

AE MUNTANYENCs ARENYS DE MUNT

Preàmbul

El present Programa d'Esport Base de l'Associació Esportiva Muntanyencs Arenys de Munt desenvolupa els continguts expressats en els Estatuts i en el Reglament de Règim Intern de l'entitat, i en cap cas podrà anar contra la filosofia i l'articulat dels esmentats Estatuts i Reglament. S'emmarca també en els reglaments de les Seccions de Muntanya, de Marxa i Amuntrail.

L'entitat neix de la necessitat d'agrupar la gent d'Arenys de Munt i rodalies que comparteix el gust per la muntanya i la natura. Per garantir el relleu generacional i transmetre els valors de l'excursionisme, l'entitat vol incorporar de manera estable els infants i els joves a la seva activitat, de manera lúdica, segura i amb el suport de les famílies.

L'AE Muntanyencs Arenys de Munt està adherida a la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) des del mes de febrer de 1998.

Article 1. Objecte

Aquest Programa defineix els objectius, els destinataris, l'organització, l'equip de voluntaris, les condicions de seguretat i el pla d'implantació de l'esport base a l'entitat, entès com l'activitat esportiva i educativa en el medi natural adreçada a infants i joves d'entre 5 i 17 anys.

Article 2. Objectius

Els objectius del Programa són:

- Fomentar la pràctica de l'excursionisme i dels esports de muntanya entre els infants i els joves del municipi i la comarca, a través del joc, l'esport i el respecte per la natura.
- Transmetre els valors de l'excursionisme: respecte pel medi, companyonia, treball en equip, autonomia i esperit de superació.
- Donar a conèixer els senders, la natura, la història i el patrimoni del nostre entorn.
- Ensenyar progressivament les competències bàsiques de seguretat i autonomia a la muntanya: orientació, equipament, hidratació i alimentació, lectura del temps, autoprotecció i primers auxilis.
- Promoure una vida saludable i l'hàbit esportiu continuat, amb propostes per a tots els nivells.
- Crear un relleu generacional a les seccions de Muntanya i Amuntrail i a l'organització de la Marxa dels Termes.
- Implicar les famílies en l'activitat de l'entitat.

Article 3. Principis

L'esport base de l'entitat es regeix pels principis següents: caràcter lúdic i educatiu, no competitiu (la participació en curses i trobades és voluntària i es planteja com a experiència i no com a resultat), inclusió i igualtat d'oportunitats, coeducació, progressió adaptada a l'edat i al nivell de cada participant, seguretat per sobre de qualsevol objectiu esportiu, i voluntariat acompanyat de formació.

Article 4. Destinataris i grups

Poden participar en el Programa els infants i joves de 5 a 17 anys que siguin socis/es de l'entitat o hi estiguin vinculats a través de la seva família (quota familiar) i disposin de la llicència federativa que correspongui o de l'assegurança d'accidents que contracti l'entitat. Els participants s'agrupen per edat, amb flexibilitat segons el nivell i la maduresa:

Grup	Edat	Propostes tipus	Format
Petits	5 a 8 anys	Excursions curtes i lúdiques, jocs a la natura, descoberta de l'entorn	Sortides de cap de setmana, acompanyades per la família quan sigui necessari
Mitjans	9 a 12 anys	Excursionisme, orientació bàsica, iniciació al trail i a la BTT, escalada d'iniciació	Sortides de cap de setmana i entrenaments periòdics
Jovent	13 a 17 anys	Travesses, cims, raquetes, escalada, trail i BTT, formació i voluntariat	Una proposta mensual i activitats d'estiu

Els grups s'ajusten a les categories d'edat de la FEEC (Escoles de Trail: Sub 6, Sub 8, Sub 10 i Sub 12, i a partir dels 13 anys reglament de curses per muntanya) quan l'activitat sigui de trail.

