

Bem-vindos

É com muito gosto que te damos as boas vindas à Semana Tanto Mar 2013. Esta irá ser, com certeza, uma semana cheia de experiências intensas. Diverte-te!

Passo a passo

NOTAS:

31 de agosto – Sábado Escola Naval

11h00 > Receção na Sede da CGD
12h00 > Partida para a EN
13h00 > Almoço
13h45 > Apresentação da EN e alojamento
14h30 > Visita a Navios da Marinha
16h00 > Visita à SAGRES
16h45 > Atividades físicas
19h30 > Jantar.
20h30 > Atividade de grupo
23h00 > Silêncio.

1 de setembro – Domingo Escola Naval

08h30 > Pequeno-almoço
09h00 > Simulador de Navegação
10h00 > Apresentação do Instituto Hidrográfico
11h00 > Visita a navio hidrográfico
12h00 > Almoço
13h00 > Partida para Lisboa
14h00 > Visita ao Museu de Marinha
16h00 > Sessão Planetário Calouste Gulbenkian, "O céu de Portugal"
19h30 > Jantar
20h30 > Atividade de grupo
23h00 > Silêncio.

2 de setembro – 2ª feira História e Cultura

08h30 > Pequeno-almoço
09h00 > Partida para Peniche
11h30 > Sessão oficial de abertura na ESTM
13h30 > Almoço ESTM
14h30 > Peddy Paper e Visita à fortaleza
19h30 > Jantar ESTM
20h30 > Workshop Ilustração Científica com Pedro Salgado
23h00 > Silêncio.

3 de setembro – 3ª feira Proteção e Conservação

08h30 > Pequeno-almoço
9h45 > Partida para as Berlengas a bordo do Cabo Avelar Pessoa
11h00 > Batismo de mergulho/ Visita ao Farol e Ilha Almoço volante
13h00 > (Cont.) Batismo de mergulho / Visita ao Farol e Ilha
16h30 – Regresso a Peniche
17h30 - Workshop "Nós de marinheiro, redes e rendas de bilros"
19h30 > Jantar ESTM
20h30 > Filme
23h00 > Silêncio.

4 de setembro – 4ª feira Turismo

08h30 > Pequeno-almoço
09h30 > Workshop Instituto de Socorros a Náufragos
11h00 > Clínica Surf
13h00 > Almoço volante
14h00 > Contin. Clínica Surf
18h00 > Centro de Alto Rendimento de Surf
19h30 > Jantar ESTM
20h30 > Conversa com surfistas
23h00 > Silêncio.

5 de setembro – 5ª feira Pesca e Tradições

08h30 > Pequeno-almoço
09h15 > Porto de Peniche - Chegada das traineiras. Como funciona um porto. Estaleiros navais
12h00 > Almoço volante
13h00 > Saída Mar com a Marinha Portuguesa e Visita à lancha Salva-Vidas
17h30 > Docapesca
19h30 > Jantar ESTM
20h30 > Preparação do espetáculo de encerramento
23h00 > Silêncio.

6 de setembro – 6ª feira Investigação científica

08h30 > Pequeno-almoço
09h00 > Atividades laboratoriais ESTM
13h00 > Almoço ESTM
14h00 > (Cont.) Atividades laboratoriais ESTM
17h00 > Workshop culinária (A sobremesa da noite)
19h30 > Jantar de despedida ESTM
21h00 > Espetáculo de encerramento
00h00 > Silêncio.

7 de setembro – Sábado Geografia e Geologia

08h30 > Pequeno-almoço
09h30 > Percurso Geológico
11h30 > Visita Farol Cabo Carvoeiro
13h00 > Almoço ESTM
14h00 > Partida para Lisboa

MUITA ATENÇÃO!

Este é um dos tópicos fundamentais pois qualquer coisa que aconteça por falta de cuidado pode causar danos ao participante atingido e pode estragar toda a iniciativa para a qual tantos trabalharam. As primeiras pessoas a quem debes ouvir e prestar atenção é ao teu monitor de equipa. Ele será o responsável por ti perante a direção da Semana e claro que vais querer colaborar com ele/a em tudo.

