

CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ

International Scout Centre



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

INDICE

1. Apresentação

2. Atividades – Realidade

- 2.1-Trilho Sinalizado do Urzal;
- 2.2-Trilhos Selvagens;
- 2.3- Castelo de Santa Cruz;
- 2.4- Concelho de Arcos de Valdevez;
- 2.5- Bem Preparados.

3.- Atividades – Imaginário

- 3.1- Campismo;
- 3.2- Módulos Acantonamento;
- 3.3- Módulos Comuns - Acampamento e Acantonamento.

4.- Atividades – Realidade no Imaginário

- 4.1- Programa “Cosmos”;
- 4.2- Programa “Terra”;
- 4.3- Videoteca.

5.- Instalações e Infra-Estruturas

5.1- Planeta Terra – Área Externa

- 5.1.1- Pórtico de Entrada;
- 5.1.2- Panóplia de Bandeiras;
- 5.1.3- As Nossas Arvores (mostra viva didática).

5.2 Área Interna – “Espaço”

5.2.1- Campismo;

- 5.2.1.1- Sub-Campos;
- 5.2.1.2- Estendais.

5.2.2- Módulos de Apoio ao Campismo;

- 5.2.2.1-Eagle – Modulo de refúgio, confeção e toma de refeições;
- 5.2.2.2- Challenger – Modulo de Acondicionamento e conservação a frio dos alimentos.



5.3- Acantonamento - ISS Estação Internacional Espacial Imaginário do CEAV

5.3.1- Galáxi – Módulos Femininos

- 5.3.1.1- Módulo de Acoplagem;
- 5.3.1.2- Eilien Collins – Módulo de Controlo (administração);
- 5.3.1.3- Saly Ride – Módulo de Descanso, 6pax;
- 5.3.1.4- Susan Helms – Módulo de Descanso, 20pax.

5.3.2- Galileu – Módulos Masculinos

- 5.3.2.1- Módulo de Acoplagem;
- 5.3.2.2- John Glen – Módulo de Apoio;
- 5.3.2.3- Buzz Aldrin – Módulo de Descanso, 6pax;
- 5.3.2.4- Neil Armstrong – Módulo de Descanso, 20pax;

5.4- Módulos Comuns

Campismo ou Acantonamento

- 5.4.1- Zero Gravit – Módulo Principal Polivalente, 52
Pessoas;
- 5.4.2- Zvezda – Módulo de Serviço Alimentar;
- 5.4.4- Destiny – Módulo Masculino de Higiene e
Descontaminação Externa;
- 5.4.5- Columbus – Módulo Feminino de Higiene e
Descontaminação Interna;
- 5.4.6- Zária 1 – Módulo de Energia Renovável do Planeta
Terra;
- 5.4.7- Zária 2 – Módulo de Acondicionamento de
Equipamentos de Manutenção e Segurança;
- 5.4.8- Mars 500 e Mars One – Módulos de Refúgio e
Convívio, 16 pessoas;
- 5.4.9- Apolo 11 – Módulo Informativo e Interpretativo;
- 5.4.10- Kibo – Módulo de Higiene e Descontaminação de
Equipamento Alimentar e Roupas;
- 5.4.11- Rio Frio – Módulo de Energia Renovável do Planeta
Terra;
- 5.4.12- Horta Biológica - Módulo Didático com Plantas
Hortícolas e Aromáticas, Miniatura de horta no
longínquo século XXI terrestre (era de Cristo).



5.5- Elementos Escultóricos e Infra-estruturas de Apoio

- 5.5.1- Fuguetão;
- 5.5.2- Cruz de Cristo;
- 5.5.3- Altar do Universo;
- 5.5.4- Pira do Fogo do Conselho;
- 5.5.5- Chuveiros de Exterior;
- 5.5.6- Pontos de Água;
- 5.5.7- Churrasqueira;

6.- Segurança e Manutenção

- 6.1- Plano de Segurança e Evacuação do CEAV;
- 6.2- Informações Essenciais;
- 6.3- Equipamento

7.- Vigilância

- 7.1- Câmaras de Vigilância.

8.- Missas Dominicais – Horários

9.- Como Chegar

10.- Contactos Uteis

11.- Aquisição de Bens de Consumo

12.- Regulamento do CEAV

13.- Tabela Normativa de Contributos

14.- Contactos

Anexo 1 - Plano de Segurança

e Evacuação do CEAV

Anexo 2 – Apêndices ao Plano de Segurança e Evacuação do CEAV

Anexo 3 – Compilação Fotográfica do Desenvolvimento das Obras de Recuperação e Adaptação do Edifício e Terreno.





CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ



1. APRESENTAÇÃO

O **Centro Escutista de Arcos de Valdevez** situa-se a 298 metros de altitude, no Lugar de Rodelas, Freguesia de Rio Frio, a meia encosta serrana, integrada na cadeia montanhosa da margem direita do Rio Vez.

Localizado no “Coração do Alto Minho”, numa extensa mancha verde de rara e impressionante beleza, constituída por luxuriantes e verdejantes florestas, que naturalmente proporcionam um manancial de oportunidades para realizar as “mil e uma aventuras” recomendadas por Badwen Pawell.

Variados trilhos de montanha para percorrer, que levam à descoberta em territórios semi-ílgens, constituídos por montanhas “abertas” onde predominam as resinosas, como o pinheiro bravo, gigantescos cedros e muito mato, que abrigam perdizes, lebres e coelhos bravos, intercalados por densas florestas que te presenteiam com carvalhos, castanheiros, teixos, e um variado conjunto de musgos e plantas, muitas delas medicinais, onde a luz do sol tem muita dificuldade em penetrar, e o silêncio é “embalado” pelos “cânticos”



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

ritmados de ribeiros de águas cristalinas, com espectaculares miradouros naturais que conduzem o olhar até ao “infinito”.



À noite, é possível apreciar os cânticos noturnos das corujas e dos mochos, num cenário de mistério, antes de calmamente adormecer, e sonhar com o que espera no dia seguinte.

É possível deparar nas caminhadas com um dos muitos grupos de cavalos selvagens, que vivem dia e noite em plena liberdade nas florestas, grandiosos rebanhos de ovelhas e cabras, manadas de bovinos de raças autóctones e, se houver sorte, podem-se observar entre outros, o lento ouriço-cacheiro, o rápido esquilo, o felino gato bravo, a astuta raposa, ou mesmo o inteligente e esquivo lobo.



Observar nos ares à distância o mais pequenino pardal, que tenta defender-se das aves de rapina, o espetacular milhafre, o bufo real, e a imponente águia que, em voo leve, parecem parar no espaço, com as suas magníficas asas abertas, convidando para uma “caçada” fotográfica.

