



Verano 2010

Estimados Padres y Tutores:

¡Bienvenidos a la sesión de verano de 2010 de Big City Mountaineers (BCM)!

Estamos muy entusiasmados que su hijo esta en el programa de naturaleza. Este programa de BCM es muy único. Con su estímulo y apoyo, su niño tendrá la mejor experiencia posible.

¡Ustedes son una gran influencia para sus hijos! Les invitamos a hablar de las expectativas; y luego, preguntarnos sobre cualquier cosa de esta experiencia. Si Ud. prefiere participar como un voluntario, sera un gran placer para el equipo de BCM.

Incluido encontrara mas información sobre las excursiones de naturaleza con BCM que se titula, "Trip Overview." Este paquete describe que ocurre cada día del programa. ¡Léalo, por favor!

Sabemos que la seguridad de su hijo es muy importante para Ud. Incansablemente, trabajamos para asegurar el bienestar de su hijo(a). Por lo tanto podemos dar a su hijo una magnifica experiencia (como mirando La Flora y La Fauna). Algunas de las precauciones son:

- Un mínimo de un adulto calificado en primeros auxilios en el medio ambiente
- Un líder de equipo con experiencia similar a las excursiones de BCM
- Un plan de emergencia y un trabajador de guardia (todas las horas del día)
- Rutas seleccionadas que son apropiadas para los participantes
- La ropa, el calzado y las herramientas de alta calidad por todos

A pesar de estas precauciones, un gran riesgo para su hijo es que BCM no tenga toda la información necesaria en caso de una emergencia. Complete Ud., con precisión, toda la información de la aplicación para su hijo (especialmente la porción medica). Por favor, regrese esta información rápidamente.

Si tiene alguna pregunta o preocupacion sobre la excursión o le gustaria obtener mas información, por favor hable con el Lider de Jovenes (Youth Leader) de la organización de su hijo. En caso que el Lider de Jovenes no pueda contestar sus preguntas, por favor póngase en contacto con la oficina de BCM y estaremos contentos de asistirle.

Atentamente,

BCM



Trip Information

Youth Agency _____

Youth Leader Name _____

Youth Leader Contact Information _____

Youth Agency Contact Information (while group is on the Trail)

Name and Phone: _____

Trip Dates _____

Trip Type (Backpacking/Canoeing) _____

Trip Location _____

More detailed information (location, lodging, meeting times, etc.)

Day 1 _____

Day 2 _____

Day 3 _____

Day 4 _____

Day 5 _____

Day 6 _____

Day 7 _____

Day 8 (Canoe trips only) _____

Any other information:



1667 Vine Street
Denver, CO 80206
P (303) 271-9200
F (303) 954-4764
www.bigcitymountaineers.org

BCM Contact Information

Headquarters/Colorado Office

Elizabeth Williams
1667 Vine St.
Denver, CO 80206
P: 303-271-9200
F: 303-954-4764
elizabeth@bigcitymountaineers.org

California Regional Office

Amy Blum
176 Juana Ave, 2nd Floor
San Leandro, CA 94577
P: 510-895-8607
F: 510-895-9581
amy@bigcitymountaineers.org

Midwest Regional Contact

Bernie Rupe
P: 847-397-7304
bernie@bigcitymountaineers.org

Pacific Northwest (Portland and Seattle)

Rachel Greenwald
P: 310-871-7557
rachel@bigcitymountaineers.org

"Enhancing the lives of under-resourced urban teens through transformative outdoor experiences"

Big City Mountaineers is a 501 (c)(3) tax-exempt non-profit organization.



Visión de conjunto del viaje de mochila

La misión de Big City Mountaineers (BCM) es “mejorar las vidas de jóvenes urbanos de bajos recursos a través de experiencias transformativas al aire libre.

Aunque cada viaje de Big City Mountaineers tiene más o menos el mismo itinerario, los viajes son únicos en sus detalles. El curriculum T.E.A.M usado por cada grupo de BCM es específicamente diseñado para ayudar a construir relaciones e impactar a los jóvenes de una manera positiva.

Día de construir T.E.A.M-Este es un día enfocado en que los participantes jóvenes y adultos comiencen a construir confianza y se conozcan uno al otro. Este día tomara lugar varias semanas antes del viaje extendido de una semana en la naturaleza.

Día 1- El primer día de la porción en la naturaleza traer al grupo junto mientras que los jóvenes y adultos se reúnen en la oficina de BCM para separar y recoger el equipo necesario y la comida. Después que el equipo y la comida son asignadas, el grupo maneja hacia el sendero del campamento. Después de acomodarse, la cena se arregla y la noche se usa para hablar acerca de los desafíos que bien.

