

english &  
action

ORIENTAÇÕES  
GERAIS





## PARABÉNS PELA ESCOLHA!

Este folheto é mais uma contribuição do NR para o sucesso da viagem. É um documento complementar à Ficha de Saúde e deverá ser lido na íntegra, para que a estada no NR seja muito prazerosa e bem aproveitada.

Com uma infraestrutura completa, o NR oferece as mais divertidas opções de lazer. Todas as atividades são coordenadas pela melhor equipe de monitores do Brasil, que tornará inesquecível a estada no NR.

O NR existe para você!

[nr.com.br](http://nr.com.br) | [assessoria@nr.com.br](mailto:assessoria@nr.com.br) | 11 5090 7419



## ATIVIDADES NR



<b>Atividades radicais e aquáticas</b>	mega tirolesa · parede de escalada · <i>hover board</i> · caiaque · trilha seca · piscina aquecida · touro mecânico · cama elástica
<b>Atividades esportivas</b>	<i>flag football</i> · futebol · <i>cricket</i> · vôlei · handebol · basquete · queimada · <i>baseball</i> · <i>rugby</i>
<b>Atividades em grupos</b>	gincanas · festas temáticas
<b>Jogos de Salão</b>	ping-pong · tamancobol · pebolim

**Você sabia que o NR tem várias opções de viagens para Férias de Janeiro e Julho?**



**Entre em contato com a gente!**

**Férias no NR**

**NR**  
INTERCÂMBIO



## IMPORTANTE

As atividades do NR seguem rigorosos padrões de segurança, promovendo convivência saudável entre os alunos e o aproveitamento das belezas naturais do local, sendo essencial que as regras sejam cumpridas para garantir uma estada tranquila e o melhor aproveitamento da viagem.

Senhores pais: caso o(a) aluno(a) tenha restrições à qualquer atividade, seja por motivos físicos (doenças, incapacidades ou avaliação médica) ou emocionais (medo, insegurança ou psicológico), pedimos que seja comunicado à escola para que o responsável da viagem o acompanhe durante as atividades.



## O QUE LEVAR?

### SUGESTÃO PARA 3 DIAS DE VIAGEM (MASCULINO E FEMININO)

#### CAMA

- 1 cobertor
- 1 fronha
- 2 lençóis
- 1 travesseiro
- 1 pijama



#### VESTUÁRIO DIÁRIO

- 5 camisetas
- 2 calças jeans
- 2 conjuntos de moletom (calça e blusa)
- 5 pares de meias
- 2 shorts ou bermudas
- 2 pares de tênis
- 5 roupas íntimas
- 1 casaco

#### BANHO E PISCINA

- 1 toalha de banho
- 1 toalha de rosto
- 1 toalha de piscina
- 1 sandália de borracha
- 2 maiôs ou biquínis

#### MATERIAL DE USO PESSOAL

- 1 lanterna com pilhas
- 1 saco para roupa suja
- sabonete e saboneteira
- pente ou escova de cabelos
- creme dental e escova de dentes
- shampoo e condicionador
- desodorante
- protetor solar
- repelente
- squeeze/garrafa para água*



## EVENTOS TEMÁTICOS

### FUTURE CAREER PARADE

Todo mundo já sonhou com o que quer ser quando crescer, então essa é a nossa celebração das diferentes profissões e sua contribuição para tornar o mundo melhor!

Traje indicado: roupas ou adereços de profissões.

### COUNTRY PARTY

Vamos aproveitar um verdadeiro *hoedown* com danças típicas, jogos tradicionais e muitos elementos da cultura country dos Estados Unidos!

Traje indicado: roupas de *cowboy/cowgirl*.



## INFORMAÇÕES GERAIS

### ENTRADA E SAÍDA

Consulte a escola para local e horários de embarque e retorno.

### IDENTIFICAÇÃO DE PERTENCES PESSOAIS

Aconselhamos identificar todas as peças de roupas e materiais de uso pessoal com as iniciais ou nome do aluno.

### OBJETOS ESQUECIDOS

Todos os objetos esquecidos no NR, se encontrados, ficarão à disposição no resort visitado por 30 dias. Após este prazo serão encaminhados para instituições de caridade. Para resgatar um objeto esquecido acesse o site [nr.com.br/serviços](http://nr.com.br/serviços) e preencha o formulário específico para este fim.

### OBJETOS DE VALOR

Desaconselhamos levar: telefone celular, jóias, relógios e quaisquer outros objetos de valor. O NR não poderá se responsabilizar por estes objetos e enfatizamos que os mesmos não serão necessários para o evento.

### DINHEIRO

No NR há uma cantina e uma boutique para venda de camisetas, bonés e outros souvenirs. Verifique com a escola se os alunos estão autorizados a levar dinheiro. Consulte o site [nr.com.br/loja](http://nr.com.br/loja) para informar-se sobre produtos disponíveis e valores. Verifique, também, a necessidade de levar dinheiro para uma eventual parada durante o percurso. Despesas pessoais são de responsabilidade do aluno.

### FOTOS NA INTERNET

As fotos publicadas no site [nr.fotop.com.br](http://nr.fotop.com.br) e, também, em nossas redes sociais, servem para registro do evento e para que os familiares saibam que está tudo bem com o grupo e que todos estão se divertindo. Para estas plataformas não realizamos um serviço personalizado de acompanhamento fotográfico dos viajantes ou escolas e não existe a opção de download gratuito. O álbum de fotos possui uma senha exclusiva do evento que será enviada próximo a data da viagem para o organizador responsável do grupo. Solicite a senha para o mesmo.

