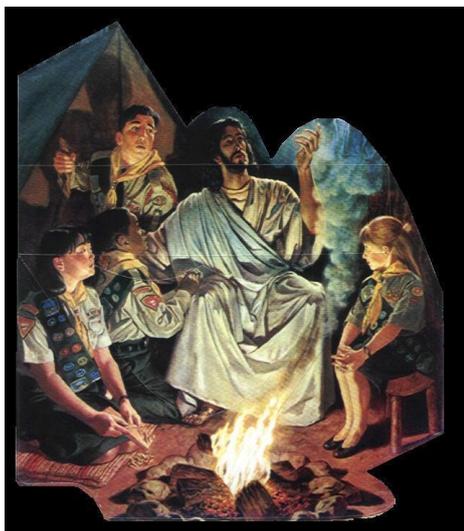


Manual de Atividades de Campo Para Classes



DSA – Divisão Sul-Americana da IASD
UCOB – União Centro Oeste Brasileira
AMT – Associação Matogrossense

ÍNDICE

CLASSE DE AMIGOS

*Completar uma das seguintes especialidades de Natação Principiante I ou Acampamento I.....	69/59
*Conhecer os diferentes métodos para purificar água e demonstrar sua habilidade em construir um abrigo. Em seguida, considerar o significado de Jesus como a água da vida e nosso refúgio.....	04
*Demonstrar como devemos cuidar corretamente de uma corda. Fazer e conhecer o uso prático dos seguintes nós: Simples – Cego – Direito – Cirurgião – Lais de Guia – Duplo – Escota – Catau – Pescador – Fateixa – Volta da Fiel – Gancho – Volta da Ribeira Ordinário.....	07
*Participar de um Acampamento em que haja, pelo menos, um pernoite.....	30
*Ser aprovado em um teste de Segurança Geral.	15
*Armar, desarmar, limpar e guardar uma barraca e preparar uma cama de acampamento, com materiais naturais.....	16
*Saber 10 regras para fazer uma caminhada e o que fazer quando estiver perdido.	17
*Aprender os sinais para seguir uma pista. Fazer e seguir uma pista de 2 quilômetros, com no mínimo 10 sinais, que também possa ser seguida por outros.....	18
*Demonstrar como assar, ferver e fritar alimentos em um acampamento, ou completar a especialidade de Fogueiras e Cozinha ao Ar Livre.....	42/67
*Começar uma fogueira com um fósforo, usando materiais naturais, e mantê-la acesa.....	51
*Usar corretamente uma faca, facão e uma machadinha e conhecer dez regras para usá-los com segurança.....	21
*Fazer 5 nós rápidos.	07

CLASSE DE COMPANHEIRO

*Completar a especialidade de Natação Principiante II ou Acampamento II.....	70/61
*Ajudar no planejamento de uma excursão ou acampamento com sua unidade ou clube, envolvendo pelo menos um pernoite.	30
*Descobrir os pontos cardeais sem a ajuda de uma bússola.....	39
*Participar em um acampamento de final de semana, e fazer um relatório destacando o que mais lhe impressionou positivamente.	30
*Aprender os nós.....	04
*Completar a Especialidade de 1º Socorros Básicos.	74
*Preparar uma refeição sem utensílios de cozinha.....	42

CLASSE DE PESQUISADOR

* Apresentar seis segredos para um bom acampamento. Participar em um acampamento de final de semana planejando e cozinhando duas refeições.	33
*Completar a Especialidade de Primeiros Socorros.....	74
*Explicar o que é um mapa topográfico, o que se espera que ele indique, e, seu uso. Identificar pelo menos 20 sinais e símbolos usados em mapas topográficos.	45
*Recapitular ou aprender as quatro amarras básicas e construir um móvel de acampamento.....	09
*Planejar um cardápio para uma viagem de 3 dias de acampamento para 4 pessoas, usando pelo menos 3 alimentos desidratados diferentes.....	30
* Enviar e receber uma mensagem por Radioamadorismo - conhecimento básico.....	84

CLASSE DE PIONEIRO

*Fazer o fogo refletor e demonstrar seu uso.	51
*Participar em um acampamento de final de semana, arrumando de maneira apropriada uma bolsa ou mochila, com equipamento pessoal e alimento suficiente para sua participação.	47
*Completar a Especialidade de Resgate Básico.....	79
*Completar a Especialidade de Orientação.....	81
*Ser capaz de acender uma fogueira num dia de chuva. Saber como conseguir lenha seca e manter o fogo aceso. Demonstrar habilidade em usar corretamente uma machadinha.....	51
*Completar o seguinte requisito: Participar em uma atividade simples de emergência e resgate usando dois rádios comunicadores.....	84

CLASSE DE EXCURSIONISTA

*Completar uma especialidade em atividades recreativas não conseguida anteriormente.....	66
*Completar a Especialidade de Vida Silvestre.....	84
*Apresentar 5 atividades , junto a natureza que podem ser desenvolvidas nas tardes de sábado.....	56
*Desenvolver um projeto para 5 móveis de acampamento e um portal para o clube.	11

CLASSE DE GUIA

*Participar de um acampamento de fim de semana. Discutir o equipamento que deve ser levado.....	34
*Planejar e cozinhar de maneira satisfatória 3 refeições ao ar livre.....	42
*Construir e utilizar um móvel de acampamento em tamanho real, com nós e amarras.....	11
*Completar uma especialidade não conseguida anteriormente que possa ser contada para Mestrado	86
*Projetar 3 tipos de abrigo, explicar seu uso e utilizar um deles num acampamento de fim de semana.....	04

Tudo posso naquele que me fortalece.

* Métodos para Purificar a Água.

Qualidade de Água

Este é um fator essencial para o sucesso do acampamento ou excursão, pois a água contaminada pode causar enfermidades digestivas ou intestinais. Além do desconforto natural, isso pode deixar a pessoa incapacitada e até colocar a vida em risco. As melhores fontes de água estão no alto, nas minas e nos pequenos riachos das montanhas.

Em primeiro lugar, lembre-se de que água transparente e límpida não significa necessariamente água potável. Esteja atento aos seguintes sinais de poluição:

* Pegadas de gado * Trilha ou caminho rio acima * Temperatura morna * Água parada, sem correnteza e sem plantas nas margens. * Cor e mau cheiro. Como o " olhómetro" não é um método seguro de avaliar a qualidade da água, purifique-a sempre por um dos seguintes meios:

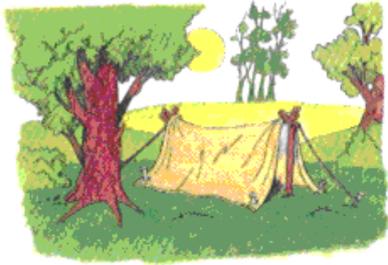
- A) **FERVURA** – Filtre a água e um tecido bem limpo para eliminar impurezas maiores, e em seguida ferva-a por pelo menos cinco minutos. Depois, passe-a de uma vasilha para outra várias vezes, de certa altura, para voltar a oxigená-la, devolvendo-lhe assim o sabor agradável e resfriando-a mais rapidamente. Algumas gotas de limão ou laranja também ajudam a tirar o gosto da água fevida.
- B) **IODO** – Use uma cápsula ou três gotas por litro de água. Misture bem e deixe repousar por 30 minutos antes de utiliza-la.
- C) **CLORO** – Há várias concentrações. Use a seguinte dosagem: cloro a 1% (10 gotas por litro de água); de 4 a 6% (duas gotas por litro de água); 7 a 10% (uma gota por litro de água). Misture bem e deixe em repouso por 30 minutos antes de usar. Se a água for escura, duplique a dosagem e o tempo de espera. Existe cloro em pastilha e um anti-sabor, que anula o gosto ruim do cloro.

* Abrigos Improvisados.

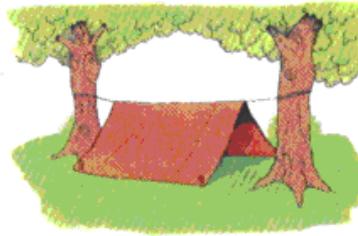
Dicas

- Faça pequenas valetas debaixo de cada beirada do abrigo. Em caso de chuva, elas conduzirão a água para fora.
- Nunca deixe objetos encostados na parede da barraca, onde pode haver infiltração de água.
- Colchão molhado de manhã em uma barraca nem sempre é sinônimo de que alguém não achou o caminho do banheiro. Se o solo estava úmido ao dormir, o calor de seu corpo pode causar evaporação. Umedecendo o colchão. Uma das formas de evitar que isso aconteça é colocar jornal ou plástico sob o colchão.

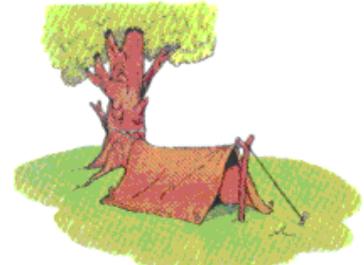
Abrigos com cobertura de lona



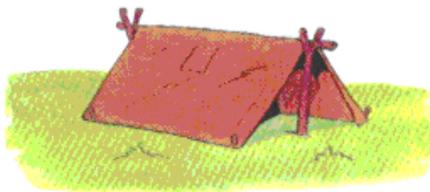
1. Entre duas estacas



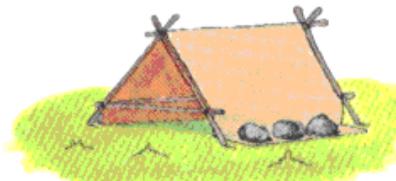
2. Entre duas árvores



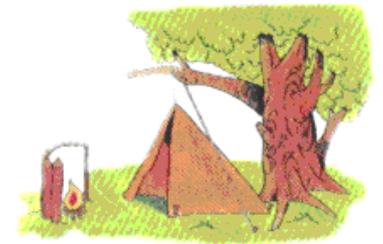
3. Entre uma árvore e uma estaca



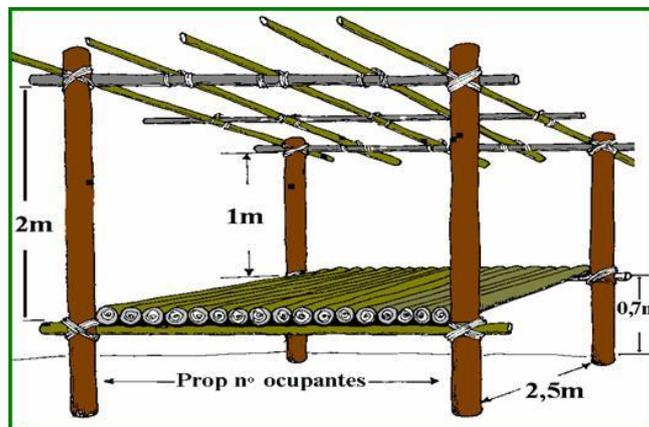
4. Abrigo para quando o tempo estiver seco e não houver corda



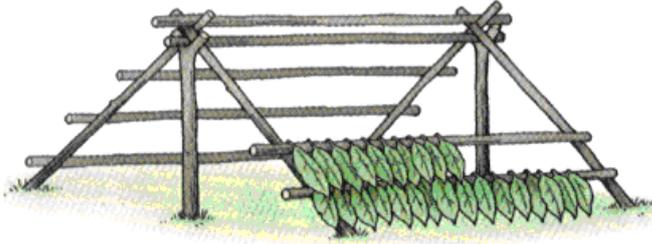
5. Outro abrigo sem a utilização de cordas



6. Abrigo tipo meia pirâmide



Abrigos com cobertura natural



Use duas forquilhas para fazer as colunas principais e quatro varas fortes para as laterais. Depois é só amarrar as varas de apoio e cobrir com folhas de palmeira, folhas largas, pedaços de casca de árvores, molhos de capim



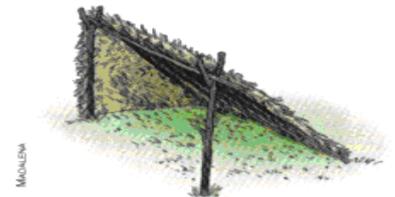
ou folhas de bambu. Amarre as folhas com as pontas para baixo, sobrepondo-as, conforme a ilustração. Comece debaixo, até a cumeeira.