Todos estes cenários se encontram tão perto, a apenas 6 km do centro de Arcos de Valdevez.

Mas, já é outra história, noutras aventuras e espaços a descobrir.



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

2. ATIVIDADES – REALIDADE



“A VIDA DA FLORESTA NA TUA VIDA ESCUTISTA”

O território exterior ao Centro está envolvido por uma admirável mancha verde, que convida para atividades (jogos) de descoberta e aventura, aquelas que sempre sonhamos realizar, nas florestas de montanha e nas típicas aldeias que a integram.

2.1 Trilho Sinalizado do Urzal:

O **Trilho do Urzal – Ciclo do Pão** é um percurso pedestre denominado de Pequena Rota (PR), cuja marcação e sinalização cumpre as directrizes internacionais. Este percurso localiza-se, no extremo oeste do concelho de Arcos de Valdevez e envolve território da freguesia de Rio Frio, percorrendo parte dos lugares de Grijó, S. Vicente e Vila Franca.

Partindo do local de estacionamento junto ao bucólico lugar de Grijó, iniciamos este trilho por um caminho agrícola, bastante lajeado. À medida que caminhamos, no sentido descendente, vamos observando uma peculiar paisagem, na qual se destaca o vale do Urzal e mais distante o vale do Vez, assim como uma extensa malha de campos agrícolas de montanha, armados em socalcos, onde se pratica uma agricultura tradicional de subsistência, destacando-se, pela sua importância, o cultivo de variedades regionais de milho, branco ou amarelo, com os quais se produz a famosa Broa de Milho Tradicional de Arcos de Valdevez.

Seguindo o trajecto, penetramos num vasto carvalhal constituído por carvalho-alvarinho (*Quercus robur*). Nesta mancha florestal inserida em pleno Vale do Urzal, podemos observar e sentir o esplendor deste ecossistema, ao nível dos seus 3 estratos principais: arbóreo, arbustivo e herbáceo. Presenciamos, para além dos já referidos carvalhos, castanheiros (*Castanea sativa*), amieiros (*Alnus glutinosa*), azevinho (*Ilex aquifolium*), gilbardeira (*Ruscus aculeatus*) e os fetos (pertencentes ao grupo *pteridophyta*). A diversidade faunística, tem também uma forte e diversificada presença. Não menos espectacular, são as inúmeras quedas de água que ao longo do percurso vamos observando. Sempre pela margem esquerda do Rio Frio, podemos acompanhar as suas bravas e cristalinas águas, que no seu percurso rumo ao Rio Vez, são



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

responsáveis pela força motriz que põe em funcionamento um impressionante complexo de moinhos, outrora fundamentais para a subsistência da pequena agricultura familiar.



Deixando para trás este éden autóctone e transitando por uma pequena área florestal de produção (eucaliptal), alcançamos o lugar de S. Vicente. Aqui, o trilho faculta-nos uma visita a um moinho de rodízio, banhado pelo Rio Frio, onde visualizamos as diferentes partes que o constituem e descobrimos os segredos das técnicas de moagem, transmitidas de geração em geração ao longo de séculos de história. Depois de observarmos este engenho de água, palmilhamos o caminho de uma forma ascendente e circulamos novamente por uma mancha de campos agrícolas até atingir as imediações do lugar de Vila Franca. Tal como nos campos atrás citados, nestes também se destaca o cultivo de milho regional, uma actividade laboriosa e dotada de várias fases, tais como: preparação do terreno, sementeira, sacha, monda, rega, colheita, desfolhada e secagem nos tradicionais espigueiros. Aqui, a probabilidade de observarmos magníficos exemplares de raças autóctones em pastoreio livre pelos caminhos e campos é grande, destacando-se os bovinos da raça barrosã, os caprinos da raça bravia e os ovinos da raça bordaleira de Entre-Douro e Minho.

Gradualmente vamos abandonando o lugar, até encontramos o trilho onde teve início este percurso pelo ciclo do pão, precisamente no lugar de Grijó, local onde é possível assistir ao fabrico de broa de milho e saborear um dos produtos mais emblemáticos da Região Minhota (*é necessário fazer marcação*).

Pontos de Interesse:

Comunidade Rural de Grijó

Comunidade Rural de Vila Franca

Carvalhal do Urzal

Moinho

in-Porta do Mezio do Parque Nacional Peneda Gerês (www.portadomezio.pt)



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

2.2 Trilhos Selvagens:

Variados Trilhos selvagens, sem marcações definidas, criados pelos animais nas suas deslocações, levam-nos a lugares fantásticos, daqueles que só vemos em filmes, que podemos apreciar enquanto praticamos actividades ao ar livre.



2.3 Castelo de Santa Cruz

A cerca de 3 km do Centro, localizado no topo da encosta que lhe dá o nome, e sobranceira à Vila de Arcos de Valdevez, situa-se o Castelo de Santa Cruz, gigantesco bloco granítico, no qual ainda se encontram vestígios do castelo românico.

É um dos mais espetaculares miradouros do concelho, que proporciona uma vista ampla sobre o Vale do Vez, serpenteado pelo rio de águas cristalinas que lhe dá o nome, vila de Arcos de Valdevez, e também das montanhas do maciço serrano da Peneda e Soajo, integradas no Parque Nacional Peneda Geres (Reserva Mundial da Biosfera)



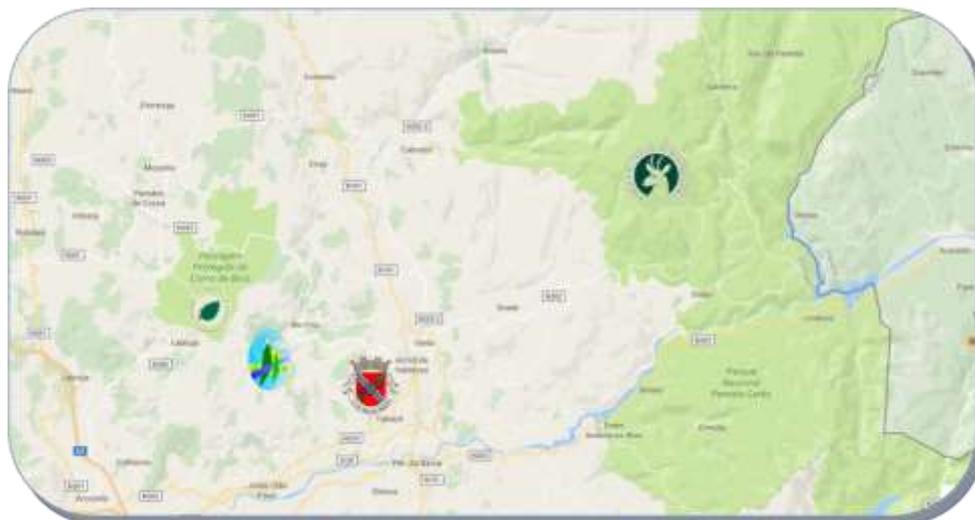
Aqui, com equipamento e acompanhamento adequados, podem-se ainda realizar actividades de aventura (rapel).