Día 2-El Segundo día es el primer día en el sendero. La mañana se usa para empacar el campamento, enseñar a los jóvenes como empacar sus mochilas, y dejar en las vans cualquier cosa innecesaria en el bosque. A las mochilas se les dan un último ajuste y el grupo comienza el sendero para la porción del viaje en el bosque. La caminata en este día es corta y les da la oportunidad a todos de hacer ajustes necesarios y de acostumbrarse a sus mochilas. La cena de esta noche es bien merecida y usualmente hay tiempo suficiente para reír al caer la noche y los jóvenes se dan cuenta que tan silencio es en la naturaleza.

Día 3- El tercer día es dedicado a caminar. La mañana seguida es larga mientras los jóvenes se acostumbran a ‘romper campamento’ y empacar las mochilas en el aire fino de las montañas. El almuerzo es un descanso bienvenido y la caminata de la tarde es usualmente un poco corta. El destino para este día es una buena área para acampar por dos noches o un descanso antes de seguir adelante. Después que el campamento esta organizado y todos han comido, hay tiempo para versos, reflexión, y juegos divertidos antes que todos se duerman.

Día 4- El día cuatro es un tiempo de explorar sin el peso de las mochilas o una versión corta del día 3. Hoy el grupo tiene una mejor idea de que esperar uno de otro, y la mayoría han agarrado el ritmo de disfrutar la caminata y el escenario alrededor de ellos. El campamento es establecido usualmente cerca de un lago que ofrece poder pescar, nadar, y/o escalar una cumbre. El tiempo también ofrece al grupo la oportunidad compartir en actividades y practicar estresas como escribir en diarios, orientación, y pescar.

Día 5- El quinto día ve al grupo comenzar la caminata de regreso a la civilización. Dependiendo de el sendero, es significa retroceder los pasos del día cuatro o seguir el sendero para completar la vuelta de regreso al carro.

Día 6- La mañana del día seis, los jóvenes casi siempre levantados y empacados antes que los lideres para la caminata de regreso al carro. Ya de regreso alas acomodaciones de la ultima noche (varia basado en el lugar), el equipo se limpia y todos pueden tomar el baño tan anticipado. En la noche hay cena de premios donde los jóvenes son reconocidos por sus logros en el viaje. Todos hablan acerca de las hazañas y el escenario mágico de los cinco días pasados.

Día 7- En el ultimo día todos de regreso a casa. De regreso a la organización de los jóvenes, el equipo se regresa a la oficina de BCM, se dicen adiós y felicidades y las últimas fotos son tomadas.

“Enhancing the lives of under-resourced urban teens through transformative outdoor experiences”



Lista de equipo para viaje en Mochila *Jóvenes y Líderes de Jóvenes*

Días para viajar

- 1 cambio de ropa (calzones, camisa, calcetines, un par de shorts)
- Algo para leer
- CDs para compartir en el carro. Por favor no traigan CD's con lenguaje de profanidad, violencia, abusiva, o degradable.
- Una toalla chica o medina (opcional)
- Dinero para gastar (Dinero para gastar en regalos, dulces, etc.) **No mas \$20** (opcional)
- Artículos de cuidado femenino par alas mujeres

*Deje artículos de valor en su casa. Su ropa y equipo para viajar pueden ser guardados en n lugar inseguro.

Días de Naturaleza Salvaje

Las condiciones del clima varían de 30s en la noche a 90s durante el día. Capas de ropa son un DEBER. Es posible que aiga nieve y cellisca. El cambio para dormir consiste de camisa/calzetines/calzoncillos limpios.

- 1 par extra de zapatos atléticos, sandalias cerradas o zapatos acuáticos para cruzar tramos de agua y el campamento.
- 2 pares de calzones
- 1-2 sostenes de Spandex o nylon para las chicas
- 1 par de shorts (NO mezclilla - Nylon o material que se seca pronto es preferido)
- 1 par de pantalones largos (NO mezclilla - Nylon o material que se seca pronto es preferido)
- 1-2 camisas (material que se seca pronto es preferido)
- 1 camisa de manga larga
- 1 visor/cachucha para protegerse del sol
- 2 bandanas o pañuelos
- Artículos de cuidado personal (artículos de tamaño ejemplar: pasta de dientes, cepillo de dientes, desodorante, crema sin esencia si es necesario, productos de higiene femenina para las chicas)
- Protector para labios (algo como Blistex con bloqueador solar)
- Medicamentos recetados, si es necesario (en paquete con rotulo de farmacia). Inhalador extra para rescate si usa uno.



Artículos proveídos por BCM (dados para el viaje)

- 1 mochila de tamaño completo
- 1 bolsa de dormir
- 1 colchoncillo para dormir
- 1 tienda para acampar por cada 2-3 miembros del grupo
- 1 par de botas de Timberland (se pueden quedar con ellas después del viaje)
- 2 pares de calcetines (se pueden quedar con ellas después del viaje)
- 1 par de pantalones de vellón (calientitos)
- 1 chamarra de vellón (calientita)
- 1 chaleco de vellón (calientito)
- 1 pantalón y chamarra contra el agua
- Pantalón y camisa termales
- Guantes y gorra calientitos
- 1 taza, 1 cuchara, 1 plato hondo
- 2 botellas de agua