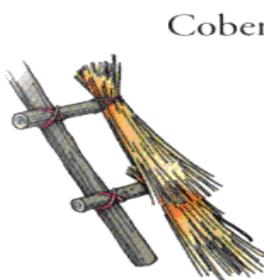
Folha de palmeira dobrada



Amarração dos molhos de capim para telhados

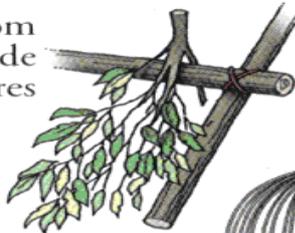


Abrigo tipo alpendre



Cobertura com molhos de capim

Cobertura com ramos de árvores



Cobertura com folhas largas



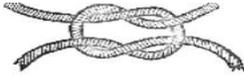
Estrutura de abrigo de varas tipo iglu

* Nós e Amarras

Simples – Cego – Direito – Cirurgião – Lais de Guia – Duplo – Escota – Catau – Pescador – Fateixa – Volta da Fiel – Gancho – Volta da Ribeira – Ordinário.



Nó Simples
Esse é um laço comum usado na maioria dos nós



Nó Cego
Escorrega e é praticamente inútil.
Devemos evitá-lo



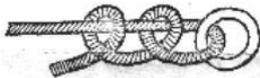
Nó Direito
Não escorrega, nem aperta, sendo fácil de desatar. É também usado para amarrar embrulhos, é valioso em primeiros socorros



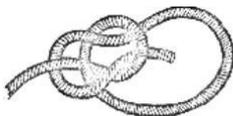
Nó de Cirurgião
Usado pelos médicos para atar os pontos de uma incisão.



Nó Corredeço
É usado para amarrar um cavalo a um poste. O nó escorrega, mas, quando atado convenientemente, se torna mais apertado quanto mais se puxar.



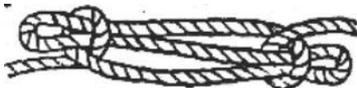
Nó Fateixa
Útil por ser fácil de executar e não fugir sob qualquer esforço, geralmente ele é usado para atar a linha do anzol.



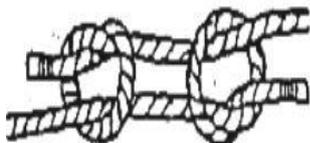
Nó Lais de Guia
É usado para resgate de pessoas em prédios incendiados. É um nó que não corre nem emperra.



Nó de Escota
Usado para amarrar duas cordas de diferentes grossuras.



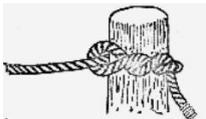
Nó Catau
Muito útil para encurtar um cabo onde os extremos estejam presos.



Nó de Pescador
Muito prático para ligar cabos finos e duros como linhas de pescar. Não foge e é fácil de desatar.



Volta do Fiel
É utilizado nos portos, fácil de atar e sendo mantida a pressão sobre ele, não escapa.



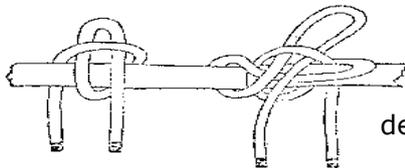
Volta da Ribeira
É usado para mover ou elevar postes ou troncos.



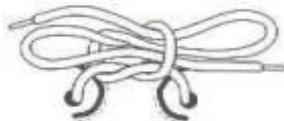
Nó Ordinário
Usado para amarrar dois cabos de içar ou outros cabos grossos.



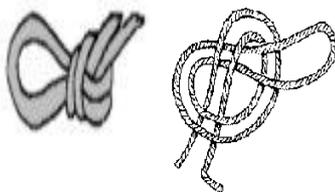
Nó Gancho
Atar a corda a um gancho.



Volta do Salteador
Utilizado para prender uma corda a um bastão, com uma ponta fixa e outra que quando puxada desata o nó. Nó utilizado para descer de um tronco com um dos cabos e desamarrar o nó com a outra ponta do cabo.

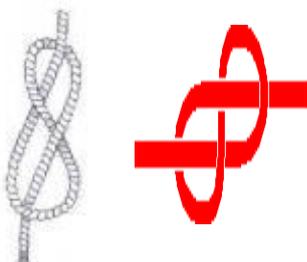


Nó Duplo
É o nó de cadaço. Usado pela execução fácil e rápida.

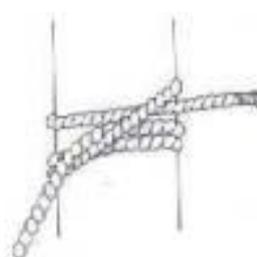


Nó Azelha
É usado para suspender prumo, formar uma alça fixa no meio de um cabo ou asa, ou destinado a pendurar um cabo. É dado na ponta de um cabo; não poderá receber esforço; pois será difícil de desfazer. Outras vezes é feito em ponto poído do cabo para substituir o catau.

NÓ OITO



VOLTA ESTICADA



VOLTA PARADORA



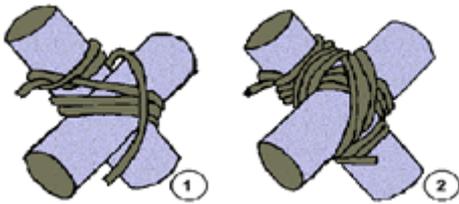
Amarra Diagonal (ou em X)

Serve para aproximar e unir duas varas que se encontram formando um ângulo agudo. É menos usada que a Amarra Quadrada, mas é muito utilizada na construção de cavaletes de ponte, pórticos etc. Para começar usa-se a Volta da Ribeira apertando fortemente as duas peças, dão-se três voltas redondas em torno das varas no sentido dos ângulos, e em seguida, mais três voltas no sentido dos ângulos suplementares, arrematando-se com um anel de duas ou três voltas entre as peças (enforcamento) e uma Volta de Fiel para encerrar. Pode-se também encerrar unido a ponta final a inicial com um nó direito. Serve para aproximar e unir duas varas que se encontram formando um ângulo agudo. É menos usada que a Amarra Quadrada, mas é muito utilizada na construção de cavaletes de ponte, pórticos etc. Para começar usa-se a Volta da Ribeira apertando fortemente as duas peças. Em seguida dão-se três voltas redondas em torno das varas no sentido dos ângulos, arrematando-se com um anel de duas ou três voltas entre as peças e uma Volta de Fiel para encerrar. Para unir duas varas em forma de X ou em diagonal.

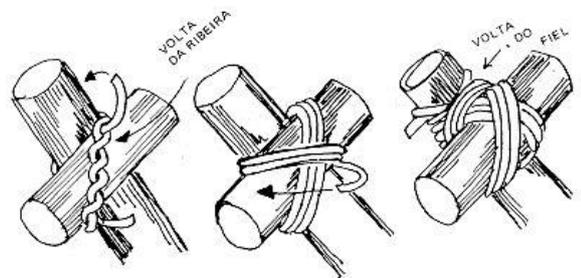
A - Coloque duas varas na posição mostrada pela *figura 1*, formando um X. Mantenha-se nesta posição continuamente.

B - Comece com o nó volta do fiel com mostra na *figura 2*. Dê três ou quatro voltas em torno das forquilhas.

C - Dê três ou Quatro voltas em trono da varas, na direção oposta ao cruzamento. Puxe firme cada volta para que fique bem apertado.



D - Aperte três vezes entre as varas e termine como na amarra plana.



Amarra Quadrada (ou plana)

É usada para unir dois troncos ou varas mais ou menos em ângulo reto. O cabo deve medir aproximadamente setenta vezes o diâmetro da peça mais grossa. Começa-se com uma Volta de Fiel bem firme ou uma Volta da Ribeira. A ponta que sobre desse nó, deve ser torcida com o cabo para maior segurança ou utilizada para terminar a amarra unindo-se a ponta final com um nó direito. As toras ou varas são rodeadas por três voltas completas redondas entre as peças (enforcamento) concluindo-se com a Volta do Fiel na vara oposta ao que se deu o nó de início ou com o nó direito na extremidade inicial. Observe o desenho. Para unir varas em ângulos retos ou em cruz.

A - Coloque as duas varas na posição mostrada na *figura 1*.

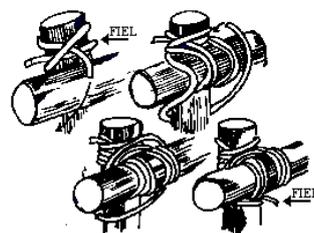
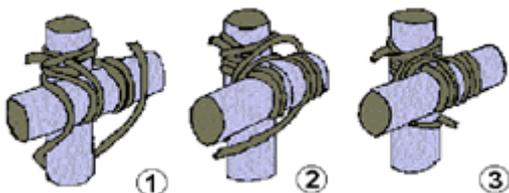
B - Dê um nó volta do fiel com uma extremidade da corda na vara vertical, fazendo passar a extremidade mais comprida da corda pelo laço, conforme mostra a *figura 2*, o que fortalece o nó.

C - Mantenha fiemente unidas as varas, passando a corda por baixo e em frente a vara horizontal, então por trás e para cima, de novo em torno e pela frente, de modo que a corda volta a posição inicial. Repetir esse enlaçamento pelo menos três vezes, firmando fortemente a marra. Não cruzar a corda sobre e centro das varas ou no topo ou em baixo.

D - Termine por apertar bem, isto é feito enrolando a corda entre as duas varas e puxando firmemente para uní-las com a primeira volta.

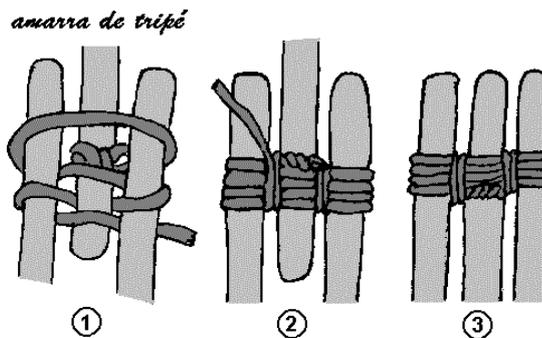
E - Termine com qualquer dos seguintes nós:

Volta do Fiel, Nó Direito, Fateixa em volta de uma vara e unindo as extremidades da corda com uma escota.



Amarra de Tripé (ou tripode)

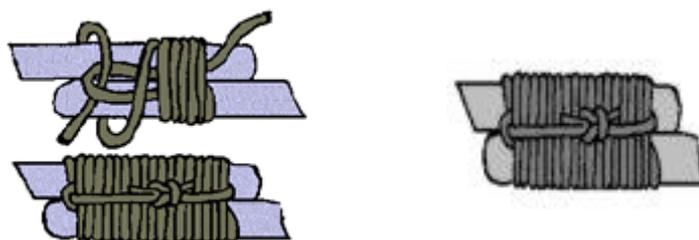
Esta amarra é usada para a construção de Tripés em acampamentos, afim de segurar lampiões ou servir como suporte para qualquer outro fim. A amarra de tripé é feita iniciando com uma volta da ribeira e passando alternadamente por cima e por baixo de cada uma das três varas, que devem estar colocadas lado a lado com uma pequena distância entre elas. A vara do meio deve estar colocada bem acima, afim de amarrar a sua extremidade inferior à extremidade superior das outras duas ao lado. Não é necessário o enforcamento nesta amarra, pois ao ajustar o tripé girando a vara do meio a amarra já sofre o "enforcamento" sendo suficientemente presa. Entretanto, em alguns casos o enforcamento pode ser feito, passando voltas entre as varas e finalizando com uma volta do fiel ou nó direito preso a extremidade inicial.



Amarra Paralela (ou circular)

Serve para unir duas varas colocadas paralelamente. Pode ser usada para apoiar ou até sustentar o outro bambu. Faz-se uma argola e dá-se voltas sobre ela e as duas varas como se estivesse falçaando, terminando, também como uma falçaça, passando a ponta do cabo pela argola e puxando a outra extremidade para apertar. Finaliza-se com um nó direito unindo as duas extremidades.

