

JULHO  
2026



**KIDS** **TEENS** **KIDS & TEENS**

**NR**



CAUSE UMA BOA IMPRESSÃO, IMPRIMA MENOS!

# PARABÉNS PELA ESCOLHA

## Seja bem-vindo ao NR!

Este Guia do Acampante foi feito especialmente pensando nas dúvidas e nos pontos mais importantes para que a estada no NR seja muito prazerosa e bem aproveitada. **É fundamental que seja lido com atenção, uma vez que é parte integrante do [contrato de prestação de serviços](#) para a temporada de férias.**

Com a maior e mais completa infraestrutura da América Latina, o NR oferece 5 refeições diárias, 1 monitor para em média 7 acampantes e as mais divertidas opções de lazer, em suas duas unidades.

Os monitores são criteriosamente selecionados e formados para compor a melhor equipe de monitoria do Brasil, que estará com o acampante em todos os momentos, tornando inesquecível sua estada no NR.

As ações de todos os acampantes do NR devem sempre buscar a preservação da vida, da natureza e da infraestrutura que estará à disposição para proporcionar a todos férias inesquecíveis. Não é permitido o consumo de bebidas alcoólicas, fumo ou drogas de qualquer espécie.

Caso haja interrupção da temporada por qualquer motivo, o acampante **NÃO** terá direito a qualquer tipo de devolução referente aos dias não gozados no acampamento. Caso haja necessidade particular de ida e/ou volta de um acampante durante a temporada, as viagens ficarão sob a responsabilidade dos responsáveis. Isso só será permitido em casos muito especiais, mediante autorização da direção do NR.

### CHECK-LIST PARA A VIAGEM:



- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Documentos para Embarque (pág. 12)  | <input type="checkbox"/> Autorização da Cantina/Boutique (pág. 8) |
| <input type="checkbox"/> Identificação de pertences (pág. 6) | <input type="checkbox"/> Medicamentos e ficha de medicação        |
| <input type="checkbox"/> Lanchinho para os deslocamentos     | (pág. 14)   |



[nr.com.br/ferias](http://nr.com.br/ferias)

11 5090-7419 | [ferias@nr.com.br](mailto:ferias@nr.com.br)

# ÍNDICE

	ATIVIDADES	4
	O QUE LEVAR?	5
	ROUPAS PARA AS FESTAS	6
	IDENTIFICAÇÃO DE PERTENCES	6
	SERVIÇO DE LAVANDERIA	7
	OBJETOS DE VALOR	7
	OBJETOS PERDIDOS	7
	SERVIÇO DE CANTINA	8
	COMUNICAÇÃO COM ACAMPANTE	9
	ANIVERSARIANTES	9
	FOTOS E VÍDEOS	10
	NR MEMORIES FÉRIAS	11
	PEDIDO DE QUARTO - TURMA NR	12
	DOCUMENTOS PARA EMBARQUE	12
	INTERRUPÇÃO DA TEMPORADA	13
	CONDUTA	13
	SAÚDE DO ACAMPANTE	13
	DEPARTAMENTO MÉDICO	14
	SEGURO-VIAGEM	14
	EMBARQUE E DESEMBARQUE	15



As atividades do NR são executadas seguindo padrões e normas de segurança. As regras e normas das atividades devem ser rigorosamente seguidas pelos acampantes para que tenham uma estada tranquila e um ótimo aproveitamento da viagem. Senhores responsáveis: por favor, informem na Ficha de Saúde as atividades que seu(sua) filho(a) não está autorizado(a) a participar. Durante as temporadas, são realizados torneios esportivos com premiações para os primeiros colocados. A participação é **sempre facultativa**.