Regra nº 1 – Não podem existir saídas individuais, nem em grupo, sem que estejam previamente autorizadas pela direção da Semana. Não cumprir esta regra pode levar à expulsão do participante desta iniciativa.

Regra nº2 – Nas atividades previstas é fundamental respeitar integralmente as indicações dos instrutores. O não cumprimento destas regras poderá levar à expulsão da iniciativa.

COMO ESTÃO ORGANIZADOS OS PARTICIPANTES? QUEM SÃO OS ANIMADORES?

Os participantes da Semana Tanto Mar estão divididos em 4 grupos, cada um com um monitor responsável que zelará para que tudo corra bem. Serão eles que estarão convosco 24 horas por dia. São eles o Vítor Silva, o Félix Pinéu, a Bárbara Magalhães e Sara Las Cunha. Decorem estes nomes e já agora, gravem nos respetivos telemóveis os números deles.

QUAL A REGRA ESSENCIAL?

A vossa segurança é essencial. Estes 4 monitores são os primeiros responsáveis pelo vosso bem-estar e segurança. Assim terão de os informar sobre **todos** os vossos passos.

ONDE SÃO AS DORMIDAS?

As dormidas serão na Residência da Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar. Serão em quartos duplos e múltiplos com casa-de-banho.

O QUE DEVO TER NA MOCHILA?

Dado que muitas das nossas atividades vão ser ao ar livre é bom não te esqueceres do protetor solar e de usar chapéu. Na mochila debes trazer também água. Toalha e fato de banho serão necessários nalguns dias.

QUANDO DEVO USAR A T-SHIRT?

Foram-te oferecidas t-shirts para usares. Têm cores diferentes consoante os grupos. O uso das T-Shirts é obrigatório, exceto indicação da Direção da Semana.

COMO SOMOS TRANSPORTADOS?

As várias ligações serão normalmente feitas de autocarro. A segurança de cada um é uma preocupação permanente de toda a equipa. Durante os trajetos pedimos a tua atenção para que tudo corra da melhor forma.

SE TE PERDERES

Claro que isto não irá acontecer mas, para o caso dessa improbabilidade se tornar uma realidade e não tiveres o telemóvel contigo, deverás dirigir-te imediatamente a um agente de autoridade pedindo que contacte o diretor da Semana Tanto Mar (Gonçalo Gil – 937209127) ou seres acompanhado até à Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar.

INDICAÇÕES PRÁTICAS

Para que esta semana corra muito bem há algumas indicações e regras que não poderás falhar.

QUEM DIRIGE A SEMANA?

Esta Semana será dirigida pelo Gonçalo Gil, Diretor da Forum Estudante, que será apoiado de perto por Rui Marques, Rui Nunes da Silva e Jorge Vicente. Qualquer problema ou dificuldade não hesites em procurar qualquer uma destas pessoas.

A QUE HORAS NOS DEITAMOS E NOS LEVANTAMOS?

Normalmente, a hora de deitar será por volta das 23h00 e a alvorada às 8h00 da manhã. Temos de aproveitar bem a noite para repor energias pois os dias serão bastante intensos.

É POSSÍVEL FUMAR?

Não será permitido fumar durante as atividades nem dentro da Residência. Para os momentos de vício terás indicações dos teus monitores.

POSSO USAR TELEMÓVEL?

Embora seja um instrumento importante, teremos de ter regras para a utilização. Durante as atividades o telemóvel pode estar ligado, mas sempre em silêncio. Também durante as atividades, não são permitidas conversas telefónicas ou envio de sms. É muito importante respeitares estas regras para que os grupos funcionem bem.

HORÁRIOS

O cumprimento dos horários é fundamental para que a semana seja um sucesso. Seremos muito rigorosos no cumprimento dos tempos destinados às atividades e também nas horas de levantar e de silêncio à noite.

TELEFONES ÚTEIS

Rui Marques: 968779197
Gonçalo Gil: 937209127
Jorge Vicente: 963786389
Rui Nunes da Silva: 937200051
Félix Pinéu: 918546219
Vítor Silva: 961167320
Bárbara Magalhães: 919823318
Sara Las Cunha: 916204556
ESTM: 262783607
Polícia: 262790310
Hospital de Peniche: 262780900