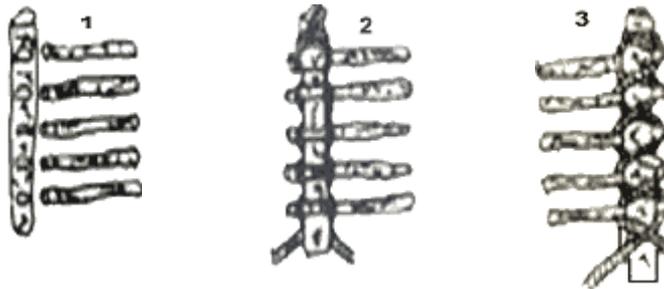
- A** - Faça um nó volta do fiel em torno de uma vara.
- B** - Coloque a segunda vara paralela, fazendo com a outra extremidade da corda várias voltas paralelas até que ambas as varas estejam firmes.
- C** - Dê três voltas bem apertadas em torno da corda entre as varas, como se vê na figura, apertando bem cada volta.
- D** - Termine com o nó direito, volta do fiel ou fateixa.



Amarra Contínua

Para prender várias varas em ângulos sempre retos transversais em outra vara.

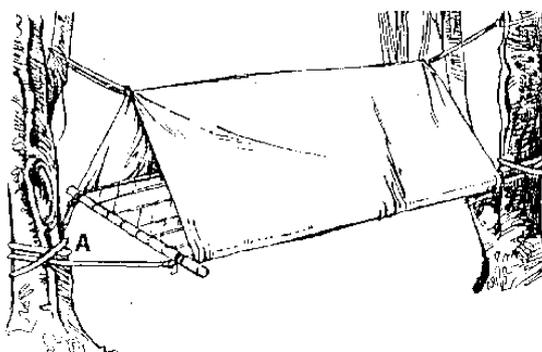
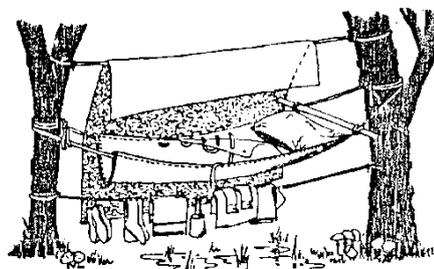
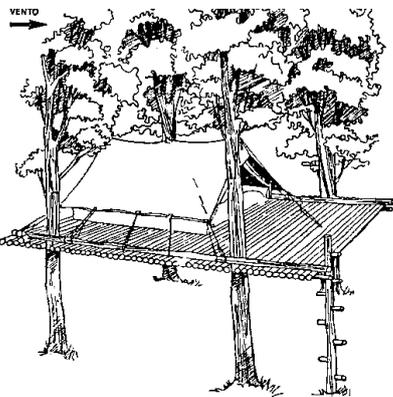
- A** - Corte as varas no tamanho desejado e apare as extremidades. Entalhe a vara de armadura, como na *figura 1*, encaixe as outras varas na posição correta.
- B** - Com o meio da corda dê um nó volta do fiel na vara de estrutura, passando as extremidades do corte sob cada vara conforme a *figura 2*. O nó deve ser feito de modo que as extremidades da corda apertem a laçada enquanto passam ao longo da vara de estrutura.
- C** - Com uma extremidade da corda em cada mão, puxe sôbre o cruzamento e por baixo da vara de estrutura.
- D** - Cruze a corda formando um X, como mostra a *figura 3*, puxando bem para apertar.
- E** - Traga de novo para cima sôbre o cruzamento, repetindo a operação até passar por todos os cruzamentos.
- F** - Termine com o nó direito, fateixa ou volta do fiel, e enfie as extremidades da corda por baixo da ultima vara.



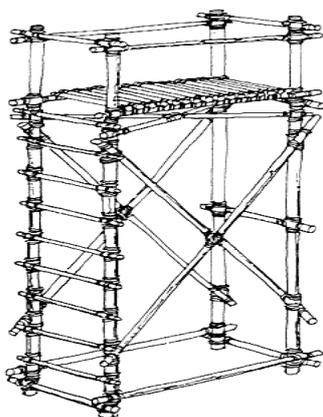
* Móveis e Pionerias

Se você é daqueles que pensam que para acampar é preciso abrir mão de qualquer tipo de conforto, "pagar todos os pecados", e sofrer muito, é porque ainda não aprendeu a fazer o que está explicado neste módulo. Com as quatro amarras já ensinadas e os nós necessários, você poderá fabricar diversos móveis rústicos: cadeiras, mesas, estantes, cabides, pias e até mesmo o banheiro e o sanitário; tudo isso sem necessidade de martelo e pregos.

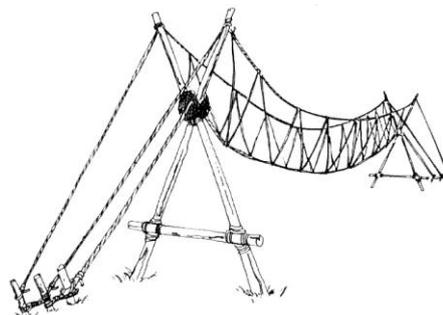
Abrigo suspenso



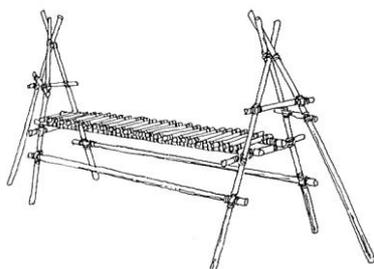
Torre de observação



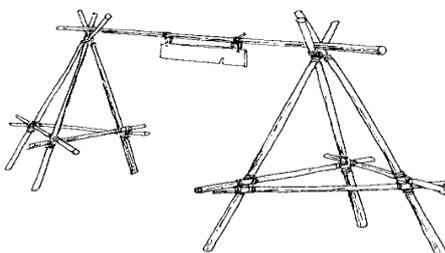
Ponte de Macaco



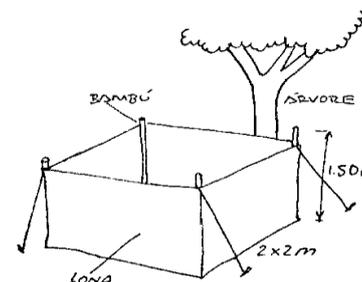
Mesa Simples



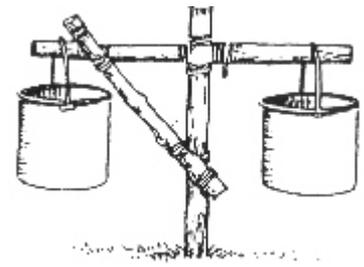
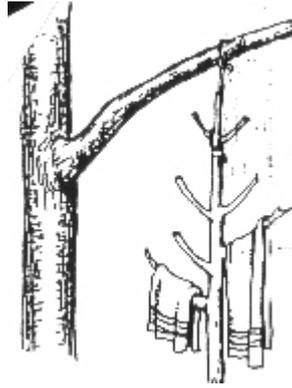
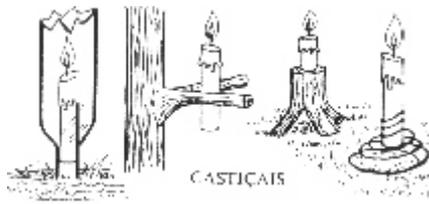
Portal



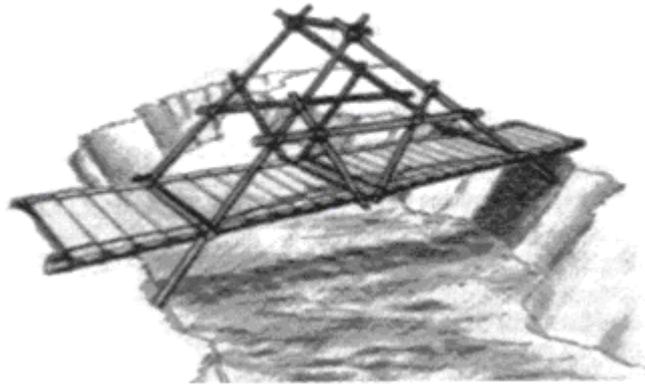
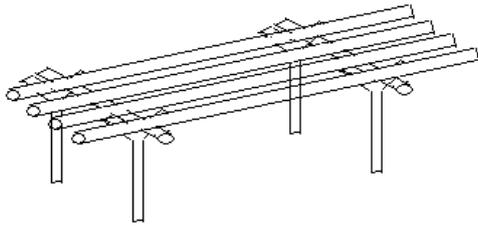
Latrina

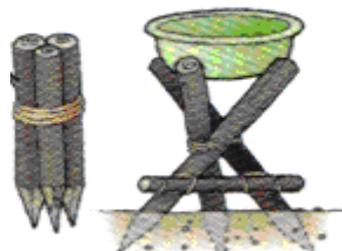
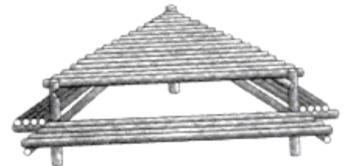
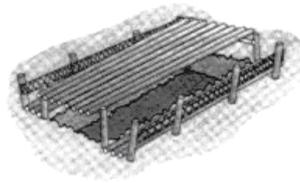
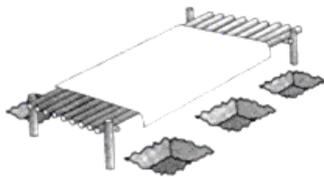
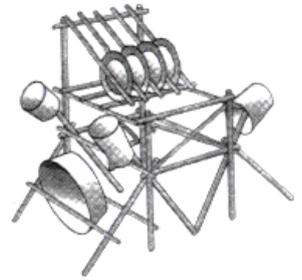
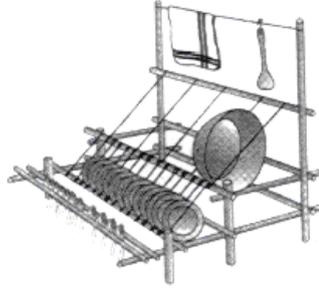


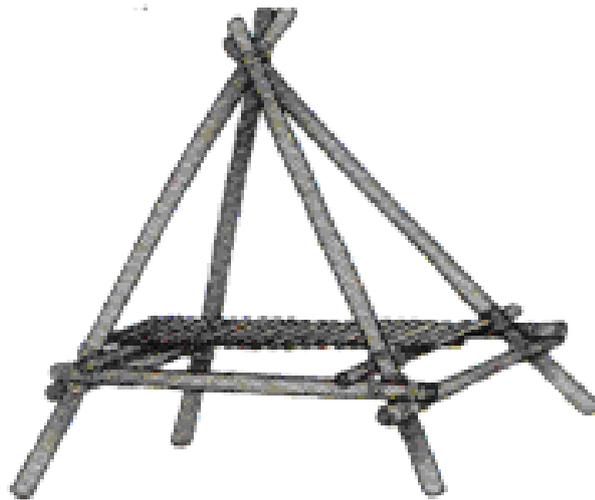
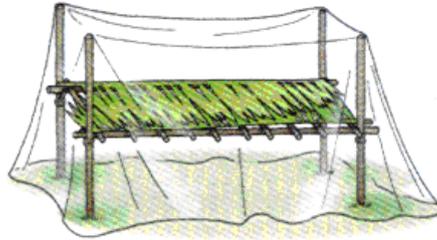
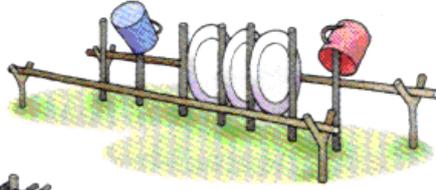
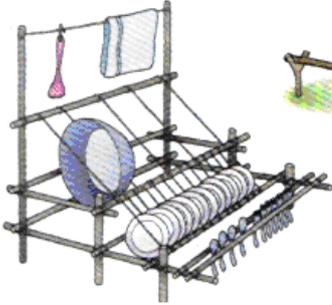
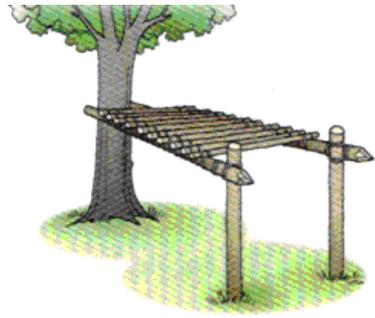
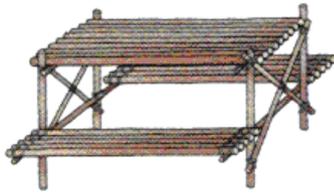
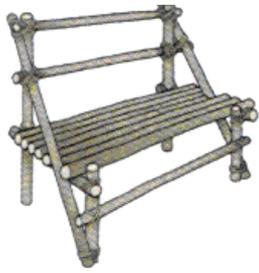
Outros



CAMA







* **Segurança Geral.**

SEGURANÇA NA ÁGUA

O afogamento acontece quando uma pessoa fica submersa em água ou outro líquido e a respiração pára. Se as vias aéreas não forem esvaziadas, a vítima morre. Quase-afogamento é quando a pessoa está em perigo de afogamento.

