **Mar 16/04: Talleres sobre flora, fauna y senderismo adaptado**



PROGRAMA

- **Mie 17/04: Sendero larga travesía con pernocta de acampada**
- **Jue 18/04: Continuación Sendero larga travesía y regreso al campamento**
- **Vie 19/04: Evaluación, Certificado YouthPass y tarde libre**
- **Sab 20/04: Salida del campamento**

*El programa puede sufrir cambios debido al clima o la disponibilidad de recursos relacionados con las actividades u otras causas fuera del control de las organizaciones

LA SEGURIDAD, PRIMERO

Los organizadores garantizarán la seguridad al más alto nivel posible tomando medidas antes y durante la actividad principal.

A saber:

- Siempre habrá un botiquín de primeros auxilios, con una persona capaz de proporcionar los primeros auxilios.
- Siempre habrá al menos un guía de montaña dentro del equipo organizativo, que conoce bien la zona y puede dar apoyo.
- A los participantes se les informará sobre las reglas básicas del campamento y los problemas de seguridad desde el principio. (Por ejemplo, qué hacer en caso de truenos, incendios, granizo, etc.)
- El personal a cargo siempre estará ahí para asegurarse de que todo salga bien y de forma segura.



Sin embargo, ningún programa al aire libre en el mundo puede garantizar el 100% de seguridad en el campo. Pasar tiempo al aire libre en la hermosa naturaleza es un placer para el cuerpo y el alma, pero existe un mayor riesgo que generalmente viene con ello. Los participantes que se inscriban en este proyecto deben ser conscientes de que tienen un mayor riesgo de sufrir daños principalmente físicos y posiblemente psicológicos en comparación con las actividades en zonas urbanas



Los riesgos posibles incluyen:

- Daños físicos/mecánicos; (Tobillo torcido, rasguño del cuerpo, resbalón en la piedra mojada, etc.)
- Problemas de salud; (Resfriarse después de una noche lluviosa, quemarse con el sol, intoxicarse con alimentos, etc.)
- Posibles problemas personales/ansiedad; (Para aquellos que no se sienten cómodos con las condiciones básicas, posible mal tiempo, etc.) Especialmente para aquellos que nunca antes han intentado vivir en un campamento al aire libre. Sin embargo, ¡estamos más que felices de dar la bienvenida a los campistas primerizos!
- Otros peligros, que se presentan innumerables al aire libre.

Es muy importante que la persona que se inscriba en este curso de formación se dé cuenta de que la participación es bajo su propio riesgo. Por lo tanto, en el cuestionario que acompaña a este paquete informativo, se le pide que rellene una sección de Consentimiento Informado mediante el cual confirma que ha sido informado por los organizadores sobre los mayores peligros posibles (mencionados anteriormente) y que acepta participar en el proyecto bajo su propio riesgo.

Además, con el fin de minimizar todos los riesgos, es estrictamente necesario mencionar en el formulario de solicitud si un participante tiene alergias, intolerancias alimentarias, necesidades, medicación específica, etc. Esto será absolutamente confidencial, solo por razones de seguridad y permitirá a los organizadores tomar las medidas necesarias y prepararse mejor para posibles desafíos.