É possível realizar raides a partir do Centro, pela estrada municipal ou por um trilho que passa por carvalhais densos, podendo neste caso, em alternativa mais aventureira, fazer-se o trilho em raide noturno.

2.4 Concelho de Arcos de Valdevez

O Concelho de Arcos de Valdevez proporciona-nos um grande espaço geográfico, de mais de 450 km², no qual se situam em pleno Parque Nacional da Peneda-Geres, duas das mais importantes e altas Serras de Portugal, Soajo e Peneda, com 1415 e 1416 metros respectivamente.

Para conhecer as suas potencialidades e belezas naturais, é necessário percorrer maravilhosos trilhos, que nos levam a locais de difícil acesso, sempre mais alto e mais além. Sendo que alguns não programados, como os Escuteiros gostam, se encontram mesmo à “porta” do Centro Escutista de Arcos de Valdevez.



2.5 Bem Preparados

Por tal facto, necessário:

- Saber ler cartas topográficas, utilizar uma bússola ou GPS;
- Iniciar as caminhadas em perfeitas condições físicas;
- Respeitar as regras de sobrevivência e autonomia;
- Marcar os andamentos, pelos caminhantes menos preparados, pois ninguém fica para trás, o montanhismo não é uma competição.



- Saber escolher o vestuário e equipamento adequados para o terreno e épocas do ano, (calçado leve e confortável, meias grossas e de textura suave;
- Vara é de grande utilidade;
- Comida, com alimentos leves;
- Cantil com água;
- Respeitar e proteger a natureza;
- Respeitar as gentes e os seus costumes
- Deixar os locais de passagem limpos, e se possível melhor do que os encontramos;
- Mochila, lanterna, fósforos ou isqueiro, canivete, Kit de Primeiros socorros, etc. devem fazer parte da bagagem.



3. ATIVIDADES – IMAGINÁRIO



“ESTANDO EM TERRA, CHEGO AO CÉU VOANDO”

(Luís de Camões)

Numa singela homenagem às centenas de Escuteiros(as) aventureiros exploradores que participaram e ainda participam na conquista espacial (Cientistas, Engenheiros, Astronautas, etc.), oriundos de vários países desta grande casa a que chamamos Terra, dos quais se destaca Neil Armstrong, o primeiro homem a pisar solo lunar, o imaginário do Centro é o Espaço Sideral.

3.1 CAMPISMO

No centro do Campo foi colocado um elemento escultórico que simboliza um foguetão com alusão a várias agências espaciais, e aos que são a força motriz do nosso movimento (Lobitos, Exploradores, Pioneiros e Caminheiros).



O Campo é dividido em quatro subcampos:

- **Mercúrio,**
- **Vénus,**
- **Marte,**
- **Júpiter.**



Nota: O planeta terra “situa-se” no imaginário, fora da área do Centro.
As várias instalações de apoio são definidas como módulos – Exemplo:

- EAGLE – Módulo de Refugio, Formação, Confeção e Toma de Refeições;
- CHALLENGER – Modulo de Acondicionamento e Conservação a Frio dos Alimentos;

• 3.2 ACANTONAMENTO

O Edifício é denominado de ISS- Estação Espacial Internacional (EEI), os quartos, camaratas, salas, cozinha, etc. são assim designados como módulos divididos em duas áreas:



- GALAXI - Módulos Masculina;
- GALILEU - Módulos Feminina;

Os módulos estão identificados com o nome de importantes figuras escuteiras da história recente da exploração espacial - Exemplo:

- NEIL ARMSTRONG – Módulo de Descanso Masculino 20pax;
- SUSAN HELMS - Módulo de Descanso Feminino 20pax;
- BUZZ ALDRIN – Módulo de Descanso Masculino 6pax;
- SALLY RIDE - Módulo de Descanso Feminino 6pax;
- JOHN GLENE . Módulo de Apoio;
- EILIEEN COLLINS – Módulo de Controlo.

3.3 MÓDULOS COMUNS

(ACAMPAMENTO E (ou) ACANTONAMENTO):

A sua denominação é inspirada na astronomia – exemplo:

- ZERO GRAVITY – Módulo Principal;
- ZVEZDA – Módulo de Serviço Alimentar;
- KIBO – Módulo de higiene e descontaminação de Equipamento Alimentar e Roupas;
- DESTINY - Módulo Masculino de Higiene e Descontaminação Externa;
- COLUMBUS - Módulo Feminino de Higiene e Descontaminação Interna.
- ELEKTRON – Módulo de Gases Químicos;
- ZARYA 1 – Módulo de Energia Renovável do Planeta Terra;
- RIO FRIO – Módulo de energia renovável recolhida no planeta Terra;
- HORTA BIOLÓGICA – Módulo didático com Plantas Hortícolas e Aromáticas, do longínquo século XXI terrestre.
- APOLLO 11 – Módulo Informativo e Interpretativo



4. ATIVIDADES - REALIDADE NO IMAGINÁRIO:

4.1 PROGRAMA “COSMOS”

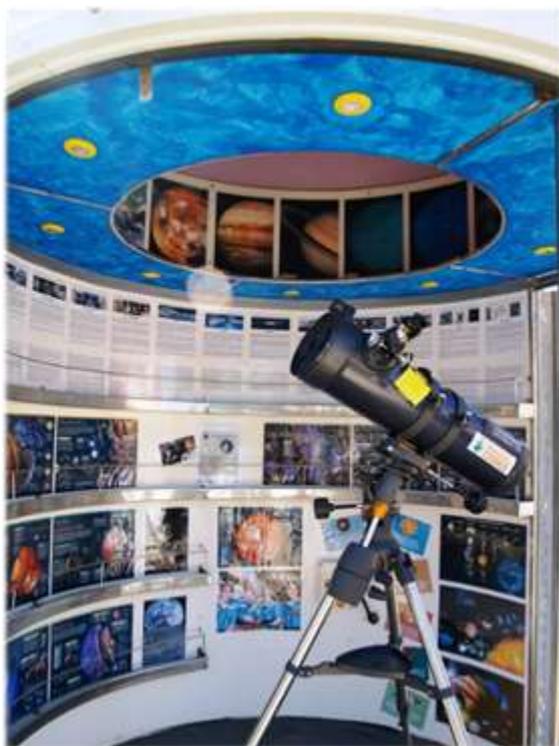


Algures no “Espaço” podem os Escuteiros(as) pesquisar e com “sorte” encontrar um cofre que inexplicavelmente caiu do Cosmos e se encontra guardado em local secreto.