É preciso muito pouco líquido para que uma criança se afogue. De fato, apenas 5 centímetros de água em uma banheira ou tanque já são suficientes para matar um bebê maior.

Vasos sanitários também são perigosos, se uma criança cai com a cabeça dentro deles.

Adultos costumam se afogar em situações diferentes. Durante o tempo quente, por exemplo, os adultos ficam tentados a se refrescar com bebidas alcólicas enquanto nadam ou andam de barco. Esta não é uma boa idéia. O álcool interfere no bom julgamento e é um dos fatores mais importantes no afogamento de adultos.

Causas

- Câimbras no abdome ou nas pernas
- Perda de consciência
- Brincar em local muito fundo ou muito turbulento, ou acidentado para a sua habilidade de nadar
- Cair em águas profundas como poços artesianos, dutos de drenagem ou qualquer outra área que colete água de chuva
- Não saber nadar
- Derrame (acidente vascular cerebral)
- Ataque cardíaco
- Não usar salva-vidas ou bóias

Para evitar que uma criança se afogue:

- Nunca vire as costas para um bebê em banheiras, tanques, piscinas, etc.
- Mantenha as crianças fora do banheiro, exceto se supervisionadas por um adulto.
- Coloque maçanetas à prova de criança nas portas do banheiro se necessário.
- Coloque uma cerca de segurança ao redor da piscina e instale portões de fechamento automático.
- Certifique-se de manter os portões sempre trancados.
- Certifique-se de que os vizinhos também tenham cercas ao redor das piscinas.
- Considere a possibilidade de ter um telefone sem fio no jardim para chamar um atendimento de emergência se necessário.
- Nunca deixe uma criança sozinha perto da água, piscinas ou qualquer outro grande reservatório de água.
- Ensine seu filho a nadar. Aulas para crianças de até 6 meses de idade ensinam as crianças a se manterem na superfície da água.
- Diga a seus filhos para nunca nadarem sozinhos e nunca nadarem muito longe da beirada sem a companhia de um adulto que saiba nadar.
- Alerta seus filhos para sempre verificarem a profundidade da água antes de mergulharem. Ela deve ser no mínimo de 2,70 metros.
- Faça curso de ressussitação cardiopulmonar e de segurança na água.

Para evitar que um adulto se afogue:

- Aprenda a nadar.
- Nade em local com salva-vidas, se possível.
- Nunca nade sozinho em uma praia ou piscina. Alguém deve estar por perto para o caso de você sofrer uma câimbra ou outra possível emergência.
- Se você não sabe nadar, sempre use bóias ou salva-vidas ao entrar no mar, piscinas e lagos ou andar de barco.
- Sempre verifique a profundidade da água antes de mergulhar. Ela deve ser de no mínimo 2,70 metros. Nunca mergulhe em uma piscina que fique acima do nível do solo.
- Não use banheiras ou Jacuzzi se tiver bebido bebidas alcólicas. Você pode cair no sono na água morna e relaxante, escorregar para baixo da água e se afogar.
- Faça curso de ressussitação cardiopulmonar e de segurança na água.

SEGURANÇA COM FOGO

Quem brinca com fogo pode se queimar. Respeite o fogo. Não brinque com ele. Se você vir alguém facilitando, oriente. Nunca despeje combustível líquido diretamente sobre o fogo (álcool,

gasolina ou outro). Depois de usar o fogo, apague-o. No caso de fogueiras, vigie o fogo constantemente.

* Montar e Desmontar uma Barraca

A barraca é o equipamento principal do acampamento. Ao comprar a barraca deve-se pesquisar muito bem, pois a uma grande variedade de modelos, marcas e materiais podem confundir o comprador. Deve-se ter em mente na hora da compra o número de pessoas a que a barraca se destina, se vai ser levada de carro ou carregada nas costas, etc.

Há modelos importados de qualidade superior e mesma faixa de preço que os modelos nacionais, que perdem de longe quando o assunto é acabamento da barraca. Basta comparar.

Eis algumas características de alguns modelos mais comuns:



Barraca do tipo Canadense

É um dos modelos mais tradicionais, de formato triangular quando vista de frente.

Fácil de montar. Pode ser encontrada em tamanhos variados.

Como sua armação geralmente é de metal, é pesada para ser carregada a pé por trechos longos.

O material também influi na escolha, sendo as feitas de lona mais quentes e pesadas que as fabricadas em nylon.



Barraca do tipo Bangalô

Também tradicional, parece uma casa. Tem quartos e uma varanda onde pode ser instalada a cozinha.

É muito pesada por possuir a armação de metal e ser fabricada em lona.

Abriga no mínimo 5 pessoas. Boa para famílias inteiras.



Barracas do tipo Iglu

Vários modelos, de formato variável, desde o tradicional iglu até modelos tubulares semelhantes a casulos.

Há modelos grandes de base hexagonal com capacidade para mais de cinco pessoas.

A armação é de fibra sintética (vidro, carbono), muitas vezes mais leve que as armações metálicas.

São fabricadas em nylon e muito leves para carregar.

Perdem em durabilidade para as de armação metálica.

MONTANDO BARRACAS

Diversos são os tipos de barracas, havendo também improvisações com lonas de diferentes tamanhos.

Obs.: não se devem armar barracas em terrenos em declives fortes (grandes inclinações), cabeça de morro ou crista de serra, em solo úmido e argiloso, em que possa formar poças de lama, ou em terreno perigoso em que a irregularidade de fincar estacas e espeques prejudicando o trabalho de instalação.

Os terrenos arenosos exigem cuidados especiais na fixação dos espeques ou estacas para maior segurança da barraca.

Espeques ou Estacas - serão cravados no solo de modo a construírem uma boa ancoragem; o ângulo do material a se cravado no solo e de 45 graus em relação ao terreno.

Piso da Barraca - é necessário uma boa impermeabilização. A irradiação do calor terrestre traz sempre umidade pela evaporação.

As paredes da barraca devem estar ajustáveis ao solo, para que não haja corrente de ar e não entre pequenos animais (alguns perigosos).

PERMITINDO O AREJAMENTO DA BARRACA - Deve estar colocada de modo a receber os raios solares, de preferência pela manhã, ou pelo menos durante seis ou oito horas. Por outro lado, sua fixação deve possibilitar o levantamento das abas ou extremidades durante o dia, para que o

movimento do ar retire a umidade decorrente da evaporação do solo. Não estando chuvoso o tempo, todo material existente no interior da barraca deve ser inteiramente exposto ao sol.

Caminhadas e o que fazer quando estiver perdido.

CUIDADOS BÁSICOS QUE PRECISAM SER OBSERVADOS EM UMA CAMINHADA

- Busque informações sobre o percurso. Saber o grau de dificuldade, a distância e o tempo a ser gasto.
- Não viaje sem avisar alguém sobre seu destino e a que horas pretende voltar
- Leve sempre com você identificação pessoal e o número telefônico de um conhecido, da polícia, ou do corpo de bombeiros da região.
- Ao cruzar portões, cercas, cancelas etc., deixe-os como os encontrou.
- Se estiver em grupo, respeite seus limites e não se importe em ficar por último, caso o seu ritmo seja mais lento. Se você estiver liderando, fique atento aos ritmos dos mais lentos e apóie-os.
- Ainda que o dia esteja ensolarado, inclua na bagagem sempre um agasalho e uma capa de chuva.
- Suas mãos devem estar livres. Todo o equipamento deve caber na mochila.
- Leve pelo menos um litro de água com você. Aumente para dois litros, se o passeio durar mais de cinco horas e você não tiver certeza de encontrar água potável no local. Não espere ter sede para tomar líquidos.
- Seu calçado deve ser confortável e com solado antiderrapante.
- Alimento fácil: sanduíches, frutas secas ou frescas, barras de cereais, castanhas, etc. É importante que seja alimento energético, fácil de carregar e de pouco volume.
- Tenha sempre a mão um estojo de primeiros socorros com pinça, agulha, algodão, álcool iodado, cotonetes, espelho pequeno e bandagem triangular.
- Inclua na bagagem saquinho plástico para trazer o lixo ou roupa suja e molhada de volta. Não tire nada mais, além de fotos; e não deixe nada além de pegadas.
- **Quando estiver em grupo sinalize com uma bandeira a testa e a calda da fila indiana.**

PASOCOLA que significa: Parar, Acalmar-se, Sentar, Orar, Comer, Orientar-se, Lembrar e Andar.

1. Manter a calma
2. Gritar mais procurar ouvir também
3. Não ande ou corra desesperadamente.
4. Permaneça no lugar, lembre-se outras pessoas estarão procurando por você.
5. Procure descansar
6. Ore
7. Alimente-se e beba água
8. Oriente-se
9. Faça um fogueira e acenda se possível
10. Se tiver de caminhar marque os lugares por onde passar

A palavra é ESAON.

E - estacione
S - sente-se
A - alimente-se
O - oriente-se
N - navegue

* Sinais de Pista

Há vários manuais que dão vários tipos de sinais de pista, abaixo colocaremos alguns utilizados pelos desbravadores. Estes sinais são muito difundidos no meio escoteiro também.