Qué traer - ropa

- Botas de MONTAÑA/zapatillas para hacer senderismo con buenos calcetines

Una suela de perfil resistente es muy importante

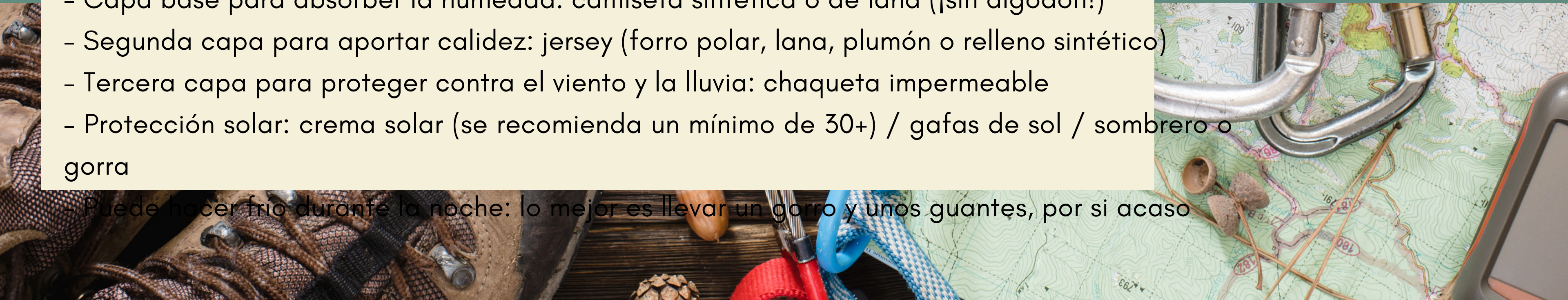
- Zapatos cómodos/chancas/... para en el campamento
- Pantalones largos y ligeros para hacer senderismo
- shorts/pantalon corto
- Traje de baño (¡hay una piscina en el campamento base!)
- Toalla para la ducha
- ropa interior
- Camisetas y ropa de abrigo para el campamento

- Sistema de 3 capas para senderismo:

- Capa base para absorber la humedad: camiseta sintética o de lana (¡sin algodón!)
- Segunda capa para aportar calidez: jersey (forro polar, lana, plumón o relleno sintético)
- Tercera capa para proteger contra el viento y la lluvia: chaqueta impermeable
- Protección solar: crema solar (se recomienda un mínimo de 30+) / gafas de sol / sombrero o gorra

- Puede hacer frío durante la noche: lo mejor es llevar un gorro y unos guantes, por si acaso

Esté preparado para cualquier tipo de condiciones climáticas. Nos alojaremos a una altitud de 1680m en la cordillera central de Gran Canaria. El clima puede ser muy impredecible, por lo que debes estar preparado para noches frías, días calurosos, lluvia y viento.



Qué traer - equipamiento

- Mochila con capacidad suficiente para trekking de 2 días
- Saco de dormir, sábana y almohada CALIENTES
- colchoneta/esterilla para dormir (espuma o aire)
- bastones (opcional)
- linterna/foco delantero
- cortaplumas
- silbato (para emergencias)
- Carcasas impermeables para tus gadgets
- Botiquín personal de primeros auxilios
- Botella de agua recargable o "camel-bag"
- artículos de aseo
- Si lo desea, puede traer equipo adicional como brújula, GPS, hamaca, estufa de cocina, ¡Asegúrate de hacérselo saber en el formulario!
- Ordenador portátil (opcional), un cuaderno y material de escritura
- Medicación personal

Si no tienes nada, ponte en contacto con la organización y veremos si podemos ayudarte.

y claro, no olvides tu documentación personal,
DNI/NIE/Pasaporte y Tarjeta Sanitaria

COVID-19



Estamos en la nueva normalidad del Covid-19, por lo que para desarrollar esta actividad debemos cumplir con normas y regulaciones específicas para viajes y actividades.

Ten en cuenta que todo puede cambiar en el último minuto, incluso una cancelación del proyecto. Siempre seguiremos muy estrictamente las directrices de nuestra Agencia Nacional de Salud.

De momento la única normativa es que hay que llevar mascarilla en centros sanitarios y farmacias.



Cofinanciado por
la Unión Europea

Contact



ASOCIACIÓN MOJO DE CAÑA
INTERNATIONAL PROGRAMMES DEPARTMENT
WWW.MOJODECANA.ORG

SVE@MOJODECANA.ORG

2021 ASOCIACION MOJO DE CAÑA



JANA PAJIC

DEPARTMENT COORDINATOR

jana.pajic@mojodecana.org



SAM VANDEZANDE

PROJECT MANAGER

MOUNTAIN GUIDE

s.vandezande@mojodecana.org



DOMINGO PÉREZ

PROJECT SUPPORT

domingo.perez@mojodecana.org



Coming
Soon