Excursiones escolares 2024

Escuela de Animación Natura 2000

www.campamentosnatura2000.com

eanatura2000@gmail.com

675267587-622856387

¿Quiénes somos?

La Escuela de Animación Natura es una entidad sin ánimo de lucro, inscrita en el Registro de Escuelas de Animación y Asociaciones de la Dirección General de Juventud de la Junta de Extremadura y declarada de interés social en distintos ayuntamientos de la comunidad extremeña.

Recursos humanos

- *Directores de campamento*
- *Coordinadores*
- *Monitores de ocio y tiempo libre*
- *Personal primeros auxilios*
- *Personal de mantenimiento*
- *Personal de cocina y de limpieza*

Natura 2.000, dedicada fundamentalmente a la Formación y a la Educación Ambiental a través de Cursos y Campamentos, está avalada por una experiencia desde 1989 en la organización de Actividades Juveniles. El albergue-campamento de Valdastillas fue abierto en 1995, realizándose en el mismo intercambios internacionales, formación de educación ambiental y tiempo libre, campamentos de verano y acampadas escolares.

Al ser una entidad sin lucro todo el superávit de sus actividades se invierte tanto en el mantenimiento y mejora de las instalaciones, como en campañas de educación ambiental, eso explica también que los precios de nuestras actividades sean inferiores a los de similar calidad que encontrará en otras partes.

A lo largo de los más de 28 años de experiencia se han realizado actividades con innumerables grupos escolares venidos de todas partes de España y seguimos trabajando cada año para ofrecer una experiencia nueva e ilusionante en una de las comarcas naturales más conocidas y emblemáticas de Extremadura, famosa por sus cerezos en flor, sus montañas, gargantas y cascadas.

¿Dónde?

El albergue-campamento Valle del Jerte es una instalación propia que se encuentra ubicada en el km 383 de la N-110, el corazón de la comarca jerteña, a veintiún kilómetros de la ciudad de Plasencia, en un magnífico bosque de ribera junto al río Jerte, compartiendo acceso desde la carretera con un balneario. Un lugar idílico donde el agua riega la naturaleza para conformar baños naturales de gran hermosura y permitir la convivencia humana en armonía con un medio ambiente privilegiado para realizar actividades de tiempo libre y educación ambiental.

Instalaciones

Nuestras instalaciones están homologadas por el Instituto de Juventud, correspondiente a la la Junta de Extremadura, y se encuentran dentro de la red de albergues juveniles de la misma, lo que garantiza su óptimo estado y nos certifica para poder organizar este tipo de actividades en las mejores condiciones.

Nuestro albergue-campamento tiene habitaciones con camas-litera para los participantes, divididas en distintos pabellones que permiten su división por sexo y colegios, además de alojamiento independiente para el profesorado.

Las camas-litera tienen colchonetas impermeabilizadas, pero cada participante debe traer su saco de dormir.

También damos la opción de dormir en tiendas indias durante el mes de junio, una experiencia única en un marco natural espectacular.

¿En qué consiste?

Con este documento les ofrecemos un amplio catálogo de actividades para centros educativos y grupos organizados desde algunas horas hasta cinco días en las instalaciones de la Escuela de Animación Natura 2000 en el Valle del Jerte así como excursiones culturales y medioambientales por el norte de Extremadura.

OBJETIVO

El objetivo principal de las actividades es el de fomentar las relaciones humanas y sociales entre los participantes, además de estimular sus iniciativas deportivas, culturales, lúdicas y medioambientales. En este sentido otro fin importante es que aprendan a desenvolverse en un ambiente natural y valoren el entorno en el que vivirán esos días.

ACTIVIDADES

- Rutas a caballo
- Piraguas
- Tirolina
- Tiro con arco
- Gymkanas multiaventura
- Talleres ecológicos
- Rutas de senderismo
- Juegos nocturnos
- Actividades polideportivas
- Juegos acuáticos

Fechas

El período para la realización de estas actividades comprende del 1 de marzo de al 29 de junio del año en curso.

Presupuestos

Incluyen manutención completa, (excepto en las rutas guiadas de un día), actividades previstas, monitores y seguros. No incluye desplazamiento al campamento (aunque podemos presupuestarlo). Existen dos plazas gratuitas para el profesorado por cada 20 alumnos.