## ATIVIDADES ESPORTIVAS

futebol / vôlei / basquete / futebol americano / taco / +



## ATIVIDADES AQUÁTICAS

caiaques / piscinas / pescaria / polo aquático / toboágua / ofurô / *stand up paddle* / +



## ATIVIDADES RECREATIVAS

gincanas / baladas / festas temáticas / *ping-pong* / pebolim / +



## ATIVIDADES CULTURAIS

teatro / dança / sala de arte / marcenaria / revista / culinária / +



## ATIVIDADES DE AVENTURA

mega tirolesa / *slackline* / parede de alpinismo / *hover board* / trilha / +



## OUTRAS ATIVIDADES

touro mecânico / cama elástica / *skate* / zoológico de répteis / fotografia / bicicleta / +

As atividades / programação estão sujeitas a alterações sem prévio aviso. Algumas atividades são exclusivas de determinada unidade.

# O QUE LEVAR?



A quantidade de itens a serem levados é para toda a temporada e pedimos não exceder a quantidade sugerida. Para os períodos de 14 ou 21 dias, basta aumentar um ou dois itens no vestuário diário, pois temos serviço de lavanderia.

**ATENÇÃO:** Sugerimos que roupas, calçados, objetos e acessórios que forem levados pelo acampante sejam de baixo valor, visto que o NR não arcará com o custo de nenhum tipo de peça caso ocorram perdas, danos ou extravios.

**Dica NR:** Utilize as caixas ao lado de cada item de “O que levar?” para “ticar” os itens providenciados para a viagem.

## CAMA

- 1 cobertor quente
- 1 fronha
- 1 jogo de lençol por semana\*
- 1 pijama quente

## PARA USO PESSOAL

- 1 lanterna com pilhas
- sabonete e saboneteira
- creme dental
- escova de dentes
- desodorante
- shampoo e condicionador
- pente/escova de cabelos
- protetor solar
- manteiga de cacau
- secador de cabelos (220v) - opcional

**Voltagem:** 220V

**Somente no Teens:** Raquetes e bolinhas de *beach tennis* podem ser levadas (devidamente identificadas)

## BANHO E PISCINA

- 2 toalhas de banho
- 1 toalha de rosto
- 1 par de chinelos tipo “havaianas”
- 1 toalha para piscina
- 1 roupão (opcional)
- 2 maiôs, biquínis ou sungas
- 1 touca de banho

## VESTUÁRIO DIÁRIO

- 8 camisetas
- 2 pares de tênis
- 8 pares de meias
- 4 calças compridas
- 4 moletons
- 6 shorts ou bermudas
- 1 boné
- 1 par de chuteiras (opcional)
- 6 ou + calcinhas / sutiãs ou cuecas
- luva / gorro / cachecol /  
1 jaqueta tipo “puffer”

*\*Em caso de enurese noturna, aumentar a roupa de cama e enviar forro de colchão.*

O NR emprestará travesseiros aos acampantes.

## ROUPAS PARA AS FESTAS



<input type="checkbox"/>	<b>KIDS</b> NR - Sapucaí-Mirim 6 a 12/7	<b>FESTA JUNINA</b>	Camisa xadrez, vestido, saia ou calça e chapéu de palha. O arráia vai ser bão demais!
<input type="checkbox"/>	<b>KIDS</b> NR - Sapucaí-Mirim 13 a 19/7	<b>FESTA À FANTASIA</b>	Não esqueça de levar sua fantasia!
<input type="checkbox"/>	<b>TEENS</b> NR - Santo Antônio do Pinhal 6 a 12/7	<b>COPA DO NR</b>	Traga sua camiseta do Brasil ou da sua seleção favorita e vem pra Copa do NR!
<input type="checkbox"/>	<b>TEENS</b> NR - Santo Antônio do Pinhal 13 a 19/7	<b>FESTA FUTURISTA</b>	Use sua imaginação sobre o tema!
<input type="checkbox"/>	<b>KIDS &amp; TEENS</b> NR - Santo Antônio do Pinhal 20 a 26/7	<b>FESTA JUNINA</b>	Camisa xadrez, botas, chapéu e calça jeans.

