

INSCRIPCIÓN ACTIVIDAD. – “SENDERISMO ORÍGENES DE LA MOCHILA”

30 participantes por día, en grupos de 10 participante en la excursión

FECHA: (Marque con una X el día de inscripción)

28/11:	29/11:	05/12:
--------	--------	--------

NOMBRE:

APELLIDOS: _____

F. NACIMIENTO: _____ EDAD _____ D.N. I _____

TLF. _____ E. MAIL _____

DIRECCIÓN POSTAL: _____

FICHA TÉCNICA	QUE LLEVAR A LA RUTA
DISTANCIA.: 4 KM	NECESARIO:
DESNIVEL.: +214 M	*ZAPATILLAS DEPORTIVAS
DESNIVEL.: -106 M	*ROPA DEPORTIVA COMODA
ALTITUD MAX.: 205M	*AGUA
ALTITUD MIN.: 15M	*MASCARILLA
DIFICULTAD TÉCNICA: MODERADA	RECOMENDACIONES:
	*MOCHILA 10/15L
	*PIEZA DE FRUTA
	*GORRA
	*GEL HIDROALCOHOLICO

CONFORMIDAD.

Doy conformidad a las normas de uso que rigen la actividad. Igualmente, manifiesto que soy apto para acceder a la actividad y que no padezco enfermedad que lo impida.

En virtud del art.º 11 de la L.O. 3/2018, de 5 diciembre, de Protección de Datos Personales y Garantías de los Derechos Digitales, se informa que los datos personales de todos los interesados serán recogidos en el fichero Registro de la Ciudad Autónoma de Ceuta, cuya finalidad es la tramitación de solicitudes y el traslado de resoluciones administrativas, pudiendo ejercitar ante dicha Entidad, los derechos establecidos en los artículos 15 a 22 del Reglamento (UE) 2.M

Ceuta a de del 2020

Firma



Ciudad Autónoma de Ceuta
Consejería de Juventud y Deporte

Ruta: San Antonio-circunvalación de la Fortaleza del Hacho- Parque San Amaro.

Orígenes de la Mochila

LA TRADICIÓN DE LA MOCHILA QUE SE FUNDÓ POR IR AL CEMENTERIO EL DÍA DE LOS DIFUNTOS

Lleva más de cien años de vida formando parte de las tradiciones de los ceutíes. La mayoría de historiadores coinciden en asegurar que la Mochila tiene su origen en la visita a los cementerios en el Día de los Difuntos, especialmente en la Edad Media, cuando los camposantos se ubicaban fuera de las urbes.

La tradición cae en desuso cuando los enterramientos pasan a realizarse en las iglesias y no es hasta finales del siglo XVIII, con el traslado de los entierros a las afueras de los poblados y ciudades, cuando vuelve a recuperarse.

“En Ceuta ir a Santa Catalina, en una época en que no había coche, era como una excursión. A principios del siglo XX la gente se desliga de la cuestión religiosa y va quedando como un extraño día festivo, con atractivos como los frutos secos que traían los barcos que se llevaban a los trabajadores de la Almadraba, la llegada de las frutas de otoño o incluso los primeros dulces de Navidad”.

Excursionistas, scouts y, posteriormente, colegios se suman a esta festividad que ha llegado hasta nuestros días y que incluso se repite en ciudades como Algeciras, e incluso en localidades portuguesas. “En la localidad portuguesa de Madeira se celebra la fiesta del saquito que coincide con la talega que los ceutíes han llevado siempre para ir de excursión”.

Hasta finales del siglo XVIII, los cementerios solían estar en el interior de las ciudades, en los claustros de las iglesias, pero se decidió trasladarlos a las afueras y en el caso de Ceuta a Santa Catalina a principios del siglo XIX y la distancia obligaba a una pequeña excursión a la que acudía toda la familia.

Ya a finales del siglo fue cuando el 1 de noviembre comenzó a tomar el carácter festivo y como explica el **cronista oficial de Ceuta, José Luis Gómez Barceló**, las excursiones y las «giras» siempre han sido de gran importancia para los ceutíes por el carácter aislado de la ciudad.

La tradición también se relaciona con los hombres que regresaban a Ceuta al finalizar la recogida de frutos secos en la península (Málaga principalmente) pero también otras historias relacionan esta tradición con la jornada de la Loma de las Mochilas de la Guerra de África, siendo potenciada por grupos de exploradores que idearon esta fiesta portando bolsas cargadas de frutos secos al monte para poder alimentarse durante la jornada. Sea cual sea el origen, este día se ha convertido en una de las tradiciones más importantes de los ceutíes que acuden al monte con la popular canción: «Mi mochila, no se la come ni el gallo ni la gallina, nada más que mi barriga».

Medidas Covid-19 – Protocolo O ´Natura Travel

Para que viajes y realices actividades de forma segura, hemos puesto en marcha medidas excepcionales para preservar tu salud y bienestar cuando vengas con nosotros.