Article 5. Activitats

El Programa s'estructura en activitats ordinàries durant la temporada (de setembre a juliol) i activitats extraordinàries:

- **Sortides d'excursionisme i senderisme** adaptades a cada grup, aprofitant la programació de la Secció de Muntanya.
- **Iniciació al trail** amb la secció Amuntrail: entrenaments lúdics, tècnica de cursa, hidratació i alimentació.
- **Orientació i cartografia**, mapa i brúixola, i activitats d'iniciació al 100 Cims.
- **Esports de muntanya per etapes**: BTT, escalada, vies ferrades, raquetes de neu i iniciació a l'esquí de muntanya, segons edat i nivell.
- **Marxa dels Termes**: recorregut i activitats adaptades per a infants i joves, amb participació del jovent com a voluntariat.
- **Formació**: tallers de seguretat, nusos, material, primers auxilis, coneixement del medi i xerrades.
- **Activitats d'estiu**: colònies, campus o travesses, pròpies o en col·laboració amb la FEEC i altres entitats.

Article 6. Programació i calendari

La programació anual es redacta a l'inici de cada temporada i s'aprova per la Junta Directiva. S'ha de comunicar a les famílies a través del web i dels canals oficials de l'entitat. Cada activitat tindrà la seva fitxa amb: data, lloc de trobada, horari, itinerari, distància i desnivell, dificultat, material necessari, edat mínima, autoritzacions exigides i persones voluntàries que hi participen.

Els itineraris s'adapten a l'edat. En les activitats de trail es prendran com a màxim de referència els límits que fixa la FEEC per a les escoles:

Categoria	Edat	Distància màxima	Desnivell positiu màxim
Sub 6 (promoció)	5 i 6 anys	750 m	20 m
Sub 8	7 i 8 anys	1,5 km	50 m
Sub 10	9 i 10 anys	2,5 km	75 m
Sub 12	11 i 12 anys	3,5 km	150 m

Font: Reglament del Circuit d'Escoles de Trail FEEC 2024 (curses en línia).

Article 7. Equip i voluntariat

L'entitat no disposa de personal remunerat: totes les persones que fan possible el Programa són socis/es voluntaris/àries, que hi participen de manera desinteressada i sense cap contraprestació econòmica. La programació, el seguiment i la relació amb les famílies i amb la FEEC es porten entre totes les persones voluntàries del Programa, en igualtat de condicions. Cada activitat l'acompanyen persones voluntàries amb experiència a la muntanya, preferentment amb formació federativa o de lleure, que l'entitat promourà. El Programa es porta des de les Seccions de Muntanya i Amuntrail, sense crear una Secció nova (Reglament de Règim Intern, art. 24).

- La ràtio mínima és d'una persona voluntària adulta per cada 10 participants, i sempre amb un mínim de dues persones per activitat. En els grups de 5 a 8 anys es recomana una ràtio més reduïda.
- Les persones voluntàries signaran el **Compromís de voluntariat** de l'entitat, d'acord amb la Llei 25/2015, que es guarda al registre de persones voluntàries (Reglament de Règim Intern, art. 9 i 11), i han d'estar cobertes per l'assegurança de responsabilitat civil de l'entitat i per una llicència federativa o assegurança d'accidents.
- Totes les persones voluntàries que treballin amb menors han de presentar el **certificat negatiu del Registre Central de Delinqüents Sexuals i de Tràfic d'Éssers Humans**, que l'entitat custodiarà d'acord amb la normativa de protecció de dades.
- L'entitat promourà la formació continuada del seu equip (cursos de la FEEC, primers auxilis, protecció a la infància).

Article 8. Inscripció, soci/a i llicència federativa

Els participants menors d'edat s'associen a través del seu pare, mare o tutor/a legal, que actua d'avalador, tal com preveu el Reglament de Règim Intern. Per participar en les activitats caldrà:

- Estar donat/da d'alta com a soci/a (quota individual o quota familiar) de l'any en curs.
- Disposar de la llicència FEEC que cobreixi la modalitat practicada o de l'assegurança d'accidents que contracti l'entitat per a l'activitat.