No comportan reserva sin que se formalice un contrato posterior en el que se deberá realizar un porcentaje del total del presupuesto. Caso de que el grupo no se presente en la fecha establecida perderá dicha reserva.

La ocupación de la instalación puede ser compartida en tiempo y fecha por distintos grupos. Caso de aceptar el presupuesto enviaremos un contrato que deberá ser enviado a Natura 2000 firmado y con el sello del centro.
Los contratos de actividad se realizarán en dos pagos, uno al firmar el contrato y otro antes del inicio de la actividad.
Se devolverá el dinero de las actividades en caso de que haya alguna baja por prescripción médica, pero no el dinero prorrateado del bus para el desplazamiento en el caso de que se nos pida que lo contratemos, porque se trata de una empresa externa a nosotros. Si el grupo baja de 20 el presupuesto hay que cargarlo al resto.
Si algún menor rompe algo voluntariamente tendrá que pagarlo.
Enviaremos normas de convivencia que tendrán que venir firmadas por la dirección del centro o los tutores de los alumnos.

Horarios de llamadas

No se permiten teléfonos móviles

Deseamos una desconexión digital consciente de los participantes respecto a sus teléfonos móviles, ya que pretendemos mejorar la convivencia fuera de internet, además de que consigan prestar más atención a lo que ocurre a su alrededor, desarrollen su imaginación y su capacidad de reflexión, por lo que pedimos que no se traigan. En caso de tener que contactar por urgencia puede hacerse llamando a los móviles de dirección 675267587- 622856387 o a través de los responsables adultos que vengan al frente de cada grupo.

Autocares

Si contratan el autocar con nosotros, tendrá salida desde el colegio o lugar cercano y regreso al mismo lugar de salida. Dependiendo del número final de alumnos/as se contratará un microbús o un autocar. Todos nuestros precios presupuestados llevarán el IVA incluido.

Documentación

Es imprescindible una fotocopia de la tarjeta de la Seguridad Social o sociedad médica privada junto con la ficha de inscripción.

Material necesario

-Informe médico si existen alergias alimentarias.
-Útiles de aseo personal y toalla.
-Saco de dormir y almohada pequeña (caso de necesitarla).
-Camisetas y pantalones de deporte.
-Crema solar.
-Chándal completo, sudadera, etc.
-Ropa interior y calcetines.
-Chubasquero o similar si hay riesgo de lluvia.
-Gorra y linterna.
-Bañador y toalla de baño.
-Mochila mediana si la estancia recoge excursiones de senderismo.
-Zapatillas de deporte y de agua (chanclas para piscina y ducha).

Menú diario de comidas

Menú para acampadas de 5 días

Esté menú será seguido por todos los grupos.

Desayuno	Comida	Merienda	Cena
	Macarrones con tomate Salchichas Frankfurt Ensalada y helado	Bocadillo de Nocilla	Sopa de fideos, patatas fritas, palitos de merluza y yogur
Leche con Colacao, galletas, cereales, magdalenas y	Excursión, bocadillo* más fruta	Bocadillo de paté	Pollo, ensalada y gelatina.
Leche con Colacao, galletas, cereales, magdalenas y	Arroz a la cubana, croquetas, copa de chocolate.	Bocadillo de quesitos	Hamburguesa completa, patatas fritas y yogur
Leche con Colacao galletas, cereales, magdalenas y	Excursión, bocadillo* más fruta	Bocadillo de Nocilla	Sopa de maravilla, pizza y helado
Leche con Colacao, galletas, cereales, magdalenas y	Excursión, bocadillo* más fruta	Bocadillo de paté	

*Los bocadillos del picnic serán de filete de lomo a la plancha, tortilla de patatas y embutido.

A los niños y niñas que lo precisen, se les sustituirá la comida por razones de salud (con informe médico obligatorio) o motivos religiosos, siempre manteniendo una dieta adecuada y saludable. Nos adaptamos a sus necesidades.

Si algún niño necesita menú especial tiene que venir justificado por prescripción médica. Estimamos sólo las alergias con prescripción médica, excepto por motivos de religión. Si un participante cayera enfermo deben venir a recogerlo.

Monitor Tutor

Cada uno de los albergues estará tutelado por un monitor, que dormirá cerca de ellos y ayudará a seguir las pautas básicas de recogida de la habitación, higiene personal y cualquier ayuda que vuestros hijo/a puedan necesitar. Además será la persona que contacte con vosotros si fuera preciso.