O cofre está blindado por um código, e dentro dele, encontra-se um mapa que vos guiará na negrura da noite por entre penedios em caminhos desconhecidos, atravessando pinheirais e carvalhais ao som dos cânticos alegres ou lóbregos dos animais que povoam esta região do Planeta Terra.

Se descobrirem o “caminho a seguir” com o apoio do mapa, vão encontrar uma luz intermitente que vos orientará até ao objectivo.

Aqui, estará à vossa espera a “máquina que vos transportará”, através do cosmos, podendo ver em tempo real: as constelações, os mares e crateras da Lua e outros planetas do sistema solar.



Notas:

- O Programa é realizado através de marcação e disponibilidade dos monitores do telescópio;
- Só é possível realizar se estiverem em linha, e as condições meteorológicas o permitirem;
- O raide nocturno tem que ser acompanhado por um Dirigente do Agrupamento ou Unidade em campo.

“A imaginação é mais importante do que o conhecimento”
(Albert Einstein)



4.2 PROGRAMA “TERRA”



Aproveitando a magnífica mancha verde que envolve o CEAV, na qual se integram naturalmente trilhos programados e selvagens, que convidam à descoberta e aventura, é fornecido pelo CEAV a “Mochila Aventura” a qual contém: Mapas da Região; Trilhos Sinalizados de Pequena e Média Rota; Trilhos Mapeados; Telescópio Terrestre e Binóculos para observação da natureza (paisagens, animais, aves, reptéis, etc.)



Notas:

- A utilização da “Mochila Aventura” é efectuada sem compensação monetária;
- Deve ser requisitada a quando da Inscrição para Acampamento ou Acantonamento;



- c) É responsável pelo equipamento e seu bom uso o Chefe do Grupo em Campo;
- d) Na “Mochila Aventura” é colocada uma ficha com o valor monetário dos equipamentos.

4.3 VIDEOTECA



Para complementar momentos livres ou noites invernosas, têm os Escuteiros(as) à sua disposição no Modulo **Zero Gravit**, uma Videoteca com Documentários, dos quais se destaca a famosa série de 13 episódios **COSMOS**, de *Carl Sagan*; Filmes de Ficção dos géneros Espaciais, Bíblicos e Comédias; merecem também destaque os documentários que abordam territórios do **CEAV**, Arcos de Valdevez e o Parque Nacional Peneda Gerês.



5. INSTALAÇÕES E INFRA-ESTRUTURAS

5.1 Planeta Terra (Área Externa)

5.1.1 PÓRTICO DE ENTRADA:

O Pórtico de Entrada é inspirado nos mastros e velas das Caravelas Quinhentistas, e pretende homenagear os “Pioneiros Exploradores” Portugueses.



5.1.2 PANÓPLIA DE BANDEIRAS:

Na entrada do Centro estão fixados sete mastros destinados a desfaldar protocolarmente as seguintes bandeiras:

- **Institucionais:** Nacional, Europeia, Concelho de Arcos de Valdevez e Freguesia de Rio Frio.
- **Escutistas:** Bureau Mundial, Agrupamento 214 e Centro Escutista de Arcos de Valdevez.
- **Nota:** Podem ser hasteadas bandeiras dos Agrupamentos em campo nos mastros Escutistas



5.1.3 AS NOSSAS ÁRVORES:

Mostra viva didática com as mais importantes árvores da região



5.2 Área Interna “Espaço” - Imaginário:

Inspirado na participação de mais de duas centenas de Astronautas (Ex-Escuteiros), oriundos de vários países que participaram e continuam a participar na Conquista Espacial, tendo muitos deles dado testemunho do espírito de aventura que adquiriram na sua passagem pelo escutismo, o Espaço e a sua Conquista são o suporte do Imaginário do Centro, nas vertentes de Campismo e de Acantonamento.

5.2.1 Campismo:

5.2.1.1 SUB-CAMPOS

A área do **Campo** é relvada, e tem capacidade para 120 Escuteiros (número preventivo), sendo dividido em **4 sub-campos**:

CAMPO DE MERCÚRIO – com capacidade para 12 tendas de patrulha;

CAMPO DE VÊNUS – com capacidade para 14 tendas de patrulha;

CAMPO DE MARTE - com capacidade para 12 tendas de patrulha;

CAMPO DE JÚPITER - com capacidade para 16 tendas de patrulha.

5.2.1.2 ESTENDAIS

Cada sub-campo tem colocado na orla do mesmo um estendal para secar roupa com recipientes e respectivas molas.



Nota: Os Campos são relvados, estando a ser plantada grama brasileira para reforçar a sua resistência ao uso.



5.2.2 Módulos de Apoio ao Campismo:

5.2.2.1 EAGLE – Módulo de Refugio, Confeção e Toma de Refeições:

(Mínimo = 42, Máximo = 56 pessoas)

- 1 - Banca fixa para colocação de fogões;
 - 2 – Fogões Industriais de alto rendimento com 2 bocas cada e respectivas botijas de gás (a sua colocação deve ser requisitada, a quando da inscrição).
 - 1 - Mesa de trabalho (polivalente 6/8 pessoas);
 - 6 – Mesas para toma de refeições (6/8 pessoas);
 - 1 – Relógio de parede;
 - 1 – Extintor;
 - 2 – Colunas de som (a sua utilização fica ao critério dos Chefes dos Grupos em Campo.
- O Equipamento encontra-se “fechado “ no módulo CHALLENGER);
- 6 Cortinas em lona para funcionar como pára-vento/chuva/frio, etc. (funcionam individualmente);
 - 6 Pontos de luz com respectivos botões de ligação (pode funcionar 3+3 de forma independente).



5.2.2.2 CHALLENGER – Modulo de Acondicionamento e Conservação a Frio dos Alimentos:

- 2 – Frigoríficos com compartimento de congelação;
- 1 – Arca Congeladora;
- 1 – Montra Frigorífica com refrescantes bebidas *do planeta terra* (sistema self-service).
- 1 – Máquina de Café Expresso e Chá *do planeta terra* (sistema self-service).
- 1 – Aparelhagem de Som ao Campo e Módulo EAGLE, com rádio, CD, etc. (a sua utilização fica ao critério dos Chefes dos Grupos em Campo).
- 1 – Equipamento Pontos Elétricos, para carregamento exclusivo de máquinas fotográficas, filmar, telemóveis, tablets, etc.