EN EL TRANSPORTE:

Nuestros Proveedores han reforzado, las ya exigentes medidas de limpieza habitual en nuestros autocares limpiando y desinfectando antes y después de cada servicio con productos indicados contra el COVID-19, y con un tratamiento especial en superficies de contacto. Los conductores, han sido formados e informados mediante un protocolo de actuación en materia preventiva, dentro del ámbito laboral, teniendo a su disposición gel desinfectante, guantes de nitrilo y mascarilla.

Por responsabilidad, respeto y sentido común, por favor, autoprotégete y protégenos

RESERVA Y HORARIOS:

– Podréis realizar la **reserva de plazas a través de nuestra web o bien por teléfono o email**, concertando previamente a su vez los horarios en los que os recibiremos para realizar las actividades. De esta manera nos aseguramos que sólo estaréis en contacto con vuestro grupo y con los guías o monitores asignados.

– **Registro obligatorio de cada participante** con un formulario de inscripción de la actividad. Así, además de estar protegidos por el seguro obligatorio y de repasar las condiciones de la excursión, en caso de cualquier alerta por Covid en el grupo podremos avisar a las personas que compartieron actividad con vosotros.

– Grupos reducidos: Para el desarrollo de cada actividad hemos reducido el número de personas por cada grupo, de tal forma es más fácil desarrollar toda la actividad manteniendo la distancia requerida entre participantes.

RECEPCIÓN DEL GRUPO:

Quedaremos con cada grupo a la hora asignada en un punto de encuentro. Allí os recibirá el guía o monitor y repasaréis EL PROTOCOLO.

– **Normas específicas para evitar aglomeraciones:** 1´5 metro de distancia entre participantes, uso obligatorio de mascarillas y reducción de aforo.

PROTECCIÓN PARA EL PARTICIPANTE.

– Será obligatorio que cada participante disponga, además del material propio aconsejado para cada ruta, de una mascarilla y un bote de gel desinfectante.

– Nuestros guías cuentan con dosificadores con soluciones desinfectante para el uso del cliente durante la actividad. Si lo requiere, además, le podemos facilitar una solución líquida con desinfectante para aplicar sobre alguna superficie, nuestro propio personal procederá a su desinfección.

NUESTROS GUÍAS Y MONITORES

– Nuestro personal es evaluado diariamente en busca de cualquier síntoma que pueda ser de riesgo. Se toma la temperatura al inicio y al final de la jornada, así como un protocolo de limpieza y aseo personal riguroso. En cualquier momento que sea necesaria la manipulación de cualquier objeto o material destinado a la realización de la actividad dispone de gel hidroalcohólico.

– Todo el personal, incluidas las empresas externas que trabajan con nosotros, están obligados a llevar los equipos de protección individual adecuados: mascarilla y guantes de forma general dependiendo del tipo de actividad o trabajo que esté realizando.

– Disponemos de información detallada de centros de salud y hospitales cercanos (con dirección, teléfono y horario de atención).

– Nuestros guías y monitores, durante el desarrollo de la actividad, irán equipados con las protecciones necesarias para evitar contagios. En todos los casos, han sido formados para mantener un protocolo de seguridad que proteja, en todo momento, a nuestros participantes.

Consejos para los participantes

Aspectos básicos a tener en cuenta:

- La COVID-19 es una enfermedad de transmisión aérea, es decir, se transmite al hablar, estornudar, toser, etc. O bien, si nos llevamos las manos a la boca o los ojos después de haber tocado algún objeto en el que estuviera presente el virus. No se contagia directamente por la piel.
- Las mejores formas y las más sencillas de evitar el contagio es mantener la distancia de seguridad de 1´5 y lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón o con solución hidroalcohólica.
- **Si tiene alguno de los síntomas de la COVID-19, si está o ha estado en contacto en los últimos 14 días con alguna persona con COVID-19, por favor, absténgase de participar en la actividad. Sea responsable.**
- Lávese las manos o desinfectelas al comienzo y al final de la actividad y siempre que sea posible durante la actividad, con gel o spray desinfectante biodegradable. En particular, las manos deben lavarse o desinfectarse después de cada contacto cercano, antes de comer y beber, antes y después del baño.
- No intente comunicarse mientras estornuda o tose.
- Si tiene que estornudar o toser hágalo con un pañuelo o frente a la parte interna de su codo.
- Manténgase atento/a durante las marchas para adaptar el ritmo de progresión y las paradas con respecto al resto del grupo y poder mantener así la distancia de seguridad en todo momento.
- Evite tocarse la boca, la nariz y los ojos con las manos.
- Evite llevarse el material a la boca (morder la cuerda, sujetar cintas o cordinos con la boca, etc.).
- No comparta cremas protectoras o protector labial.
- No intercambie alimentos y bebidas con el resto del grupo.
- No comparta cubiertos, platos, vasos, ni beba de la misma botella.
- Siga las instrucciones de su guía en todo momento.

Antes de viajar:

Por su seguridad y por la de todos, es importante que compruebe su temperatura y síntomas característicos del Covid19 antes de iniciar el viaje.

Preste especial atención a los principales síntomas:

– Fiebre – Abundante secreción nasal – Dolor de garganta – Diarrea – Cansancio – Tos seca – Dolores o molestias – Congestión nasal