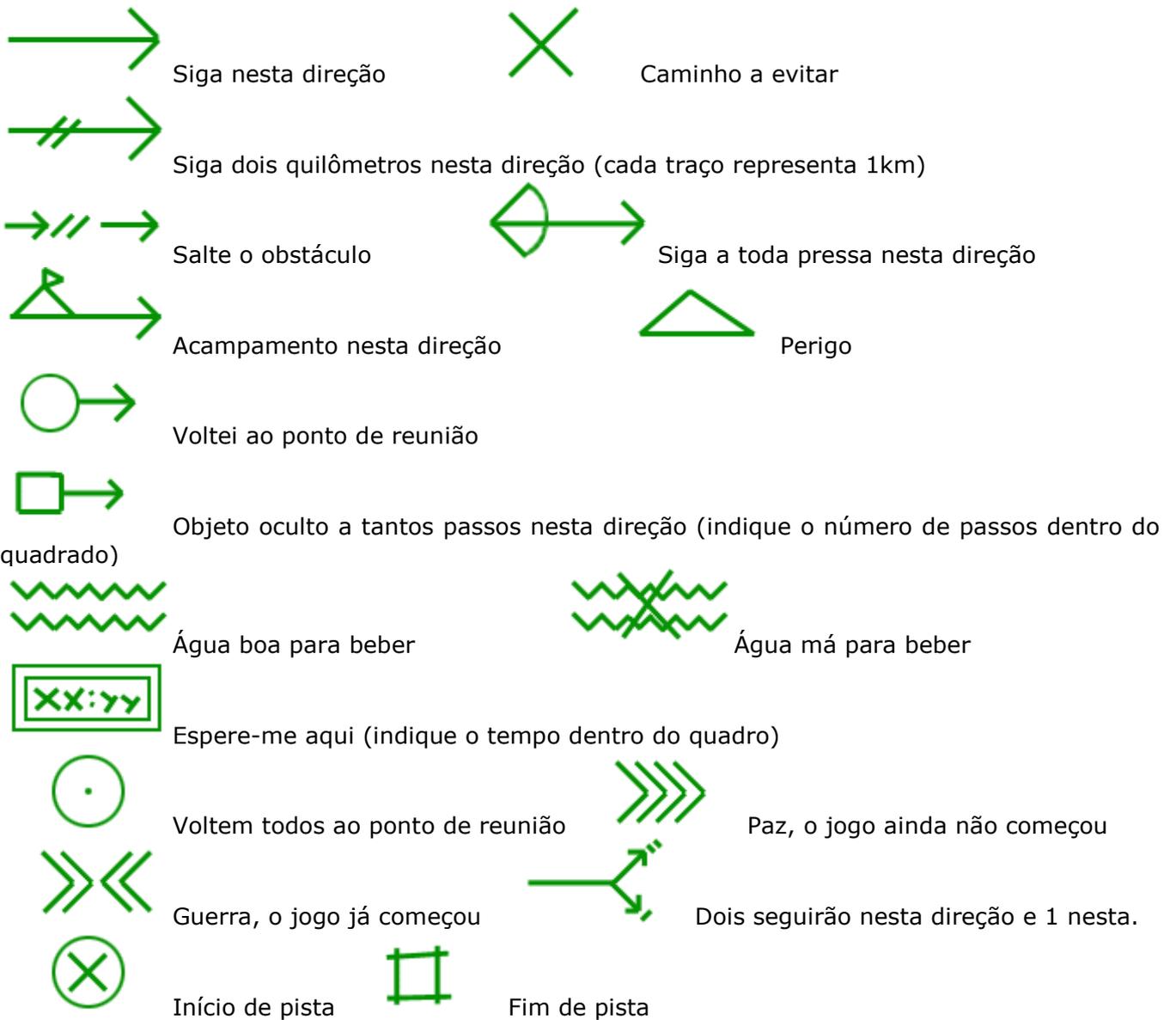


É uma boa atividade de observação. Primeiro você deve aprender os sinais de pista utilizados para comunicação nas trilhas de florestas e nos campos. Alguns, são idênticos aos usados no passado pelos aventureiros, indígenas e exploradores. Nas estradas, nos campos e no mato encontramos sinais deixados no chão, nas árvores e nos rios, por animais ou pessoas. A essas pegadas, quando tomadas numa direção e com um fim, é que denominamos "pista". Seguir uma pista exige observações que põem em jogo a acuidade dos sentidos e o vigor da inteligência. Quem se dedica a essa atividade adquire conhecimentos muito úteis e elevado grau de percepção das coisas. Naturalmente que seguir uma pista real para a descoberta de um animal ou pessoa, demanda oportunidades e interesses que muitas vezes nos escapam. Por isso é que os escoteiros iniciam o aprendizado utilizando sinais convencionais próprios, colocados em pontos que facilitam a observação.

As Regras para a montagem de uma trilha com sinais de pista:

- a) Os sinais são feitos à direita dos caminhos.
- b) Os sinais devem ser visíveis.
- c) Quando venta não podem ser utilizados papéis ou folhas.
- d) Os sinais não devem ser traçados a mais de um metro de altura do solo.
- e) Nos cruzamentos de estradas devem ser sempre colocado o "caminho a evitar" nas que não vão ser utilizadas.
- f) Nos lugares movimentados devem ser feitos muitos sinais.
- g) Os sinais devem ser traçados obedecendo a condição do terreno: em terrenos difíceis, de 2 em 2 metros, nas rochas, de 5 em 5, nas matas, de 20 em 20, nos campos, de 30 em 30 metros. Nos casos de interesse geral não empregar sinais convencionais limitados à patrulha e sim adotados geralmente.
- h) Vários são os sinais empregados em nossas atividades. Outros podem ser convencionados pela patrulha. Nos desenhos apresentados, damos indicações dos principais. O sinal de "perigo" deve ser colocado onde quer que exista algum, e sobretudo onde há "caminho a evitar"

A pista sempre tem um começo e um final marcados com sinais característicos. Se você perder a pista volte até o último sinal que achou e procure com atenção nas proximidades até achar o próximo. Ande devagar e com os olhos bem atentos.



Perigo!



Caminho a Seguir



No sentido da pedra maior



Por aqui



No sentido da parte mais alta



Por aqui  No sentido do pau maior

Voltar à Esquerda

 No sentido da pedra maior

Voltar à Direita

 No sentido da pedra maior

*Uso Correto da Faca, Facão, Machadinha e Machado.

A faca de Mato ou Canivete

A faca de mato é uma ferramenta bastante útil para o Desbravador e, por isso, deve ser bem comprada e bem cuidada.

Ao comprares a faca de mato, verifica se o cabo é resistente e se está bem equilibrada.

Normalmente as facas de mato já são vendidas com uma bainha. Se a tua não tiver, deves arranjar-lhe uma o mais depressa possível. Podes sempre decorar a bainha da faca com coisas que te identifiquem, como uma espécie de marca pessoal.



Para verificares se a faca está bem equilibrada, tenta precisamente equilibrar a faca em cima de um dedo, colocando este no início da lâmina, mesmo junto ao cabo.

Como entregar a Faca de Mato a outra pessoa

Alguns acabam sempre por se cortarem com facas de mato (e mesmo canivetes) ao receberem-nas de outra pessoa. O Desbravador deve saber como entregar corretamente uma faca de mato, e também ter o devido cuidado ao recebê-la de outra pessoa.

Não há uma maneira única de entregar a faca de mato. Apenas é preciso ter cuidado para ninguém se cortar na lâmina.



NÃO - ao dar a faca com a lâmina para a frente, a pessoa que a recebe pode-se cortar, mesmo que lhe vá pegar no cabo. Uma faca deve sempre ser entregue com o cabo livre para se lhe pegar.



NÃO - quando a pessoa que recebe puxar a faca, a lâmina desliza sobre os dedos de quem está a entregar, cortando-os de imediato.



SIM - a pessoa que entrega a faca de mato nunca se corta, porque os dedos estão fora do alcance da lâmina. Por seu lado, a pessoa que a recebe, tem o cabo completamente livre para lhe pegar, ficando igualmente fora do alcance da lâmina.

Como cortar um pau com a Faca de Mato

Para evitar que se corte um dedo ou uma mão, os movimentos da faca devem ser sempre feitos para fora do nosso corpo, no sentido oposto à mão com que seguramos no pau ou ramo. Assim, a lâmina da faca nunca vem contra nós por azar !



SIM

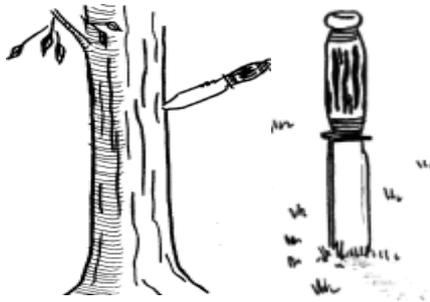


NÃO

Cuidados a ter com a Faca de Mato

A faca deve andar sempre na bainha, quando não estiver a ser usada. No fim dos acampamentos e atividades, deves sempre cuidá-la, seguindo os seguintes passos:

- 1- Limpá-la cuidadosamente de todos os detritos, usando petróleo se for preciso;
- 2- Secar bem toda a faca, por causa da ferrugem;
- 3- Afiar bem a lâmina para ficar pronta para a próxima atividade;
- 4- Untar toda a lâmina (e outras partes metálicas) com óleo para a proteger da ferrugem;
- 5- Embrulhá-la num bocado de plástico, para conservar o óleo;
- 6- Guardá-la numa gaveta ou caixa onde ficará em segurança.



Enquanto estás no campo e te estás a servir da faca de mato, podes precisar de a pousar e não teres a bainha perto, ou então teres a faca tão suja que não a queiras guardar na bainha. Alguns cometem os maiores erros nestas alturas, mas você como bom desbravador, farás o correto.

NUNCA deves espetar a faca numa árvore viva nem na terra. Se espetar a lâmina na terra poderás encontrar uma pedra que te estrague o fio da lâmina. De qualquer maneira, mesmo espetando em areia, há sempre prejuízo para o fio da lâmina.

Para além disto, deves ainda ter o **cuidado de deixar a faca de maneira a que ninguém se corte na lâmina**. Deixar a lâmina no meio do chão é um dos erros mais comuns de alguns: para além de apanhar demasiada umidade e de alguém a poder pisar e parti-la, alguém descalço ou de chinelos pode passar e cortar-se. Também **espetar uma faca num cepo pode ser perigoso**, pois alguém se pode cortar ao passar com um pé ou uma mão, para além de acabar por torcer o bico da faca caso seja espetada de ponta.



Deves nunca esquecer que quando espetas uma faca num cepo, **é apenas por alguns minutos ou segundos**, e que o local não pode ser freqüentado por outras pessoas, senão alguém se pode cortar.

NÃO deves usar a tua faca de mato (ou canivete) num **veículo em movimento**, como exemplo num comboio ou autocarro. Um solavanco inesperado pode causar um acidente com a lâmina. No caso de uma travagem brusca, a faca pode vir mesmo a espetar-se no corpo (teu ou de outra pessoa).

Quando comesças a usar a faca de mato, e tal como no caso do machado, deves ter a preocupação de **verificar se tens pessoas junto a ti**, que poderiam vir a ser vítimas de algum deslize da lâmina.

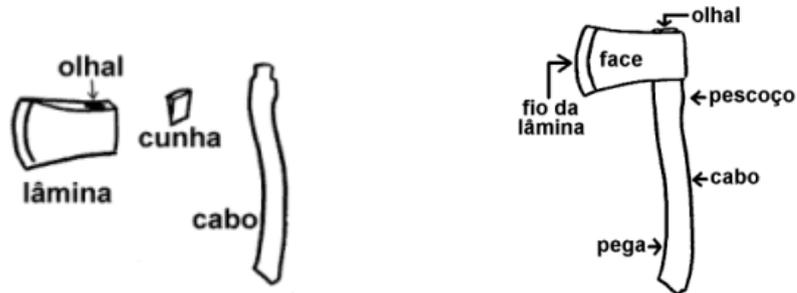
Se transportares a tua **faca de mato dentro da mochila**, deve ter cuidado para não a enfiar à força no meio das coisas, pois o bico da faca pode furar a bainha e rasgar o material ou mesmo a mochila.

A machadinha ou Machado

Ao cortares uma espia ou cabo, não cortes na vertical, mas sim obliquamente, tal como com o machado.

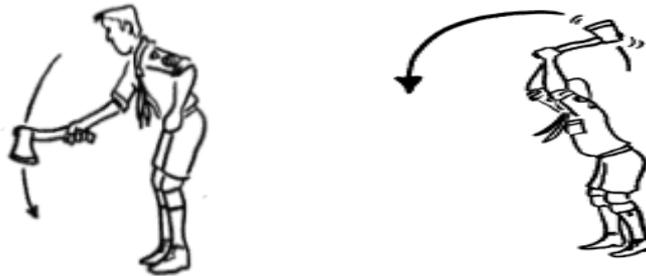
A diferença entre o **machado** e a **machada** (ou machadinha) está no tamanho. O machado é grande e usa-se com as duas mãos. A machada é mais pequena e basta uma mão para a manobrar. O Desbravador costuma usar a machadinha.

Nomenclatura do Machado:



Utilização do Machado

O Desbravador sabe usar o machado e a machada corretamente.



A machada, usada só com uma mão, requer mais pontaria do que força. De fato, os golpes com a machada são dados pausadamente, calculando sempre o local do golpe, e sem excesso de força.

Uma machada não se pega com as duas mãos desferindo fortíssimos golpes no alvo.

O machado, apesar de ser pego com 2 mãos, usa-se também pausadamente, sem força excessiva e apostando sempre na pontaria.

SIM



NÃO



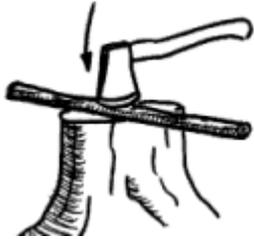
A machada, por poder ser usada apenas com uma mão, deve ser pegada pela «pega», na ponta do cabo, e não a meio do cabo.

Tem-se melhor balanço, e é preciso fazer-se menos força.

Sempre que se começa a usar um machado, deve-se verificar o seguinte:

- 1- se a cunha está bem fixa; mergulhar o machado em água faz inchar a madeira e assim garantir melhor a fixação do cabo na lâmina;**
- 2- se não há ninguém à volta que possa ser atingida por um golpe;**

SIM

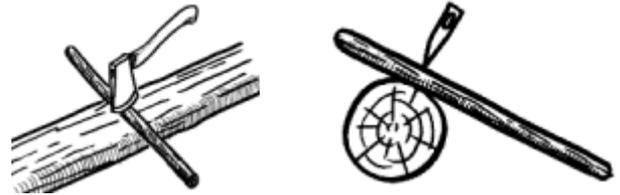


Para cortar um ramo, **nunca o devemos fazer em cima da terra**, pois a lâmina acabará sempre por se enterrar no solo, estragando o fio. Deve-se sempre apoiar o ramo em cima de um cepo mais grosso.