5.3 ACANTONAMENTO:



5.3.1 ISS

O edifício destinado a Acantonamento é denominado ISS- Estação Internacional Espacial, por tal motivo e dentro do espírito do imaginário, os compartimentos são denominados por módulos.

Possui áreas femininas e masculinas independentes (módulos de descanso e higiene) e comuns (módulos polivalente de toma de refeições / reuniões, confecção de alimentos, de apoio, etc.).

5.3.1.1 GALAXI - Módulos Femininos:

5.3.1.1.1 Módulo de Acoplagem - Entrada Feminina

- 1 – Quadro Elétrico
- 1 – Lanterna de Emergência;
- 1 – Extintor de Incêndios;



5.3.1.1.2 EILEE COLLINS - Módulo de Controlo

Módulo operacional, reservado à administração do Centro (Equipamentos de Controlo Remoto de Segurança através de Câmaras de Vigilância;



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

5.3.1.1.3 SALLY RIDE - Módulo de Descanso 6pax

- 3 - Beliches Duplos, com colchões e capas higiénicas, respectivas almofadas e edredão (*as Escuteiras devem equipar-se com o seu saco cama*);
- 1- Armário para arrumos;
- 2 - Cadeiras de apoio.



5.3.1.1.4 SUSAN HELMS – Módulo de Descanso 20pax

- 20 - Colchonetes Tripartidas, densidade 23, com capa higiénica removível (*as Escuteiras devem equipar-se com o seu saco cama*);
- 1 – Equipamento com Tomadas Eléctricas para carregamento exclusivo de máquinas fotográficas, filmar, telemóveis, tablets etc.
- 1 - Aquecedor/Recuperador de calor eléctrico.



5.3.1.2 GALILEU - Módulos Masculinos:

5.3.1.2.1 Módulo de Acoplagem (entrada masculina)

- 1 – Quadro Elétrico
- 1 – Lanterna de Emergência;
- 1 – Extintor de Incêndios;



5.3.1.2.2 JOHN GLEN – Módulo de Apoio

Módulo operacional, reservado à administração do Centro.

5.5.1.2.3 BUZZ ALDRIN - Módulo de Descanso 6pax

- 3 - Beliches Duplos, com colchões e capas higiênicas, respectivas almofadas e edredão (os Escuteiros devem equipar-se com o seu saco cama);
- 1 - Armário para arrumos;
- 2 - Cadeiras de apoio.



5.3.1.2.4 NEIL ARMSTRONG - Módulo de Descanso 20pax

- 20 - Colchonetes Tripartidas, densidade 23, com capa higiénica removível (*os Escuteiros devem equipar-se com o seu saco cama*);
- 1 – Equipamento com Tomadas Eléctricas para carregamento exclusivo de máquinas fotográficas, filmar, telemóveis, tablets etc.
- 1 - Aquecedor/Recuperador de calor eléctrico.



5.4 CAMPISMO OU ACANTONAMENTO (MÓDULOS COMUNS):

5.4.1 ZERO GRAVIT – Módulo Principal Polivalente – (refeições/reuniões para 50 pessoas)

- 8 – Mesas;
- 16 - Bancos corridos;
- 1 – Armário de loiça;
- 8 – Bases metálicas, protecção de mesas (panelas, tabuleiros, etc.);
- 50 – Bases individuais de mesa;
- Serviço completo de mesa para 52 pessoas
- 1 – Frigorífico;
- 1 – Salamandra para aquecimento a lenha;
- 1 – LCD com canais livres de televisão;
- 1 – Leitor de DVD;
- 1 – Aparelhagem de Som completa;
- 1 – Relógio de Parede.



3.4.2 ZVEZDA – Módulo de Serviço Alimentar:

- 1 - Extintor de Incêndios;
- 1 – Lanterna de Emergência;
- 1 - Fogão com 3 queimadores de alto rendimento;
- 1 – Balcão para preparação de alimentos em inox;
- 1 – Lava-loiças com torneiras industriais;
- 1 – Esquentador 10l;
- 1 – Balcão Frigorífico;
- 1 – Microondas/Grill;
- 1 – Máquina de Café de Capsulas;
- 1 – Trem de Cozinha com utensílios suficientes para preparar e confeccionar refeições para 52 pessoas (lista afixada no módulo).



5.4.3 ELEKTRON – Módulo de Gases Químicos:

- 2 - Botijas de gás de 18 Kg.
- Torneiras de segurança.



5.4.4 DESTINY - Módulo Masculino de Higiene e Descontaminação Externa:

- 1 – WC 1 (destinado a pessoas com capacidades motoras reduzidas);
- 2 – WC 2;
- 3 – WC 3;
- 4 – Urinóis;
- 5 - Chuveiros;
- 5 – Lavatórios;
- 2 – Banquinhos de lavatórios para compensação de altura (crianças);
- 1 – Mangueira para limpeza;
- 2 – Vassouras;
- 1 – Rodo de limpeza;
- 1 – Caixa de Primeiros Socorros.



5.4.5 COLUMBUS - Módulo Feminino de Higiene e Descontaminação Interna:

- 1 – WC 1 (destinado a pessoas com capacidades motoras reduzidas);
- 2 – WC 2;
- 3 – WC 3;
- 5 - Chuveiros;
- 5 – Lavatórios;
- 2 – Banquinhos de lavatórios para compensação de altura (crianças);
- 1 – Mangueira para limpeza;
- 2 – Vassouras;
- 1 – Rodo de limpeza;
- 1 – Caixa de Primeiros Socorros.



NOTAS (Módulos de Higiene):

O Sistema de água quente para banhos conta com 2 cilindros térmicos com capacidade para 1000 litros.



Por questões de economia:

- a) A temperatura da água dos chuveiros é regulada automaticamente nos 42 graus;
- b) As torneiras de água dos chuveiros, lavatórios, urinóis, e autoclismos são doseadoras ou temporizadoras;
- c) A iluminação é automaticamente ligada e desligada por sensores de movimento.

5.4.6 ZARYA 1 – Módulo de Energia Renovável do Planeta Terra:

- 1 Lareira com serpentina para aquecimento de águas de banhos;
- 1 Depósito de lenha.