### OUTROS TRAJES:

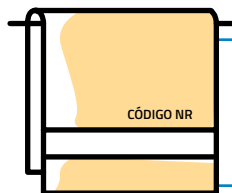
- Café da manhã do pijama:** Um pijama bem legal, pantufa ou chinelo.
- Almoço das torcidas:** Camiseta do seu time do coração.
- Zim Color:** Camiseta branca.

## IDENTIFICAÇÃO DE PERTENCES



A organização do NR fornecerá um código único e intransferível para o acampante identificar adequadamente suas roupas e objetos pessoais, sendo isso de extrema importância para evitar extravios. Você encontra esse código no nosso site, [ferias.nr.com.br](http://ferias.nr.com.br), como "Código do Acampante".

Sugerimos abaixo os locais adequados e uso da caneta para tecido ou etiqueta termoadesiva. **(Para eficácia da ação, marque as roupas com, no mínimo, 24 horas de antecedência do embarque).**

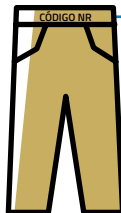


Identifique as  
toalhas, lençóis  
e fronhas.



Os calçados devem ser  
marcados na parte interna.

Escreva o código do  
acampante nas etiquetas  
das camisetas, camisas,  
malhas e agasalhos.



Colocar o código  
NR nos shorts,  
bermudas, cuecas,  
calcinhas, calças  
e maiôs também.

## SERVIÇO DE LAVANDERIA



O serviço de lavanderia que o NR oferece é diário e não tem custo adicional. Sugerimos que roupas delicadas (tecidos finos, decoradas com pedras, etc.) não sejam enviadas para lavagem. A lavanderia do NR possui equipamento industrial e não nos responsabilizaremos por eventuais danos que possam acontecer a essas roupas.

**ATENÇÃO:** Não são lavadas roupas grossas, pesadas (casacos, roupa de cama, etc.) e roupas sem marcação.

## OBJETOS DE VALOR



Jóias, relógios, telefone celular, ipod e similares não são usados na temporada no NR e não devem ser levados. Caso isso ocorra, o NR **NÃO** se responsabilizará pelos mesmos.

Se levado, o telefone celular será recolhido ao chegar e devolvido somente na hora do embarque de retorno.

**ATENÇÃO:** Não levar patins, skate e similares.



## OBJETOS PERDIDOS



Os objetos esquecidos e localizados estarão disponíveis durante o período de **18/8 até 30/9/2026** no escritório NR, em SP. Entre em contato através do WhatsApp:

**11 5090-7419.** Após esta data, os itens serão doados a entidades beneficentes.

**ATENÇÃO:** O NR **NÃO** arcará com custo de nenhum tipo de vestimenta ou objetos caso ocorram perdas, danos ou extravios.

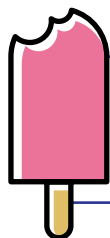
## SERVIÇO DE CANTINA



Caso o responsável deseje, o acampante poderá utilizar a Cantina / Boutique NR durante a temporada de férias.

A autorização será realizada através do nosso site: [ferias.nr.com.br](https://ferias.nr.com.br)

O limite autorizado terá como objetivo cobrir eventuais gastos com:

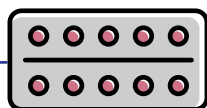


Consumo de refrigerantes, sucos, doces, sorvetes, etc.

Aquisição de material de uso pessoal (pilhas, escova de dentes, absorventes, etc.)



Medicamentos de uso individual e contínuo.



Eventuais lembranças da boutique (chaveiros, bonés, camisetas, etc.)



Portanto **NÃO** é necessário levar dinheiro ao NR. Caso isso ocorra, o mesmo será recolhido no primeiro dia e entregue ao final da temporada, quando do retorno do acampante.

As despesas efetuadas poderão ser acompanhadas através de extrato, que se encontra no site da cantina, após login em sua conta.