- Presentar la fitxa d'inscripció amb les dades de contacte, les dades mèdiques rellevants (al·lèrgies, medicació, necessitats específiques) i l'autorització de la persona representant legal.
- Acceptar les condicions generals de les activitats i la política de privacitat de l'entitat. Les imatges de menors es regiran pel consentiment d'imatges de l'entitat, amb protecció reforçada.

Article 9. Seguretat i protocols

La seguretat preval sobre qualsevol altre objectiu de l'activitat. Cal respectar sempre les pautes de la FEEC **en cas d'accident** i la normativa de l'assegurança de la llicència. En particular:

- Cada activitat disposa de persones voluntàries adultes que acompanyen el grup, llista d'assistents, telèfons de contacte de les famílies i farmaciola.
- Les persones voluntàries que acompanyen el grup poden modificar, escurçar o suspendre l'activitat si les condicions meteorològiques, l'estat del grup o qualsevol altra circumstància ho aconsellen.
- Es farà servir material adequat a l'edat i es verificarà l'equipament abans de sortir.
- En les activitats de trail s'evitaran les baixades llargues i els trams asfaltats; els grups aniran sempre tancats per una persona adulta.
- L'entitat aplica els seus **protocols de protecció**: el de prevenció, detecció i acció dels maltractaments i violències sexuals a infants i adolescents, i el de violència i assetjament sexual, que han de conèixer i signar totes les persones voluntàries del Programa.

Article 10. Famílies

Les famílies són part essencial del Programa. L'entitat convocarà una reunió informativa a l'inici de cada temporada, informarà de cada activitat amb antelació i els demanarà col·laboració en tasques de suport, transport i organització. Es promouran sortides familiars per als grups de menor edat. S'oferirà un espai de comunicació per a dubtes, suggeriments i propostes.

Article 11. Finançament

Com a entitat sense ànim de lucre, l'entitat no cobra cap quota als participants per les activitats del Programa, més enllà de la quota anual de soci/a (Reglament de Règim Intern, art. 9 i 10). Les despeses que comporti (material, formació dels voluntaris, assegurances) s'assumeixen amb els recursos ordinaris de l'entitat, els ingressos de les activitats que organitza (com la Marxa dels Termes) i les subvencions i col·laboracions que es puguin obtenir.

Article 12. Seguiment i avaluació

Les persones voluntàries del Programa elaboraran una memòria anual amb: nombre de participants per grup, activitats fetes, incidències, resultats de les enquestes a famílies i participants, i propostes de millora. Es realitzaran valoracions periòdiques amb els infants, adaptades a l'edat, i una avaluació de l'equip de voluntaris. La memòria es presentarà a la Junta Directiva i a l'Assemblea.

Article 13. Pla d'implantació

El Programa s'implantarà de manera progressiva:

Fase	Actuacions
Fase 0. Preparació	Aprovació per la Junta Directiva i dels protocols de protecció de l'entitat, recollida de certificats, redacció de fitxes i autoritzacions, revisió d'assegurances.
Fase 1. Pilot	Un primer grup (Mitjans, 9 a 12 anys) amb sortides mensuals, per provar l'organització i recollir l'opinió de les famílies.
Fase 2. Consolidació	Ampliació als grups Petits i Jovent, entrenaments de trail i participació a la Marxa dels Termes. Primera memòria anual.
Fase 3. Projecció	Estudi de la participació en les propostes de la FEEC per a infants i joves, activitats d'estiu i col·laboració amb escoles i entitats del municipi.

Article 14. Aprovació i revisió

Aquest Programa entrarà en vigor un cop aprovat per la Junta Directiva de l'entitat i serà revisat com a mínim un cop l'any, a partir de la memòria de seguiment. Qualsevol modificació s'haurà de comunicar als socis/es i les famílies.