NÃO



SIM

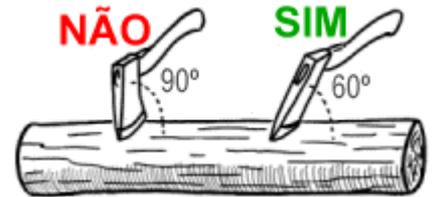


O **ponto onde vamos cortar deve estar bem apoiado** e o mais fixo possível.

Nunca se deve desferir golpes com o machado sobre um ponto do ramo que esteja sem apoio, pois o efeito será muito pouco e o ramo ao vibrar pode fazer com que o machado salte e atinja o utilizador.



NÃO



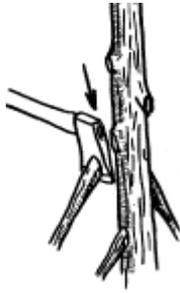
A inclinação do machado é importantíssima para os efeitos dos golpes. Nunca se devem dar os golpes com a lâmina num ângulo de 90°, ou seja, na vertical. Deve-se inclinar sempre o machado para fazer aproximadamente um ângulo de 60°.

Os golpes devem ser alternados, ora inclinado para a esquerda ora para a direita.



O machado nunca deve ser usado como martelo, pois não foi para isso que foi feito.

Desbastar um Tronco



SIM

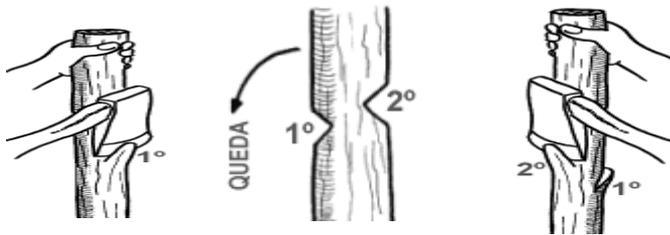


NÃO

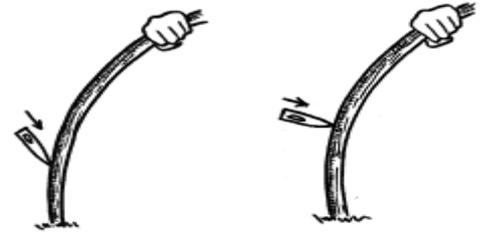
Para limpar ou desbastar um ramo ou tronco, começa-se pelo início (parte mais grossa) e vai-se avançando em direção à ponta, no sentido de crescimento da árvore. Se os golpes forem dados no sentido contrário, acabará por rachar o tronco.

Cortar um tronco na vertical (ou abater uma árvore)

A técnica apenas precisa de duas zonas de golpe: a primeira de um lado, e a segunda do lado oposto e mais em cima. Esta técnica aplica-se tanto para um ramo, como para um tronco, como para uma árvore. No caso de uma árvore, esta cairá para o lado da primeira zona de golpe.



SIM



NÃO

Para cortar uma vara verde, seguras pela parte de cima para a vergar. Os golpes devem ser dados com inclinação de 60° e não perpendicularmente à vara. Vergar a vara aumenta o efeito de corte do machado.

Rachar Lenha

Para rachar lenha, começa-se por cravar a lâmina no tronco (não precisa de ser com muita força), junto a uma das extremidades.

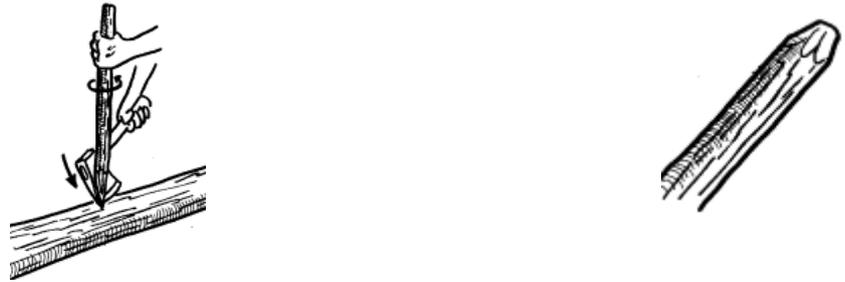
De seguida, vais batendo com o conjunto tronco-machado em cima de um cepo.

Aos poucos e poucos o machado vai-se enterrando cada vez mais no tronco, rachando-o ao meio.



Fazer uma Estaca

Para afiar uma estaca, deves apoiá-la em cima de um cepo, e golpearas com pontaria, como na figura. A cada golpe rodas um pouco a estaca.

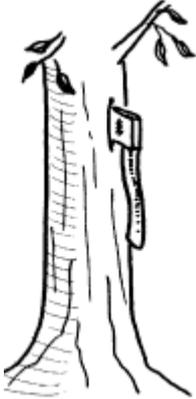


Uma estaca deve ter a parte de trás ligeiramente desbastada, como na figura acima, para evitar que, ao bater na nela, se desfaça.



Segurança

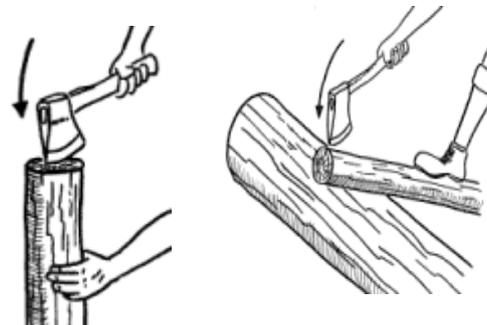
Para além de saber manejar corretamente o machado, o Desbravador deve igualmente saber tomar todas as medidas de segurança relativamente a esta ferramenta.



Tal como a faca de mato ou outra qualquer ferramenta cortante, o machado não deve ser deixado caído no meio do chão, encostado a uma árvore e muito menos ainda cravado no tronco vivo de uma árvore.



O seu manejo deve observar regras de segurança para o utilizador, assim como para pessoas que se encontrem por perto.



Deves ter todo o cuidado ao usares o machado para que este não te atinja uma perna ou um braço. Se estiveres a segurar com a mão no tronco ou ramo que cortas, verifica se a mão não fica ao alcance de nenhum golpe desviado por acaso. O mesmo cuidado deves ter com as pernas, as quais deverás abrir conforme a posição em que estejas a cortar, de modo a que o machado nunca te atinja a perna, mesmo no caso de um golpe mal dado e que se desvie.

Como guardar o machado

O machado deve ficar guardado dentro da respectiva bainha, ou cravado num cepo ou num suporte próprio montado no campo.

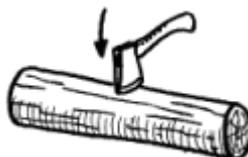


Num suporte próprio

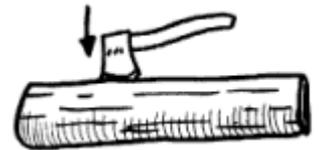
Para cravar o machado num cepo é comum verem-se alguns a desferirem grandes golpes sem grandes resultados. A técnica consiste unicamente em espetar a lâmina em bico, e não com o fio todo. Além disso, a lâmina deve ficar paralela ao cepo.



SIM



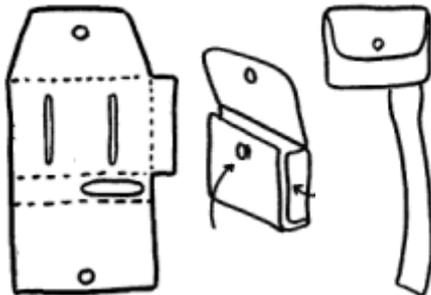
NÃO



NÃO

Fabricação de uma Bainha

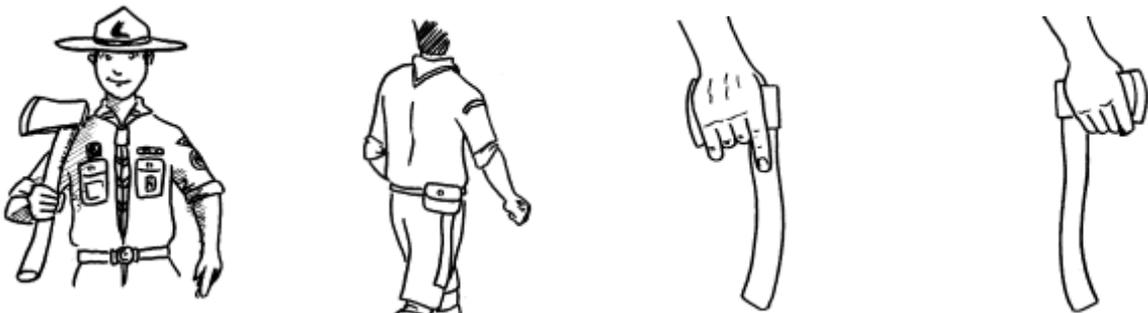
Como a maior parte dos machados que se vendem não trazem bainha, deves saber fazer uma com facilidade, para que o teu machado ande sempre protegido e até o possas trazer à cintura. O material ideal é o cabedal. Se não tiveres cabedal, podes usar qualquer tecido grosso do tipo lona ou ganga, que não se rompem com facilidade. Para o reforçares podes fazer duas ou três camadas.



Depois de o cortares com o feitio que se indica na figura, abres orifícios para passares o cinto e para enfiar o cabo do machado. Estes orifícios, no caso de usares tecido, devem ser costurados do mesmo modo que as casas dos botões nas camisas, para não se rasgarem. Depois, é só coseres com fio grosso, e colocares um botão. Num sapateiro encontras com facilidade um botão de mola de fácil uso e que não custa nada a montar.

Transporte

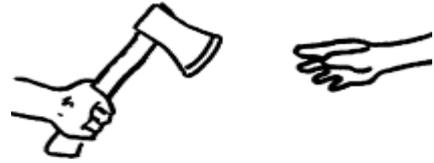
O transporte do machado é outro fator importante na segurança. Quando o transportares na mão, segura-o sempre pela lâmina, e nunca pelo cabo. Os pequenos quando pegam no machado pela primeira vez, costumam andar a passear com ele segurando no cabo e balanceando-o «à índio», arriscando-se a bater com a lâmina nas pernas ou a atingir algum colega. Se o machado for grande podes levá-lo ao ombro, mas sempre com o fio da lâmina virado para fora.



Quando se passa o machado a outra pessoa, deves entregá-lo sempre segurando na lâmina, para que lhe possam pegar facilmente no cabo.



SIM



NÃO

Conservação

Para evitar a ferrugem, deves ter em atenção alguns conselhos:

- quando regressas de uma atividade, limpa bem o machado, para tirar toda a humidade;
- para retirar ferrugem, usa palha-de-aço;
- para conservar o machado sem ferrugem, unta a lâmina com óleo ou outra gordura, e envolve-a com plástico;

Afiar a Lâmina

Para afiars a lâmina podes usar uma simples pedra de esmeril, a qual deves manter molhada com água ou, melhor ainda, com óleo. Usa movimentos circulares, deslocando para a frente. Se a pedra for grande, fixa-a (por exemplo num cepo) e imprime ao machado os movimentos circulares (observa a figura). Se a pedra for pequena, pega nela com uma mão e, tendo cuidado para não te cortares, anda com ela igualmente em movimentos circulares, mantendo o machado fixo.



Se a lâmina tiver bocas (ou lâmina romba), deves começar por as fazer desaparecer usando uma lima (de preferência triangular), e só depois usar a pedra de esmeril.



SIM

NÃO

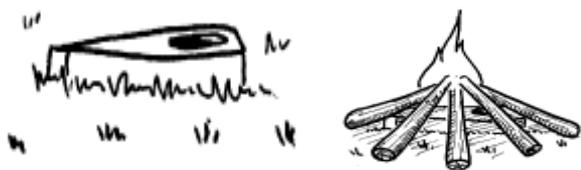
NÃO

Uma lâmina com "bocas"

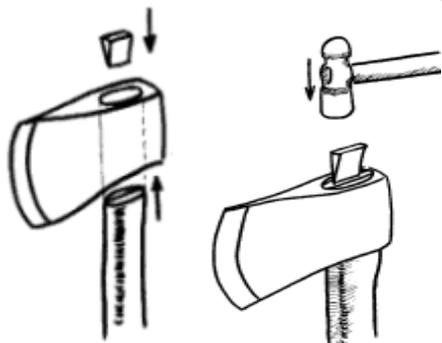
Quando estiveres a desbastar a lâmina do machado, para lhe retirar as bocas, tem cuidado. O fio da lâmina deve ficar com uma forma nem muito longa nem muito curta. Observa a figura para veres qual é a melhor forma.