O consumo de alimentos, guloseimas, chocolates e outros somente poderá ser feito a partir do serviço da cantina, para que se preserve a segurança alimentar dos acampantes.

Solicitamos, então, que o acampante não leve produtos que não sejam os que irá consumir durante a viagem de ida ao NR. Caso isso ocorra, o excedente será guardado durante a temporada e devolvido no momento do embarque de retorno.

## COMUNICAÇÃO COM ACAMPANTE



A comunicação com os acampantes se dará através de um sistema próprio do NR.

É imprescindível que todas as pessoas que tenham a intenção de se comunicar com algum acampante façam o cadastro.

**O responsável do acampante cadastrado pode realizar sua inscrição no sistema de comunicação através do nosso site [ferias.nr.com.br](https://ferias.nr.com.br)**

Para os demais familiares e amigos, acesse o documento em: [bit.ly/mensageria temporadadeferias](https://bit.ly/mensageria_temporadadeferias)

**ATENÇÃO:** telefonemas não são permitidos, exceto autorizados pela direção do NR.

## ANIVERSARIANTES



Aniversários que ocorrerem durante a temporada serão comemorados no NR em momento específico da programação.

No dia do aniversário, o acampante poderá receber telefonema dos familiares.

Para isso, basta entrar em contato com um de nossos WhatsApps de atendimento e combinar o melhor horário.

**11 5090-7419**

**ATENÇÃO:** Não serão permitidas visitas.



Desde Julho 2023, para que as fotos de nossas Temporadas sejam vistas, implementamos a proteção com uma senha, **que será fornecida pelo nosso time de atendimento no primeiro dia da Temporada de Férias.**

Esse procedimento visa proteger a imagem de nossos acampantes.

Você também pode acompanhar nossas temporadas através das redes sociais



**PARA FOTOS ACESSE:** [nr.fotop.com.br](https://nr.fotop.com.br)

Selecione a temporada desejada e digite sua senha.

The screenshot shows the Fotop website interface. At the top, there is a navigation bar with the Fotop logo and icons for user profile and shopping cart. Below the navigation bar is a search bar with the text "FIND AN EVENT." and a search icon. To the right of the search bar is a filter section labeled "FILTER BY DATE:" with a dropdown menu "SELECIONE A DATA...". The main content area features a section titled "Últimos eventos fotografados!" with the subtitle "Escolha abaixo o evento e em seguida procure sua foto." Below this section are four event cards, each with a photo and a lock icon in the top right corner. The cards are: 1. "NR Summit 2025" with a photo of a group of people in blue shirts. 2. "NR ADJ 21 a 26/01/25" with a photo of people in white hoodies. 3. "NR Kids & Teens, Film Academy, NRB e NRW" with a photo of two young girls. 4. "NR Teens - 13 a 19/01/25" with a photo of two young men and a "teens" sign. Each card has a "search your photo" button below it. At the bottom of the screenshot, there are more event cards partially visible.

OBS: A comercialização das fotos é de responsabilidade da Fotop. Informações e dúvidas: [fotop.com.br/fotos/paginas/contato](https://fotop.com.br/fotos/paginas/contato)

**SUPER NOVIDADE:** Agora você pode adquirir as fotos do acampante de maneira muito mais rápida com o **NR Memories Férias\***.

\*Mais informações sobre o produto na página 11



Pensando em proporcionar a melhor experiência para você, apresentamos o **NR Memories Férias!** Com ele, você pode visualizar e baixar as fotos do acampante de maneira muito mais rápida. Ao adquirir o Pacote NR Memories Férias, você recebe um aviso automaticamente sempre que as fotos do acampante forem colocadas em nosso site.

## Quais as vantagens?

- Economizará tempo procurando o acampante nas fotos;
- Terá acesso a TODAS as fotos sem marca d'água e em alta resolução;
- Fácil download e compartilhamento das imagens.

