



ACAREG'24
FAZ A DIFERENÇA

Comunicado: N/Refª CA.03.24

Assunto: ACAREG'24 . Atividades

Data: 17 JUL 2024

Saudações Criaturas da Água,

Estamos a pouco mais de uma semana de nos encontrarmos em APZU, muito breve-mente iremos dar início ao treino que vos tornará dignos de serem Guardiões da Criação.

Existem alguns requisitos finais que devem preparar para a vossa jornada no ACAREG'24.

- Devem procurar ter uma **mochila**, prática para as atividades;
- Cada Biótopo, deve ter sempre consigo um **kit de Primeiros Socorros** saudavelmente preparado para uma atividade desta escala. (Considerem quais poderão ser as lesões mais comuns em acampamento e acautelem recursos);

É fundamental levar:

- **Material de escrita**
- **Orientação** (esquadro de coordenadas, régua, bússola, etc)
- **Uma das noites será fora de campo, pelo que se espera que a pernoita seja feita em abrigo.**

Devem levar:

- **Lonas**
- **Sisal ou corda**
- **Espias/estacas**
- **Material apropriado para a pernoita.**

É importante garantirmos algum conforto para podermos descansar.

- Existirá também um treino aquático (material):

- **Toalha**
- **T-shirt**
- **Fato de banho*/calção de banho**
- **Calçado de água ou que possam molhar**
(não podem fazer o treino descalços ou de chinelos)

*É obrigatório as raparigas usarem calções por cima do fato de banho.

Fogo de Conselho

Irá realizar-se antes da Festa de APZU um momento mais intimista em que se propõe a realização de um “Fogo de Conselho”. Cada **Afluente**, deverá preparar uma **dinâmica** (Encenação, música, jogo, grito, etc), com um **máximo de 6 min**.

Atenciosamente,

Assembleia de Supremos de Apzu