### NR MEMORIES

Guarde as melhores recordações da viagem comprando o serviço de Fotos NR Memories. Com ele, o aluno é identificado com uma pulseira, tira quantas fotos quiser e os pais recebem todas as fotos em alta resolução direto no e-mail ou no aplicativo. Saiba mais em [nr.com.br/memories](http://nr.com.br/memories).

### COMUNICAÇÃO

Telefones celulares não têm bom funcionamento em razão da situação geográfica do NR. A família poderá obter informações sobre a estada do acampante através de contato com a escola. Telefonemas particulares deverão ser solicitados à coordenação do NR.

Não serão permitidas visitas aos alunos durante sua estada no NR.

### ANIVERSÁRIOS

Os aniversários que ocorrerem durante a estada do grupo serão comemorados no NR em um momento específico da programação.

### CONDUTA

As ações no NR devem sempre buscar a preservação da vida, da natureza e da infraestrutura que estará à disposição para proporcionar aos formandos uma estada inesquecível. Não é permitido o consumo de bebidas alcoólicas, fumo ou drogas de qualquer espécie. Havendo transgressão das regras e normas de convivência durante o evento por parte do aluno, os pais/responsáveis serão acionados e terão a responsabilidade de providenciar a retirada imediata do aluno do evento.

## SAÚDE

A Ficha de Saúde deverá ser completa e corretamente preenchida pelos pais/responsáveis do aluno, com letra legível e entregue com antecedência ao responsável da viagem, em data próxima ao embarque para que as informações nela contidas estejam atualizadas.

**É imprescindível que a Ficha de Saúde seja acompanhada de uma cópia simples do RG ou da Certidão de Nascimento do aluno.**

Só embarcarão os alunos que tiverem apresentado a ficha preenchida. Não devolver a ficha ao NR.

O NR possui enfermaria com atendimento 24 horas, medicamentos de uso geral e materiais para pequenos curativos.

Remédios que o aluno deverá tomar durante o período do evento deverão ser levados em quantidade suficiente, com as devidas prescrições e entregues ao responsável do grupo, que ficará de posse dos mesmos, e terá a responsabilidade pela administração.

Todos os alunos estão cobertos por um seguro viagem para assistência médica que cobrirá eventuais custos com acidentes no período da viagem ao NR até o valor de R\$ 10.000,00.

Caso o aluno faça uso de medicação cuja administração dependa da assistência de profissional da saúde, o responsável pelo grupo terá a responsabilidade de entregar a devida prescrição à equipe de enfermagem do NR, que fará a administração, sempre na presença do responsável pelo grupo. Tal informação deverá ser previamente informada à equipe do NR, com ao menos 5 dias de antecedência, para que o NR possa avaliar se a administração tal qual prescrita é viável dentro da estrutura de enfermagem disponível no estabelecimento.

O serviço de assistência médica não cobrirá despesas no caso de:

- Tratamentos e serviços suplementares decorrentes de acidentes, doenças ou lesões pré-existentes à contratação do seguro, de conhecimento do segurado e não declaradas no momento da contratação, inclusive as congênitas.
- Tratamentos e serviços suplementares executados em função de acidentes gerados por infração do aluno às regras gerais e normas de segurança do NR.
- Tratamento de moléstias ou estados patológicos provocados pela ingestão de drogas, entorpecentes ou psicotrópicos, uso de bebidas alcoólicas ou remédios sem receita médica.
- Tratamentos e serviços suplementares ocasionados na origem da viagem.
- Tratamentos e serviços suplementares executados após o término da viagem, mesmo que em continuidade ao tratamento iniciado no NR.

Os alunos estarão aos cuidados e sob a responsabilidade do acompanhante responsável da escola/grupo, inclusive para tomadas de decisão sobre sua saúde. O aluno poderá ser medicado com os remédios citados na ficha de saúde e, também, receber atendimento de primeiros-socorros e encaminhamento hospitalar, se necessário.

O NR está localizado na cidade de Sapucaí Mirim, estando a base de SAMU MG mais próxima situada em Paraisópolis, há 30 km de distância. O Posto de Saúde Municipal de Sapucaí Mirim dispõe de ambulância de plantão (Indicação nº 015/2015), a qual será acionada prioritariamente em caso de necessidade. Na ausência da ambulância, o NR pode optar por acionar o SAMU ou transportar o aluno, em veículo próprio, ainda que não destinado ao atendimento à saúde, à unidade de saúde mais próxima.

No caso de ocorrência de doença contagiosa e/ou de caráter severo, ocorrendo a indicação médica que determine repouso e/ou atendimento médico especializado os pais/responsáveis serão acionados e terão a responsabilidade de providenciar a retirada imediata do aluno do evento.





## LOCALIZAÇÃO E CLIMA

O NR está localizado na Serra da Mantiqueira no município de Sapucaí Mirim/MG - perto de Campos do Jordão/SP.

A Serra Mantiqueira é o 8º local mais insubstituível do planeta, segundo um estudo feito pela International Union for Conservation of Nature (União Internacional para Conservação da Natureza).

A região apresenta clima tropical de altitude, com sol forte durante o dia (recomenda-se o uso de boné e protetor solar) e temperaturas mais amenas à noite.

De \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 20\_\_\_\_ a \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 20\_\_\_\_



Observações: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ao enviar seu filho(a) ao NR você concorda com estas orientações gerais e com os termos de nosso contrato, disponível em [nr.com.br/servicos](http://nr.com.br/servicos).



english &  
action

viva esta experiência!  
[nr.com.br/english](http://nr.com.br/english)



NROFICIAL



NROFICIAL



NRACAMPAMENTOS