## Como posso adquirir?

Para adquirir o Pacote NR Memories Férias, acesse:

[nr.com.br/memories-ferias-no-nr/](http://nr.com.br/memories-ferias-no-nr/)

## Como funciona o sistema da Fotop?

Após realizar a compra do Pacote NR Memories Férias, você receberá um e-mail com as instruções de como enviar a uma foto de rosto do acampante para o sistema e como utilizar o aplicativo.

Baixe o Aplicativo do Fotop AppStore ou Google Play e tenha mais praticidade em compartilhar essas fotos com quem você quiser! Pelo aplicativo, é possível compartilhar suas fotos nas redes sociais, como Instagram, Facebook ou enviar pelo WhatsApp, com apenas um clique.

## SAIBA MAIS:

TUTORIAL COMPLETO  
COMO ADQUIRIR O

NR  
MEMORIES

Férias  
no NR

Clique na imagem acima para acessar  
o tutorial completo de:  
COMO ADQUIRIR O NR MEMORIES FÉRIAS

## GARANTA SEU PACOTE!

### FAÇA DOWNLOAD

Disponível para Android e iOS



CLIQUE AQUI!



CLIQUE AQUI!



## INTERRUPÇÃO DA TEMPORADA



Havendo a interrupção da temporada, por qualquer motivo, o acampante **NÃO** terá direito a qualquer tipo de devolução referente aos dias não gozados no acampamento. Caso haja necessidade particular de ida e/ou volta de um acampante durante a temporada, as viagens ficarão sob responsabilidade dos responsáveis. Isso só será permitido em casos muito especiais, mediante autorização da direção do NR.

## CONDUTA



As ações no NR devem sempre buscar a prática saudável do esporte, preservação da vida, da natureza e da infraestrutura que estará à disposição para proporcionar a todos os acampantes uma estada inesquecível. Não é permitido o consumo de bebidas alcoólicas, fumo ou drogas de qualquer espécie.

## SAÚDE DO ACAMPANTE



A Ficha de Saúde é um documento extremamente importante e, se não preenchido na íntegra, impedirá que a inscrição seja finalizada.

No caso de necessidade de alteração de algum dado na ficha de saúde, a mesma pode ser feita através do nosso site.

**ATENÇÃO:** Recomendamos fortemente a verificação de vacinas, visando o bem estar do acampante e demais.

Somente deverão embarcar para o NR crianças que estiverem em perfeito estado de saúde no dia do embarque. Qualquer dúvida poderá ser esclarecida com o departamento médico do NR. No caso de ocorrência de doença contagiosa ou de caráter severo durante o acampamento, os responsáveis serão contatados e deverão buscar o acampante na temporada.

Em caso de febre ou doenças infectocontagiosas, o acampante será colocado sob cuidados do departamento médico, para melhor acompanhamento e tratamento. Para evitar contaminações e permitir o acompanhamento pelas equipes de enfermagem e médica, pacientes com febre serão acomodados em alojamentos especiais, mais próximos do Departamento Médico.

## DEPARTAMENTO MÉDICO



O NR possui departamento médico que conta com enfermagem e um médico em período integral.

A enfermaria dispõe de medicamentos de uso geral, bem como materiais para pequenos curativos.

Serão cobrados materiais e medicamentos específicos, se utilizados continuamente durante a temporada.

O acampante não poderá ter medicamentos em seu poder.

Medicamentos específicos que o acampante tenha que tomar durante sua estada deverão ser identificados e entregues à enfermeira, no local e horário de embarque, contendo por escrito as orientações sobre sua administração, conforme ficha de medicamento encontrada em: [bit.ly/controlademedicamentos-temporadadeferias](https://bit.ly/controlademedicamentos-temporadadeferias)

**ATENÇÃO:** medicamentos que requeiram prescrição médica serão ministrados somente se acompanhados da receita médica.

## SEGURO-VIAGEM



Todo acampante terá a seu dispor um serviço de assistência médica, que cobrirá eventuais custos com acidentes no período em questão.