5.4.7 ZARYA 2 – Acondicionamento de Equipamentos (área reservada)

5.4.8 MARS 500 – Módulo de Refúgio e Convívio (16 Pax)

5.4.9 MARS ONE - Módulo de Refúgio e Convívio (16 Pax)

- 2 Alpendres metálicos, com proteções laterais em malha para sol reforçada;
- 2 Mesas e bancos integrados de Exterior – Madeira tratada (Cada);
- Sistema de iluminação.
- 2 Bancas de Cozinha (cada)



5.4.9 APOLLO 11 – Módulo Interpretativo

- Subordinado a três temas: Escutismo, Espaço Sideral, Arcos de Valdevez / Parque Nacional Peneda Gerês.



5.4.10 KIBO – Módulo de higiene e descontaminação (Equipamento Alimentar e Roupas);

- 1 - Banca em granito polido e áspero para lavagem de loiça e tecidos respectivamente;
- 5 - Torneiras para lavagem de loiça;
- 2 - Torneiras para lavagem de roupa;
- 3 – Pontos de luz com ligação nocturna automática por sensor de movimento.
- 1 – Mangueira em suporte de parede para limpeza do modulo.

Nota: Para não entupir o sistema de escoamento de águas sujas, os restos de comida devem ser previamente deitados ao lixo.





5.4.11 RIO FRIO – Módulo de energia renovável recolhida no planeta Terra:

A lenha guardada neste módulo, destina-se exclusivamente à manutenção da lareira de aquecimento de águas de banhos instalada no módulo ZARYA e salamandra dos módulos ZERO GRAVITY E ZVEZDA.



5.4.12 HORTA BIOLÓGICA – Módulo didático com Plantas Hortícolas e Aromáticas .

Miniatura de horta no longínquo século XXI terrestre (era de Cristo).



5.5 Elementos Escultóricos e Infraestruturas de Apoio

5.5.1 FOGUETÃO - Elemento escultórico que homenageia os Aventureiros Astronautas Escuteiros e a “Força do Movimento – Lobitos, Exploradores, Pioneiros e Caminheiros.



5.5.2 CRUZ DE CRISTO – Elemento escultórico



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

5.5.3 ALTAR DO UNIVERSO - Instalado em local nobre no Espaço:

- 1 - Mesa de Altar para Celebrações;
- 1 - Cruz com o Filho de Deus;
- 1 – Suporte para livro no altar;
- 1 – Suporte de pé Para livro da Palavra;
- 1 – Cadeira de Altar;
- 2 – Bancos de Altar.



5.5.4 PIRA DO FOGO DO CONSELHO:

O Fogo do Concelho acende-se na Pira para simbolicamente estar mais perto do Céu, mais próximo de Deus do Universo.



Notas:

a) O Fogo do Conselho só pode ser aceso na Pira;

b) A sua realização deve respeitar as regras de segurança nacionais, que impõem períodos restritivos;

c) Não é permitido usar a lenha do Modulo Rio Frio. A lenha deve ser “conquistada” pelos Grupos no Planeta Terra.

5.5.5 CHUVEIROS DE EXTERIOR:

- 2 – Refrescante Chuveiros de Exterior para os dias quentes de verão.



5.5.6 PONTOS DE ÁGUA:

- 6 - Torneiras Exteriores (Serviço).



5.5.7 CHURRASQUEIRA



6. SEGURANÇA E MANUTENÇÃO:

6.1 PLANO DE SEGURANÇA E EVACUAÇÃO DO CEAV (ANEXO 1)

6.2 INFORMAÇÕES ESSENCIAIS

112 – Número Nacional de Socorro

Em caso de acidente ou doença súbita ligue 112.

A chamada é gratuita e está acessível de qualquer ponto do país a qualquer hora do dia.

O 112 é o Número Europeu de Emergência, sendo comum, para além da saúde, a outras situações tais como incêndios, assaltos ou roubos. As chamadas efectuadas para o 112 são atendidas, em primeira linha, por uma Central de Emergência da PSP que apenas canaliza para os Centros de Orientação de Doentes Urgentes (CODU) do INEM as chamadas que à saúde digam respeito.

117 - Emergência Incêndios

Em caso de incêndio, liga de imediato para o 117 ou os bombeiros da área. Se não correres perigo, tenta extinguir o incêndio com pás, enxadas ou ramos. Segue as instruções dos bombeiros e não prejudiques a sua acção.

258 520 300 - Bombeiros Voluntários de Arcos de Valdevez.

258 520 120 - Centro de Saúde de Arcos de Valdevez

258 521 510 - G.N.R. Arcos de Valdevez

217 950 143 – Intoxicações

6.3 Equipamentos

- 1 Roçadeira (gasolina);
- 1 Equipamento de proteção da roçadeira constituído por:
Rede de proteção facial, suspensórios de suporte, avental em lona, luvas e caneleiras.
- 2 Motosserra (gasolina);
- 1 Corta Relva (gasolina);
- 1 Aparelho de abrir buracos;
- 2 Picaretas;
- 5 Sacholas;
- 2 Pás;
- 1 Pá de Corte;
- 2 Pás pequenas articuladas;
- 4 Ancinhos;
- 5 Vassouras metálicas de exterior;
- 2 Arranca pregos (destroncar)
- 1 Ferro de furar terreno;
- 1 Equipamento vários de jardim
- 2 Expressores de rega de grande alcance;
- 3 expressores de regas de curto alcance;



- 1 carrinho de mão de uma roda para apoio aos trabalhos;
- 1 Carrinho de mão de rodado duplo para transporte de materiais e equipamentos dos grupos acampados ou acantonados;



7. VIGILÂNCIA

7.1 CAMERAS DE VIGILÂNCIA

Para maior segurança de bens, várias cameras de vídeo vigilância estão instaladas em pontos estratégicos no exterior da “ISS” para gravação de imagens e visionamento em tempo real.



Nota: para privilegiar a privacidade, as câmaras são desligadas remotamente se os grupos em campo o solicitarem.

8. MISSAS DOMINICAIS

Sábados:

16h00 – Capela das Aveleiras, Rio Frio;

18h00 – Igreja da Lapa, Arcos de Valdevez.