Reparação do Cabo

Se por acidente, ou qualquer outro motivo, o cabo do machado se partir, eis uma forma fácil de retirar os restos da madeira do cabo de dentro do olhal da lâmina. Começas por cavar um pequeno buraco em terra úmida onde enterras ligeiramente a lâmina deixando o olhal de fora.



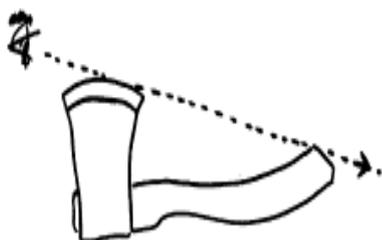
Depois, fazes uma pequena fogueira em pirâmide por cima, de modo a queimar a madeira. Logo que acabes e possas retirar então facilmente os restos de madeira queimada de dentro do olhal, deves mergulhar a lâmina em água fria para que não destempere.



Depois de feito o cabo novo, insere-o no olhal e fixa-o com uma cunha.



O machado deve ser bem equilibrado. Para testar o equilíbrio, colocas o machado sobre o dedo indicador, na zona do «pescoço», onde acaba o cabo e começa a lâmina. Se o machado se equilibrar é porque está em boas condições de equilíbrio.



Num machado bem alinhado, o gume da lâmina deve estar em linha com a ponta do cabo. Para evitar que o cabo rache ao bater com a ponta numa superfície dura, deve-se cortar essa mesma ponta.



* Acampamentos

OBJETIVOS DO ACAMPAMENTO

- Ajudar jovens e juvenis a sentirem a proximidade de Deus e se tornarem familiarizados com Ele através da criação.
- Preparar nossos juvenis para o tempo de tribulação vindoura.
- Aumentar a familiarização dos acampantes.
- Aprender a viver ao ar livre.
- Ensinar confiança própria.
- Satisfazer o espírito de aventura.
- Desenvolver o vigor físico.
- Por em prática os ensinamentos aprendidos no Clube.

COMO ESCOLHER UM BOM LOCAL PARA ACAMPAR

Um bom local para acampar deve ter água potável próximo ao local do acampamento, o terreno deve escoar a água da chuva com facilidade. Deve ser de fácil acesso, porém não próximo das cidades, a fim de evitarmos visitas inesperadas. O local deve oferecer segurança aos acampantes. Deve ter lenha próxima.

Antes de qualquer coisa, deve se obter o máximo de informação sobre o local onde você irá levar sua unidade ou Clube, por meio de mapas, cartas topográficas, ou informações de amigos e pessoas que conheçam o local. Assim fazendo, a unidade ou Clube evitará maiores problemas quando for acampar no local.

Devemos sempre evitar terrenos que sejam pedregosos, pois dificulta a armação das barracas, abrir valetas e torna desconfortável ao dormir. Terreno encharcado deixa o local enlameado trazendo dificuldades em acender fogo, ao caminhar e etc... O terreno arenoso torna difícil a montagem das barracas, por não oferecer resistência na colocação dos espeques. As encostas de morros trazem problemas com enxurradas e deslizamentos, e a crista de morros por ventar forte. Não devemos acampar debaixo de árvores, afim de evitarmos queda de galhos, e por ser a árvore um para raio natural.

Devemos armar nossas barracas com a frente virada para onde o vento sopra, e não de frente para o vento.

TOPOGRAFIA - Condições de escoamento de água e solo próprio para fixar e armar as barracas. Espaço suficiente para o acampamento e atividades.

ACESSO - Estradas dá para passar a condução? Se chover dá para voltar?

SEGURANÇA - À distância segura de rios, local de enxurradas, encostas, animais perigosos, marginais, pântanos. Pontes seguras?

RECURSOS NATURAIS - Lenha, bambus, cachoeiras com água potável, árvores para atividades com corda, bosque para trilhas, etc.

Quando for acampar, você deve tomar os seguintes cuidados:

1 - Antes de qualquer coisa, deve-se obter o máximo de informação sobre o local aonde você irá, por meio de mapas, fotos topográficas, ou informações de amigos e pessoas que conheçam o local. Assim evitará maiores problemas quando for acampar no local.

2 - Quando acampando, a barracas devem estar bem esticadas e quando possível, a barraca ter um sobre-teto (ex: plástico). Se você perceber que irá chover, cave uma valeta com cerca de 8 cm.

3 - A sua barraca deve estar a sotavento, isto é, com a frente da barraca para onde o vento sopra, assim como a cozinha e o fogo desta, pois o fogo ficando assim, o fumo e as fagulhas não cairão sobre a barraca.

4 - Evite armar sua barraca em terreno:

- a - Pedregoso: dificuldade para dormir, armar a barraca, abrir valetas, etc.
- b - Encharcado: problema de lama, dificuldade para acender o fogo, etc.

- c - Arenoso: dificuldade em armar a barraca que poderá cair com um simples vento e outros problemas.
- d - Terreno inclinado: problema de enxurradas, a barraca dificilmente ficará esticada.
- e - Encosta de morro: problemas de enxurradas e desmoronamento.
- f - Crista de morro: muito vento.
- g - Debaxo de árvores secas: problemas de queda de galhos ou da própria árvore.

5 - Antes de sair é indispensável fazer o cardápio das refeições e a lista dos gêneros e as quantidades de compra. Os alimentos devem ser variados e fortes, bastantes ovos e leite, frutas e verduras quando possível.

6 - Cavar uma vala ou trincheira para servir de latrina é outro ponto muito importante, deve ser uma das principais coisas a serem feitas ao chegar no local de acampamento.

A vala por trincheira de latrina deverá ter 60 cm de profundidade, 90 cm de comprimento e 30cm de largura.

A largura é importante para que quem a use, possa se agachar sobre a vala, com um pé de cada lado. A terra retirada deve ser amontoada atrás da vala, e uma pá fica a disposição para colocar terra na vala após o uso. As paredes podem ser de lona ou plástico preto, deve começar ao chão e ir até 1,80m.

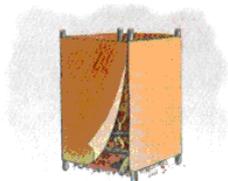
7 - Deverá haver também um mictório, que se faz escavando um buraco e enchendo-o até o meio de pedras de drenar, facilitando o escoamento. E as latrinas devem ficar a favor do vento, cerca de 100 m do acampamento e bem escondida. Isso é muito importante.

8 - Escolha de um bom local:

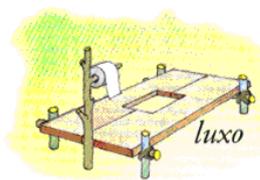
- a - Água potável próxima
- b - facilidade em encontrar lenha
- c - Solo poroso bem drenado, quase plano em que a chuva não alague nem faça lama, de preferência se for gramado.
- d - Paisagem bonita e agradável
- e - Fácil acesso

A água

Quando se acampa, devemos escolher um local que tenha água boa para beber, mas mesmo assim todo cuidado é pouco. coe a água em pano limpo, ferva-a, e se for preciso purifique-a com cloro, iodo, ou com produtos químicos apropriados.

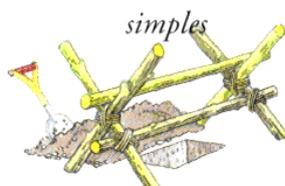


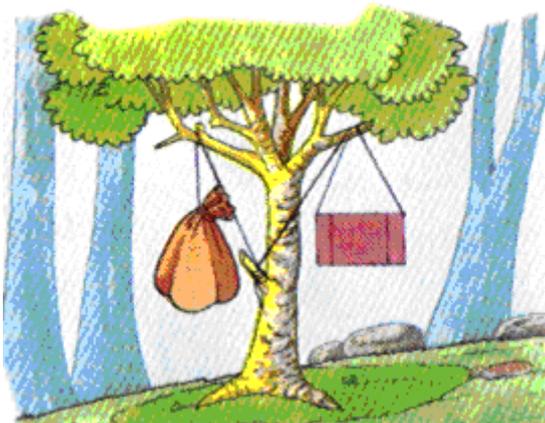
Latrinas



Deve se cavar uma vala ou trincheira com 60 cm de profundidade, 90 cm de comprimento e 30 cm de largura para servir de latrina. este local deve ser cercado com lona ou plástico escuro e ficar pelo menos a 100 m da cozinha e bem escondido. Sua localização deve estar de maneira que o vento não traga o cheiro de volta para o acampamento.

Deverá haver também um mictório, que se faz escavando um buraco, enchendo-o de pedras até o meio, facilitando assim o escoamento da urina.





Alimentação

Antes de acampar o primeiro passo a dar é a elaboração do cardápio, preparando a seguir a lista de compras. Os alimentos devem ser variados, nutritivos e de fácil preparo. Deve ser organizada uma escala de serviço, de maneira que todos possam participar do preparo da alimentação, bem como da limpeza dos utensílios da cozinha.

Lembre-se de que todos devem participar não só na cozinha mas, em toda e qualquer atividade do acampamento, pois o que comanda e lidera não é aquele que e faz tudo sozinho, mas aquele que motiva outros a fazer.



Os utensílios de cozinha devem ser lavados após a refeição e colocados em reservatórios específicos, como sacolas ou recipientes que mantenham eles fora de risco de sujarem. Se você deixar pra lavar depois o prato, fica mais difícil de lavar, os restos de comida endurecem, além de ser anti-higiênico, pode atrair bichos. Importante: nunca jogue restos de comida na pia do acampamento ou em rios limpos que servirão para se utilizar a água para beber.

Lembre-se que você pode ficar sem comida se roubarem seus suprimentos. Para que isso não ocorra, pode-se cavar e esconder bem fechado. Para se manter a água gelada, pode-se amarra o cantil dentro da água corrente do rio.

EQUIPES DE UM ACAMPAMENTO:

Cada membro da unidade ou do Clube deve saber de antemão o que fazer ao chegar no local do acampamento. Deve-se dar tarefas a todos, de maneira que cada um tenha responsabilidade em fazer algo em prol do acampamento, evitando-se sobrecarga de tarefas e a demora na montagem do acampamento.

Tudo deve ser feito com alegria, mesmo as mais ingratas tarefas. O verdadeiro Desbravador vai acampar com espírito de união.

1. Equipe De Cozinha

Antes do acampamento deve-se elaborar o cardápio, preparando-se a seguir a lista de compras. Alimentos variados, nutritivos e de fácil preparo. Deve ser organizada uma escala de serviço, de maneira que todos possam participar do preparo da alimentação, bem como da limpeza dos utensílios da cozinha.

Lembre-se: todos devem participar não só da cozinha mas em toda e qualquer atividade do acampamento, pois o que comanda e lidera não é aquele que faz tudo sozinho, mas aquele que ensina e motiva outros a fazer.

2. Equipe De Transporte

Responsável pela cobrança das passagens, arranjar condução e orientar quanto ao percurso.

3. Equipe De Programa

Elaborar um programa escrito, com horários para tudo, corinhos, pensamentos, orientações, etc. Este grupo organiza todas as atividades e faz funcionar os horários. Diz quem fará o quê. Organiza a segurança e faz a escala dos oficiais do dia.

4. Equipe De Intendência

Providencia todo material para as atividades e instruções, inclusive para a cozinha.

5. Equipe De Eventos

Planeja e executa as atividades recreativas e instrutivas do acampamento.

6. Equipe De Infra-Estrutura

Montagem de todos os aparatos como: cozinha, latrinas, toldos, mastros, limpeza, pista de obstáculos.

Obs: Cada unidade fornece alguns desbravadores para esta equipe.

ATIVIDADES EM UM ACAMPAMENTO

Cross:

A unidade deverá escolher 2 membros para representá-la em um percurso com obstáculos, e no final passar uma linha pela agulha. Quando for completado o percurso terão direito a responder 2 perguntas sobre história dos desbravadores, para conseguir um bônus extra.