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

- Tratamentos clínicos não decorrentes de acidentes (ex.: gripe, inflamação de garganta, alergias, etc.)
- Tratamentos e serviços suplementares executados em função de acidentes gerados por infração do acampante às regras gerais e normas de segurança do acampamento.
- 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 (preexistência)
- Tratamentos e serviços suplementares executados após o término da viagem, mesmo que em continuidade ao tratamento iniciado no NR.

# EMBARQUE E DESEMBARQUE



## DATAS E HORÁRIOS

EMBARQUE			
Temporada - local - data	Dia - horário		Local de embarque
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 6 a 12/7	6/7 segunda	a partir das 7h	Av. Otto Baumgart, 500 - Vila Guilherme - em frente à loja Decathlon Lar Center
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 13 a 19/7	13/7 segunda	a partir das 7h	
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 6 a 12/7	6/7 segunda	a partir das 7h	
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 13 a 19/7	13/7 segunda	a partir das 7h	
<b>Kids &amp; Teens / NRB / NRV / Film Academy</b> NR Sto. A. do Pinhal - 20 a 26/7	20/7 segunda	a partir das 7h	

DESEMBARQUE			
Temporada - local - data	Dia - horário		Local de desembarque
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 6 a 12/7	12/7 domingo	a partir das 11h30	Av. Otto Baumgart, 500 - Vila Guilherme - em frente à loja Decathlon Lar Center
<b>Kids</b> NR Sapucaí-Mirim - 13 a 19/7	19/7 domingo	a partir das 11h30	
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 6 a 12/7	12/7 domingo	a partir das 12h	
<b>Teens</b> NR Sto. A. do Pinhal - 13 a 19/7	19/7 domingo	a partir das 12h	
<b>Kids &amp; Teens / NRB / NRV / Film Academy</b> NR Sto. A. do Pinhal - 20 a 26/7	26/7 domingo	a partir das 11:30	

## LOCAIS DE EMBARQUE E DESEMBARQUE

**ATENÇÃO:** Os horários de embarque e desembarque serão reforçados para os responsáveis por WhatsApp e e-mail. Em caso de dúvidas, ligue para: **11 5090-7419.**

Cada ônibus possui um **horário específico** de embarque e desembarque. Clique nos links ao lado para ter informações de [embarque](#) ou [desembarque](#).

## INFORMAÇÕES IMPORTANTES



Todos os acampantes só embarcarão com a entrega da **Autorização de Viagem + Documento de Identificação com foto**. Para mais informações, leia o tópico “Documentos para Embarque” na página 12 deste guia.

---



Deverão estar no local do embarque o acampante juntamente com um responsável, com antecedência mínima de 30 minutos. **A tolerância para o embarque é de 15 minutos**, após a tolerância os presentes seguirão viagem ao destino.

---



Os **remédios devem ser entregues para a enfermeira** da unidade no local do embarque, juntamente com a **ficha impressa de como ministrá-los**. Para mais informações leia o tópico “Departamento Médico” na página 14 deste guia.

---



Sugerimos que o acampante leve um lanche para a viagem de ida, pois não há parada programada.

---



Todas as malas seguirão nos respectivos ônibus dos acampantes.

---



Dúvidas e outras informações acesse o nosso site [temporada.nr.com.br](http://temporada.nr.com.br) ou ligue para **11 5090-7419**.

---



Em caso de atraso, por qualquer motivo, fica por conta da família o transporte do acampante até a unidade.

---



Os acampantes que forem levados diretamente ao acampamento deverão chegar entre 11h e 13h e serão recepcionados na portaria, onde deverão ser deixados pelos responsáveis.

---



Os pais que forem buscar seus filhos, deverão chegar ao acampamento até as 9h.