Domingos:

08h00 – Igreja de Rio Frio;

09h15 – Igreja de S. Paio, Arcos de Valdevez

11h00 – Igreja Matriz, Arcos de Valdevez

19h00 – Igreja da Misericórdia, Arcos de Valdevez



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

9. COMO CHEGAR

Coordenadas GPS:

Latitude **N 41°51'12485**
 Longitude **O 8°28'21.164**
 Altitude **298 metros**

Trajetos Comum:

A partir da Vila de Arcos de Valdevez, segue-se pela Estrada Nacional 303 em direcção a Paredes de Coura, durante 2,2 km (3 minutos), até ao entroncamento em Coto do Oural, identificado com duas placas de indicação (Centro Escutista) que nos propõem a partir daqui dois trajetos alternativos:

Trajetos 1 (EN 303):

Continua-se na Estrada Nacional 303, durante 3,8 km (6 minutos) no sentido Arcos-Coura, até ao entroncamento novamente identificado com duas placas de indicação do Centro Escutista.

Vira-se à esquerda e segue-se pelo Caminho Municipal 1307 durante 1km (2 minutos), até ao Centro Escutista de Arcos de Valdevez.

Total do Percorso Arcos-Centro 7,2 km; 11 minutos.

Trajetos 2 (montanha):

Em Coto do Oural, vira-se à esquerda e segue-se pela Estrada Municipal 523 durante 4,5 km (8 minutos), até Aveleiras onde se encontra a segunda placa de indicação (Centro Escutista).

Vira-se à direita, seguindo a indicação da placa e segue-se pelo Caminho Municipal 1307 durante 1 km (2 minutos), até ao Centro Escutista.

Total do Percorso Arcos-Centro 7,7 km; 13 minutos.



TRANSPORTES PÚBLICOS – HORÁRIOS E TRAJETOS:

Trajetos 1 (pela EN 303) - Empresa de Transportes Courense

Arcos – Rio Frio	11h30	17h40;
Rio Frio – Arcos	07h15	12h45.



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
 International Scout Centre

Trajeto 2 (montanha) - Empresa Salvador Alves Pereira

Arcos – Aveleiras, Rio Frio 17h25;

Aveleiras, Rio Frio – Arcos 07,30.

Notas:

- As carreiras públicas apresentadas são efetuadas de segunda a sexta;
- As entradas em Arcos de Valdevez efetuam-se na Central de Camionagem;
- Quando contactadas atempadamente, as Empresas estão disponíveis para realizar nos restantes dias, ou em horários alternativos, transportes de aluguer entre Arcos de Valdevez e o Centro Escutista e vice-versa:

Empresa de Transportes Courense, Lda. telf. 251 780 600;

Salvador Alves Pereira & Filhos, Lda. Telf. 258 521 504.



Nota: Várias Placas de Orientação com destino ao CEAV estão colocadas em locais estratégicos, ao longo de dois trajetos, a partir de Arcos de Valdevez.



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

10. CONTACTOS ÚTEIS

Câmara Municipal

Praça Municipal - 4974-003 Arcos de Valdevez | telf.: 258 520 500 –
Fax: 258 520 509
E-mail: geral@cmav.pt - Web: www.cmav.pt

Posto de Turismo

Centro Municipal de Informação e Turismo
Rua Prof.Mário Júlio B.A. Costa | 4970-606 Arcos de Valdevez |
telf.: 258 520 530 - Fax: 258 520 509
E-mail: geral@cmav.pt
Horário de Inverno: de segunda-feira a sábado das 9h00/12h30 e das
14h00/17h30
Horário de Verão: de segunda-feira a sábado das 9h30/12h30 e das
14h00/18h00 | Domingo: 10h00/13h00 e das 14h00/17h00

Casa das Artes

Auditório: Rua Dr. Carlos da Cunha | 4970-433 Arcos de Valdevez
E-mail: casadasartes@cmav.pt | telf.: 258 520 520 - Fax: 258 523 270
Biblioteca: Jardim dos Centenários, nº5-15
Horário: dias úteis: 10h00/18h00 - Sábados: 14h00/18h00

Piscinas Municipais

Requeijo - Giela | 4970-155 Arcos de Valdevez |
Telf.: 258 520 525 - Fax: 258 514 047
E-mail: desporto@cmav.pt
Horário: dias úteis: 10h00/12h30 - 14h30/20h30 - Sábados e Domingos:
10h00/12h30 - 14h30/19h00

Porta do Mezio (Entrada no PNPG) - telf.:258 522 157

mail:portadomezio@ardal.pt | Web: www.portadomezio.pt
Coordenadas gps: 8º18´48"W/ 41º53´05" N
Facebook: <https://www.facebook.com/porta.mezio>

PNPG - Parque Nacional da Peneda-Gerês

Rua Padre Himalaia | 4970-462 Arcos de Valdevez |
telf.: 258 515 338 - Fax: 258 522 707
CTT-Correios - telf.: 258 520 100 - Horário: Segunda a Sexta: 09h00/12h30 -
14h00/17h30

Rádio Valdevez - telf.: 258 513 525



11. AQUISIÇÃO DE BENS DE CONSUMO

O Concelho de Arcos de Valdevez tem ao dispor dos visitantes um vasto número de lojas de qualidade, para além de 4 superfícies de média dimensão, variando os seus horários entre as 8,30 e as 22 horas.

12. REGULAMENTO INTERNO DO CEAV

Este regulamento rege-se pela lei escutista com o lema **«deixai o mundo melhor do que o encontraste»**

1- Admissão

Para utilização do CEAV, é necessário fazer o pedido, através da **Ficha de Reserva** no sítio do CEAV na internet, com antecedência mínima de 30 dias. Neste pedido deverá constar obrigatoriamente o nome e contacto (telefone e e-mail) do dirigente responsável pela atividade e o número previsto de participantes.

2- Instalações

a) - O CEAV possui instalações em regime de acantonamento e em regime de acampamento, os balneários são os mesmos, têm água quente, mas cada grupo tem de fazer a manutenção da lareira para o aquecimento da água, respeitando as instruções e as normas de segurança afixadas no local. ***Salienta-se a necessidade de preservação das instalações e a poupança de água e de lenha.***

b) – O CEAV possui dois módulos de descanso “Susan Helms” e “Neil Armstrong” (camaratas), um feminino e um masculino, para um total de 20 elementos cada, **equipados com colchões tripartidos**, os quais devem ser devidamente utilizados e recolocados no respetivo local.

c) – O CEAV possui dois módulos de descanso “Sally Ride” e “Buzz Aldrin” (quartos), um feminino e um masculino, para um total de 6 elementos cada, **equipados com beliches, (colchão, edredom e almofada).**

d) – O CEAV possui cozinha e refeitório (módulos “Zvezda” e “Zero Gravit”), **totalmente equipados para 52 elementos**, para alugar aos grupos interessados, tendo prioridade os grupos em regime de acantonamento.

e) – O CEAV possui 3 alpendres:

1. **Módulo “Eagle” para apoio ao acampamento**, com utilização livre para 56 elementos, destinado a 2 Bandos / Patrulhas / Equipas.
2. **Modulo Mars One, para apoio ao acampamento**, com utilização livre para 16 elementos, destinado a 2 Bandos / Patrulhas / Equipas.
3. **Modulo Mars 500, para apoio ao acampamento**, com utilização livre para 16 elementos, destinado a 2 Bandos / Patrulhas / Equipas.



f) – O CEAV possui churrasqueira fixa, onde é permitido fazer grelhados mas, por razões de segurança e preservação do equipamento, **terá de ser utilizado carvão sendo expressamente proibido usar lenha.**

g) – O CEAV possui reservas de lenha no módulo Rio Frio, a qual **só poderá ser utilizada na lareira para aquecimento de água dos balneários (“Columbus” e “Destiny”), e na salamandra do módulo “Zero Gravit” (refeitório). A lenha a utilizar na pira do fogo do conselho é da exclusiva responsabilidade dos Grupos em campo**, devendo a excedente, se ficar no Centro, ser colocada junto ao módulo Rio Frio.

h) – O CEAV possui lava loiças e lava roupa no módulo “Kibo”, sendo expressamente proibido lavar roupa ou loiça fora dos locais indicados, evitando-se assim a existência de gorduras na área de lavagem da roupa.

i) – O CEAV possui estendais no campo para a roupa, sendo expressamente proibido usar a rede de vedação para o efeito.

j) – O CEAV possui chuveiros recreativos de jardim onde **não é permitido o uso de qualquer produto de higiene pessoal.**

l) - O CEAV possui 7 equipamentos de frio, destinados a vários fins, os de campo estão devidamente identificados com o sub-campo respectivo, sendo estes geridos pelos grupos que estiverem em campo.

m) - O CEAV possui no módulo “Challenger” uma vitrina frigorífica, com bebidas, **que deve ser gerida pelo Dirigente responsável em campo**, mediante tabela de preços colocada na mesma.

n) - O CEAV possui 2 máquinas de café de apoio ao refeitório (módulo “Zero Gravit”) e acampamento (módulo “Challenger”, **que devem ser geridas pelo Dirigente responsável em campo**, mediante tabela de preços, colocada nas mesmas.

Informações importantes:

O CEAV não exige qualquer caução de reserva, no entanto, faz a cada Grupo uma avaliação pública à “Preservação dos Equipamentos” e Limpeza que será afixada em local próprio no centro.

Se durante ou no fim da atividade se verificar alguma anomalia que se considere que foi provocada pelo grupo em atividade, os custos serão reportados ao mesmo.

O CEAV não tem funcionários, por esse facto os serviços de limpeza de todas as instalações do CEAV são da responsabilidade de cada grupo em campo, tendo sempre presente que devem deixar o local tão ou mais limpo do que o encontraram.

O lixo terá de ser colocado nos contentores mais próximos do CEAV.



É expressamente proibido comer ou beber nas camaratas, existindo locais para o efeito.

É expressamente proibido fumar nas instalações do CEAV.

Não é permitido fazer regos nem buracos nos subcampos (relva).

O CEAV não possui madeira para construções, mas é permitido fazer construções na zona em frente ao edifício, no entanto as madeiras terão de ser arrumadas no fim da actividade, devendo a excedente, se ficar no Centro, ser colocada junto ao módulo Rio Frio.

O CEAV não se responsabiliza por qualquer dano, furto ou roubo, a pessoas e bens, ocorridos dentro ou fora do espaço do Centro, devendo cada Agrupamento prevenir estas possibilidades.

O período de silêncio é das 00:00 horas até às 07:00 horas.

Todos os casos não considerados neste regulamento serão resolvidos pelos responsáveis pelo CEAV, de acordo com a Lei do Escuta e dos Regulamentos do C.N.E

Aprovado em reunião de Direção do Agrupamento 214, de 2 de Outubro de 2015.

O Chefe de Agrupamento,

Fernando de Sá Ribeiro



13. TABELA NORMATIVA DE CONTRIBUTOS

Taxa de utilização por elemento/noite em regime de acampamento..... 2,50 €

Taxa de utilização por elemento/noite em regime de acantonamento, camarata com colchões tripartidos.... 4,00 €

Nota: cobra-se o mínimo de 10 elementos

Taxa de utilização por elemento/noite em regime de acantonamento, quartos com beliches.6,00 €

Nota: cobra-se a camarata completa (6 elementos).

Taxa de utilização diária da cozinha e refeitório (pequeno almoço, almoço, jantar)

- Grupos até 25 elementos 30,00 €
- Grupos de 25 a 52 elementos 50,00 €

Fogão industrial para grupos em regime de acampamento a ser requisitado no ato da reserva (dia por elemento).....€ 0,50 €

Programa Cosmos
Grupos até 20 elementos..... 50,00 €

Programa Terra
1º Grupo que requisitar o equipamento (um grupo por dia) S/Contributo



A liquidação do contributo deve ser efectuada antecipadamente, através de transferência bancária para o **NIB 0045 1421 4026 3731 2897 5** do Corpo Nacional de Escutas (CEAV – Centro Escutista de Arcos de Valdevez)

14. CONTACTOS DO CEAV

' Diretor do Centro,
Fernando Ribeiro (CA) **+351 968 590 779**

Diretora Adjunta
Raquel Dias (SA) **+351 939 484 984**

Endereço CEAV Lugar de Rodelas, Freguesia de Rio Frio,
Arcos de Valdevez

Endereço Postal: CEAV - Centro Escutista de Arcos de Valdevez
Rua do Clero, n.º 8
4970-471 ARCOS DE VALDEVEZ

Correio electrónico: ceav.escutismo@gmail.com

Página Internet: <https://www.ceav.weebly.com>

Inclui:

Links Escutistas



Corpo Nacional de Escutas
www.cne-escutismo.pt

Junta Regional de Viana do Castelo do CNE



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre

www.vianadocastelo.cne-escutismo.pt

Agrupamento 214 – Corpo Nacional de Escutas

www.214cne-escutismo.arcosv.pt

Links Arcos de Valdevez:



Paróquias de Arcos de Valdevez

www.paroquiasarcosdevaldevez.com



**Município de Arcos de Valdevez
(Reserva Mundial da Biosfera)**

www.cmav.pt



Porta do Mezio (PNPG)

www.portadomezio.pt



Parque Nacional Peneda Gerês – ICNF

www.icnf.pt/porta/ap/pnpg



CEAV – CENTRO ESCUTISTA DE ARCOS DE VALDEVEZ
International Scout Centre