Cada grupo tendrá que venir acompañado de un adulto responsable del mismo, bien sea maestro o profesor o responsable del AMPA, como enlace directo con el resto de padres. Si los participantes requieren ayuda para cambiarse de ropa, tienen que ayudar a los monitores los maestros, profesores o acompañantes del grupo. Si el grupo que desea hacer una excursión es inferior a 20 participantes, debe pedir presupuesto a oficina (tlf: 675267587).

Enfermería

Contamos, entre todo el personal al servicio de sus hijos, con un monitor de primeros auxilios de forma permanente en el albergue. Éste se encargará de:

La atención primaria

- Custodia de todos los medicamentos de los alumnos
- Posología de medicamentos que precisen (sólo

Se recogen los prescritos por médico, no sin prescripción facultativa)

- Supervisión de dietas alimenticias (intolerancias, celíacos, diabéticos, alergias, comidas especiales por motivos religiosos, etc.).

No obstante, el centro de salud más cercano dista a tres kilómetros, al cual nos desplazamos rápidamente si la situación lo requiere.

Todos los participantes en nuestras actividades tienen que rellenar una ficha con sus datos médicos para que podamos atender sus necesidades de forma individual.

Esta ficha se les enviará una vez contratada la actividad.

Programa de Actividades

PROGRAMA ACTIVIDADES DE UN DÍA

DÍA INDIO EN EL CAMPAMENTO DE NATURA 2000

10,00.- Llegada de autobús con los participantes.
Ubicación en comedor, división por tribus y pinturas de guerra.
11,00.- Actividades de tiempo libre y juegos indios de tiempo libre mediante el sistema de rotaciones por tribus:

- Rutas a caballo
- Piragüismo
- Tiro con arco
- Futbolín humano
- Juegos populares
- Deportes

13,00.- Baño (según época).
14,00.- Tiempo para comer
15,00.- Kiosko y juegos de mesa.
16,00.-Tirolina, saco, cajas (según edades) o Ginkana acuática (según época).
18,00.- Recogida de equipajes y regreso a casa.

PRESUPUESTO

18 euros/persona

(No incluye manutención de los participantes)

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE DOS DÍAS

DIA 1: ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

10,30.- Llegada de autobús con los participantes. Colocación en el albergue

11,00.- Actividades de tiempo libre: Rutas a caballo, tiro con arco, piragüismo, futbolín humano, deportes, petanca, indiacas y juegos populares.

13,00.- Baño (según época)

14,00.- Comida

15,00.- Juegos de mesa

16,00.- Baño o talleres (según época)

17,30.- Merienda.

17,45.- Tirolina o gincanas (según edades)

20,00.- Duchas y tiempo para llamar por teléfono

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE DOS DÍAS

DIA 2: EXCURSIONES

OPCIÓN 1: Sin coste adicional:

- Ruta de senderismo de 7 kilómetros (ida y vuelta), desnivel de 200 metros, por el antiguo camino de herradura al pueblo de Valdastillas, con visita a una cascada y a la piscina natural de la localidad (baño según época). Permite la observación del Valle del Jerte, con una panorámica de sus paisajes y la posibilidad de disfrutar de los cerezos en flor durante la espectacular floración de primavera.

OPCIÓN 2: Incrementa el presupuesto en 16 euros/participante, incluye bus:

-Visita a la localidad de Navaconcejo. Juego de pistas para conocer el pueblo. Ruta senderista a la Garganta de Las Nogaledas y baño, según época.

-Visita a la localidad de Jerte. Visita el Centro de la Naturaleza. Ruta por la Reserva Natural de la Garganta del Infierno hasta el baño de Los Pilones. Posibilidad de baño.

-Visita histórico-artística guiada a la ciudad de Plasencia: Recorrido guiado para conocer los principales monumentos y leyendas de la histórica ciudad, tales como sus catedrales, Plaza Mayor, recinto amurallado, palacio de los Marqueses de Mirabel, Monasterio de Santo Domingo etc, con posibilidad de baño según época del año.

-Visita a la localidad de Jerte, donde se realizará un juego de pistas para conocer el pueblo, con posibilidad de baño en su piscina natural, según época.

Programa de Actividades

OPCIÓN 3: Incrementa el presupuesto en 20 euros/participante, incluye el bus:

- Ruta Guiada por el Parque Nacional de Monfragüe: Observación de rapaces en Peñafalcón, visita al castillo, la ermita y el centro de interpretación y realización de una ruta de senderismo guiada a través del bosque mediterráneo.

PRESUPUESTO

De 20 a 40 participantes: 70 € / persona

Más de 41 participantes: 67 € / persona

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE TRES DÍAS

DIA 1: ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

10,30.- Llegada de autobús con los participantes. Colocación en el albergue

11,00.- Actividades de tiempo libre: Rutas a caballo, tiro con arco, piragüismo, futbolín humano, deportes y juegos de animación.

13,00.- Baño (según época)

14,00.- Comida

15,00.- Juegos de mesa

16,00.- Baño o talleres (según época)

17,30.- Merienda.

17,45.- Actividades de tiempo libre.

Tirolinas, juegos populares, juegos con cajas, deportes alternativos.

20,00.- Duchas

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE TRES DÍAS

DIA 2: INDIADA

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

10,00.- Indiada: maquillaje de los participantes para convertirlos en tribus indias.
Ginkana india con realización de distintas pruebas por equipos en una zona natural de bosques de ribera.

13,00.- Baño

14,00.- Comida

15,00.- Kiosko y Juegos de mesa

16,00.- Baño (según época)

17,30.- Merienda.

Realización de olimpiada india, con deportes y juegos adaptados de los que realizaron las tribus de los indígenas americanos y rastreo por el río Jerte (según época y condiciones meteorológicas)

20,00.- Duchas

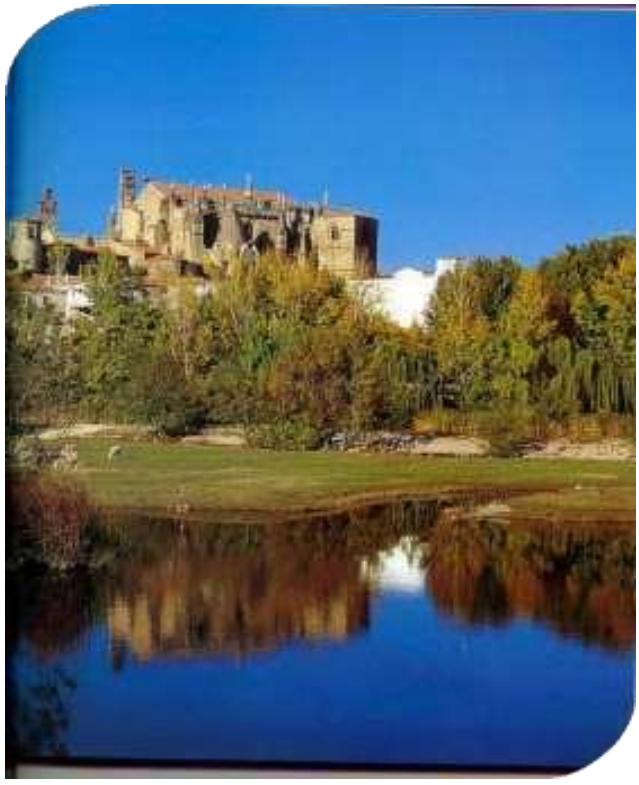
21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE TRES DÍAS

DIA 3: EXCURSIONES



OPCIÓN 1: Sin coste adicional:

- Ruta de senderismo de 7 kilómetros (ida y vuelta), desnivel de 200 metros, por el antiguo camino de herradura al pueblo de Valdastillas, con visita a una cascada y a la piscina natural de la localidad (baño según época). Permite la observación del Valle del Jerte, con una panorámica de sus paisajes y la posibilidad de disfrutar de los cerezos en flor durante la espectacular floración de primavera.

OPCIÓN 2: Incrementa el presupuesto en 15 euros/participante, incluye el bus:

- Visita a la localidad de Jerte y ruta de senderismo a la Reserva Natural de la Garganta del Infierno y a las piscinas naturales de Los Pilones. Posibilidad de baño según época.
- Visita a la localidad de Navaconcejo. Posibilidad de ruta senderista a la Garganta de Las Nogaledas y baño, según época.
- Visita histórico-artística guiada a la ciudad de Plasencia: Recorrido guiado para conocer los principales monumentos y leyendas de la histórica ciudad, tales como sus catedrales, Plaza Mayor, recinto amurallado, palacio de los Marqueses de Mirabel, Monasterio de Santo Domingo etc, con posibilidad de baño según época del año.

Programa de Actividades

OPCIÓN 3: Incrementa el presupuesto en 20 euros/participante, incluye el bus:

- Ruta Guiada por el Parque Nacional de Monfragüe: Observación de rapaces en Peñafalcón, visita al castillo, la ermita y el centro de interpretación y realización de una ruta guiada a través del bosque mediterráneo.

PRESUPUESTO

De 20 a 40 participantes: 99 €/ persona

Más de 41 participantes: 96 € / persona

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CUATRO DÍAS

DIA 1: ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

10,30.- Llegada de autobús con los participantes. Colocación en el albergue

11,00.- Actividades de tiempo libre: Rutas a caballo, tiro con arco, piragüismo, minigolf, badmington, indiacas y juegos de animación.

13,00.- Baño (según época)

14,00.- Comida

15,00.- Juegos de mesa

16,00.- Baño o talleres (según época)

17,30.- Merienda.

17,45.- Actividades de tiempo libre por Grupos: tirolina y deportes de montaña, Juegos populares, deportes alternativos.

20,00.- Duchas

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA CUATRO DÍAS

DIA 2: EXCURSIONES

OPCIÓN 1. Sin coste adicional (incluye picnic):

- Excursión andando al pueblo de Valdastillas por el antiguo camino de herradura. Ruta de 7 kilómetros (ida y vuelta), con desnivel de 200 metros con vistas panorámicas del Valle del Jerte, que permite disfrutar de los cerezos en flor durante la primavera, con visita a una cascada y a la piscina natural de la localidad (baño según época).
  Juego de pistas para conocimiento del pueblo. Visita a la garganta Marta.

OPCIÓN 2: Incrementa el presupuesto en 15 euros/participante, incluye el bus:

- Visita a Jerte, al Centro de Interpretación de la Naturaleza y ruta guiada a la Reserva Natural de la Garganta del Infierno hasta el famoso baño de Los Pilones. Posibilidad de baño según época.

- Visita histórico-ambiental guiada por la ciudad de Plasencia, recorriendo sus parques Centros de Interpretación de la Ciudad Medieval, catedrales, conventos, palacios etc. Posibilidad de baño según época.

OPCIÓN 3: Incrementa el presupuesto en 20 euros/participante, incluye el bus:

- Ruta Guiada por el Parque Nacional de Monfragüe: Observación de rapaces en Peñafalcón, visita al castillo, la ermita y el centro de interpretación y realización de una ruta guiada a través del bosque mediterráneo por la umbría del Parque hasta Villarreal de San Carlos. Posibilidad de baño al regreso según época.

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CUATRO DÍAS

DIA 3: INDIADA

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

10,00.- Indiada: maquillaje de los participantes para convertirlos en tribus indias.
Realización de ginkana india en bosque de ribera, por grupos, fomentando la cooperación.

13,00.- Baño y rastreo por el río Jerte (según época y condiciones meteorológicas)

14,00.- Comida

15,00.- Kiosko y Juegos de mesa

16,00.- Baño (según época)

17,30.- Merienda

18,00.-Macrojuego por equipos y deportes alternativos.

20,00.- Duchas

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CUATRO DÍAS

DIA 4: EXCURSIÓN EN BUS A NAVACONCEJO Y LA GARGANTA DE LAS NOGALEDAS

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

Excursión en bus a la localidad de Navaconcejo.

Realización de juego de pistas para conocimiento del pueblo.

Ruta de la Garganta de Las Nogaledas.

Comida y baño en la piscina natural de Navaconcejo.

Juegos en la naturaleza.

19,00.- Regreso en bus al campamento.

PRESUPUESTO

De 20 a 40 participantes: 120 €/ persona

Más de 41 participantes: 116 €/ persona

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CINCO DÍAS

DIA 1: ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

10,30.- Llegada de autobús con los participantes. Colocación en el albergue

11,00.- Actividades de tiempo libre: Rutas a caballo, tiro con arco, piragüismo, futbolín humano, badmington, y juegos de animación.

13,00.- Baño (según época)

14,00.- Comida

15,00.- Juegos de mesa

16,00.- Baño o talleres

17,30.- Merienda.

18,00.- Actividades de tiempo libre: tirolina, juegos populares, juegos con cajas, deportes alternativos, juegos de integración.

20,00.- Duchas

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CINCO DÍAS

DIA 2: VISITA A JERTE Y A LA RESERVA NATURAL DE LA GARGANTA DEL INFIERNO

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

10,00.- Salida hacia Jerte.

10,30.- Llegada a la localidad. Juego de pistas para conocimiento del pueblo. Paseo de 3 kilómetros hasta el Centro de Interpretación de la Naturaleza.

13,00.- Visita al Centro de Interpretación de la Reserva Natural de laGarganta del Infierno, el espacio protegido más emblemático del Valle del Jerte.

14,00.- Comida en picnic.

15,00.- Subida andando hasta el baño de Los Pilones (7 kilómetros ida y vuelta). Recorrido medioambiental por la reserva y posibilidad de baño (según época y temperatura)

19,00.- Merienda y regreso en bus.

20,00.- Duchas

21,00.- cena

22,30.- Juego nocturno

Programa de Actividades

PROGRAMA PARA ACTIVIDADES DE CINCO DÍAS

DIA 3: INDIADA

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

10,00.- Indiada: maquillaje de los participantes para convertirlos en tribus indias. Realización de ginkana india por equipos en bosque de ribera cercano al campamento, fomentando la colaboración entre participantes.

13,00.- Baño (según época y condiciones meteorológicas)

14,00.- Comida

15,00.- Kiosko y Juegos de mesa

16,00.- Baño o actividades (según época)

17,30.- Merienda.

18,00.- Macrojuego por equipos, juegos populares y deportes.

20,00.- Duchas

21,00.- Cena

22,30.- Juegos nocturnos

Programa de Actividades

PROGRAMA DE CINCO DÍAS

DIA 4: EXCURSIONES

OPCIÓN 1. Sin coste adicional:

- Excursión andando al pueblo de Valdastillas por el antiguo camino de herradura. Ruta de 7 kilómetros (ida y vuelta), con desnivel de 200 metros con vistas panorámicas del Valle del Jerte, que permite disfrutar de los cerezos en flor durante la primavera, con visita a una cascada y a la piscina natural de la localidad (baño según época).

OPCIÓN 2:

Incrementa el presupuesto en 15 euros/participante, incluye el bus:

-Visita histórico-artística guiada a la ciudad de Plasencia: Recorrido guiado para conocer los principales monumentos y leyendas de la histórica ciudad, tales como sus catedrales, Plaza Mayor, recinto amurallado, etc, con posibilidad de baño según época del año.

- Visita a la localidad de Navaconcejo. Juego de pistas para conocer el pueblo. Posibilidad de ruta senderista a la Garganta de Las Nogaledas y baño, según época.

OPCIÓN 3:

Incrementa el presupuesto en 20 euros/participante, incluye bus**:**

- Ruta Guiada por el Parque Nacional de Monfragüe, con paradas para observación de rapaces en Peñafalcón. Ruta guiada por la Umbría, Visita a Villarreal de San Carlos y baño al regreso (según época).

Programa de Actividades

PROGRAMA DE CINCO DÍAS

DIA 5: ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

8,30.- Levantarse

9,00.- Aseo y desayuno

9,30.- Recogida de equipajes.

10,00.- Actividades de ocio y tiempo libre:

Rutas a caballo, piragüismo, tiro con arco,

futbolín humano, juegos de animación.

13,00.-Baño (según época y climatología).

14,00.-Comida

15,00.-Kiosco, ping-pong y juegos de mesa.

16,00.-Baño o talleres (según época y climatología).

17,00.-Recogida de equipajes y regreso a casa

(puede variar la hora en función de las necesidades

de cada grupo).

PRESUPUESTO

De 20 a 40 participantes: 145 € / persona

Más de 41 participantes: 140 € / persona

CONTACTE CON NOSOTROS PARA PERSONALIZAR EL PROGRAMA DE ACTIVIDADES, AMPLIAR DÍAS O CONSULTAR CUALQUIER DUDA A TRAVÉS DE NUESTRO EMAIL eanatura2000@gmail.com o nuestros teléfonos 675267587 o 622856387