Avaliação: Tempo

Nós:

As unidades serão avaliadas a qualquer momento, por membros da diretoria, por isso deverão ter cordinha da cor da unidade todo o tempo. Os nós que serão avaliados são os seguintes: Nó direito, fateixa, escota, pescador, cirurgião. Lais de guia, corrediço, voltar do fiel, volta do ribeira, volta do salteador.

Avaliação: nó correto e explicação

Ordem unida:

As unidades serão avaliadas em ordem unida parada e em marcha.

Avaliação: Postura, execução e erros.

Túnel do desbravador:

A unidade deverá escolher um representante que irá passar por um túnel com um certo número de objetos relacionados a desbravadores e identificá-los.

Avaliação: Tempo e numero de objetos identificados

Pão no espeto:

As unidades deverão preparar, a massa o fogo e assar o pão no espeto.

Avaliação: Participação de toda a unidade, pão assado, regras de segurança com o fogo e tempo

Maquete:

As unidades receberão um tema para a construção de uma maquete que poderá ser construída unicamente com materiais da natureza.

Avaliação: Tempo, criatividade, concordância, materiais

Caça ao tesouro:

Através de versos bíblicos as unidades deverão procurar objetos espalhados pelo campo, cada objeto encontrado trás um verso que leva a outro objeto.

Avaliação: Tempo

P.S

As unidades farão atendimentos de primeiros socorros solicitados pela diretoria na hora da prova.

Avaliação: demonstração e explicação correta

MATERIAL

Material da unidade ou Clube

A unidade deve ter duas barracas, machadinha, facão (2), facas (2), lanterna, corda de 20m, repelente, cordinhas finas, serra, estojo de primeiros socorros, apito, Iscas de fogo, bandeirim, utensílios de cozinha, plástico ou lona para cobrir a cozinha e outro para abrigar da chuva ou do sol forte.

Material individual do desbravador

Higiene

Sabonete, creme dental, papel higiênico, escova de dente, escova de cabelo ou pente, saco de lixo para roupa suja ou molhada.

Vestuário

Uniforme completo de gala, roupa para o sábado, toalha de banho, calça jeans, short ou bermudas, camisetas, agasalho, roupas íntimas, roupas de banho, cobertor, travesseiro, lençol, meias, boné.

Outros

Chinelo, tênis ou botina, caderno, caneta, repelente, protetor solar, lanterna com pilhas, copo plástico, prato plástico, talheres, colchonete ou saco de dormir, bíblia, cartão de classe, banquinho dobrável, medicação pessoal, canivete ou faca de mato, 2 metros de cordinha, estojo de costura. Todo esse material deve estar acondicionado em saco plástico, evitando de molhar em caso de chuva.

Obs: não trazer a mudança para o acampamento e nem esquecer o essencial.

Existem vários tipos de equipamentos para dormir, adequados a vários climas e épocas do ano.

O saco de dormir e o colchonete são os mais usados em acampamentos. Em nosso clima tropical, ambos são muito usados, não levando a nenhum problema. Quando se faz um acampamento no inverno e necessita-se de um meio de se agasalhar mais eficaz, o saco de dormir se torna um bom isolante térmico, que proporciona boas acomodações e pouco volume de bagagem.

Roupa apropriada para dormir e como manter-se aquecido durante a noite.

Devemos nos agasalhar, pois em acampamentos, a mata tende a esfriar a temperatura pela noite. O saco de dormir é muito útil tanto para calor como para frio, pois mantém a temperatura do corpo constante. Roupas largas são boas para dormir. Calça jeans e outras apertadas podem causar desconforto.

DICAS

- Sempre leve em conta o tipo de acampamento que estará participando, substitua e adicione itens quando necessário seguindo as orientações de seu Chefe.
- Em acampamentos volantes e Jornadas muito cuidado com o excesso de material, leve apenas o essencial.
- O peso total da mochila não deve ultrapassar 1/3 do seu peso.
- Seu material deverá estar identificado de preferência. Você pode usar seu nome, iniciais ou alguma marca própria para não perder nada.
- Não esqueça de colocar a quantidade de roupas de acordo com a duração do acampamento e com o clima.
- Todo o material deverá estar organizado em sacos impermeáveis (de preferência), de acordo com o tipo (Individual, Cozinha, Higiene, etc), dentro da mochila.

Dividir responsabilidades

Cada membro da unidade ou do clube deve saber de antemão o que fazer ao chegar ao local do acampamento. deve-se dar tarefas a todos, de maneira que cada um tenha responsabilidade em fazer algo em prol do acampamento, evitando-se a sobrecarga de tarefas e a demora na montagem do acampamento. Tudo deve ser feito com alegria, mesmo as mais ingratas tarefas. O verdadeiro desbravador vai acampar com espírito de união.

As últimas coisas a fazer á noite

Antes de dormir deve-se escovar os dentes, proteger a água, os alimentos e a lenha, cobrir as brasas do fogão de maneira que tenhamos algumas brasas vivas pela manhã. Veja se nada foi deixado ao sereno. Afrouxe os cabos da barraca. Faça o culto e ore antes de dormir.

Ao acordar

Assopre o fogo, reavivando-o, ponha mais lenha e a água para ferver, escove os dentes, estique os cabos das barracas, pendure ao sol a roupa de dormir, prepare o desjejum, limpe e arrume a barraca, passe uma revista no local de acampamento para ver se tudo está em ordem, faça o culto matinal e o hasteamento das bandeiras.

1. Mesmo com tempo bom deve-se levar capa de chuva ou plástico. (Desbravador)
2. Antes de ir dormir, afrouxar os cabos das barracas, proteger a água e a lenha, cobrir as brasas, ver se nada foi deixado no sereno, fazer culto e orar. (A Unidade)
3. Coar a água em pano limpo, ferver se preciso ou colocar cloro. (Equipe de Cozinha)
4. Não armar barracas de frente para o vento. (Unidades)
5. Latrinas: 60 cm. de profundidade x 90 cm. de comprimento x 30 cm. de largura. Longe da cozinha, cercado de lona plástica, bem escondido e localizado de forma que o vento não traga o cheiro de volta para o acampamento. (Infra-estrutura)
6. Ao preparar o cardápio, não por alimento cárneo. (Cozinha)
7. Encha o Sábado de atividades espirituais interessantes. (Eventos)
8. Ao acordar: Acender o fogo, por água para ferver, esticar os cabos da barraca, pendurar ao sol a roupa de dormir, preparar o desjejum, limpar e arrumar a barraca, revistar o local para ver se tudo está em ordem, fazer o culto matinal, hastear a bandeira. (Unidade)
9. Bem antes de sair para acampar cada um deve saber como arrumar a mochila e o que levar. (Intendência)
10. Só levar um volume para o acampamento. (Desbravador)

ECOLOGIA

Quando se acampa, não se destrói a natureza. O acampamento é o local na qual nos aproximamos cada vez mais da criação de Deus. Devemos preservar o local, promovendo o máximo possível, meios para não degradar, não jogando lixo na mata, não cortando árvores desnecessariamente, não matando os bichos ou depredando o seu habitat, etc.

Lembre-se

1. Expressamente proibido cortar qualquer arbusto ou árvore verde.
2. Queime todo plástico e embalagens possíveis.
3. Amasse as latas e leve-as de volta.
4. Vidros? Se você ainda carrega este peso e perigo... levar de volta. Não compre sucos, conservas ou qualquer coisa embalada em vidro. (Já existem opções em plásticos para tudo)
5. Aterre as latrinas, replante a grama, apague totalmente o fogo. não deixe vestígios no local. Passe um pente fino, recolhendo tudo o que for da natureza

O FOGO

O fogo é indispensável em qualquer acampamento. Pode ajudar como machucar, aquecer ou queimar, preservar vidas ou matar. Precisamos tomar algum cuidado ao lidar com o fogo. Para haver fogo precisamos de:

- a. Combustível - Material próprio
- b. Comburente - bastante ar
- c. Temperatura

Saber fazer uma fogueira com ou sem fósforos ou isqueiros é uma condição indispensável para quem pretende aventurar-se por regiões selvagens ou inabitadas. Embora necessitemos conhecer também os métodos primitivos de fazer o fogo, sabemos que hoje não é difícil nem incômodo transportar um isqueiro ou algumas pequenas caixas de fósforo. Neste caso, é preciso impedir que os fósforos se molhem numa travessia de rio ou num banho de chuva inevitável. Para tanto, isole as caixas numa embalagem plástica com fita adesiva ou cubra os palitos de fósforo com parafina líquida antes de sair para a sua aventura. Antes de ter a chama é necessário, porém, armar a fogueira.

TIPOS DE ACAMPAMENTOS

Existem vários tipos de acampamentos. Iremos saber sobre alguns deles abaixo:

CAMPORI - Acampamento envolvendo todos os desbravadores de uma região, Estado ou País.

GERAIS - Acampamentos envolvendo todos os desbravadores num mesmo Clube.

POR UNIDADE (Campunid) - Acampamento que envolve apenas uma unidade específica, ou várias unidades.

DIRETORIA - Acampamento que envolve apenas a diretoria (pessoas responsáveis pela organização e direção) de um ou mais Clubes.

REGRAS DE UM ACAMPAMENTO

1. Seja pontual – O atraso irá causar perda de pontos para a equipe
2. Será feito as chamadas das equipes em cada atividade, esteja Presente!!!
3. Nenhum acampante devesse ultrapassar os limites estabelecidos para o acampamento sem autorização
4. Cuidar dos objetos pessoais
5. Usar trajes adequados para cada momento
6. Durante as atividades, dar o melhor de si e estimular o melhor dos outros
7. Evitar todo espírito de competição valorizando a participação
8. Respeitar a privacidade dos outros
9. Não permitir em qualquer situação o surgimento de discussões e brigas
10. Estão proibidas brincadeiras de mau gosto...

11. Respeitar os responsáveis pela ordem e seguir suas orientações
12. Zelar pela limpeza e ordem do acampamento com o objetivo de deixá-lo melhor do que foi recebido
13. Não entrar nas dependências da cozinha, a menos que seja solicitado
14. Silêncio após o horário estabelecido
15. Os casos omissões deste boletim de informações serão resolvidos pela diretoria

Penalidades cabíveis...

- 1ª - Perca de pontos do desbravador
- 2ª - Perca de pontos do desbravador e da equipe
- 3ª - Convite para retirar-se do acampamento

ESQUEMAS DE ACAMPAMENTO

Há dois tipos de esquema de acampamento: Em forma de **Ferradura** e em **Quarteirão**.

A primeira coisa que devemos fazer ao chegar ao local de acampamento, é marcar o centro do local onde se pretende acampar. As barracas deverão ser colocadas em círculos. No centro deverá ser erigido (colocado) um mastro. A primeira barraca a ser montada no acampamento é a de INTENDÊNCIA, permitindo assim que todo material de trabalho ou gênero alimentício não fique exposto ao tempo.

Esta barraca deverá ficar com sua frente totalmente virada para o lado em que nasce o sol (leste), permitindo assim que receba os primeiros raios solares e arejar seu interior. Em seguida arma-se todas as outras barracas de acordo com o esquema do Diretor (responsável pelo acampamento), sendo porém que a barraca de PRIMEIROS SOCORROS armada por último no quarteirão ou forma de ferradura, e deverá ser construído um portão.

Obs: O portão do acampamento, terá que ser construído bem em frente à barraca de intendência. Tendo armado tudo, arma-se o banheiro. O mesmo deverá ficar no mínimo 50m de distância do acampamento, verificando-se também a direção do vento, para que o mau cheiro não siga para o lado do acampamento com o vento.

No final do acampamento

Só devemos deixar o local do acampamento nossos agradecimentos. Há anos atrás, um Coordenador da UEB dos Desbravadores deveria visitar um Clube que estava acampando mas, devido a uma confusão de datas, ele chegou somente no dia em que o Clube havia se retirado do local algumas horas antes. Mais tarde, na sede do Clube, ele disse: "cheguei tarde para ver o acampamento, e procurei durante duas horas por todo o local, mas não pude encontrar onde o Clube estava acampado. Não pode haver maior elogio do que este. Deixe o local de acampamento pelo menos como você gostaria de encontrá-lo quando chegasse.

Antes de sair queime todo o lixo. Amasse as latas e junto com que for de vidro, leve para casa de volta. Aterre as latrinas, assinalando o local, e as demais valas feitas. Replante a grama. Apague totalmente o fogo, não deixando nenhum vestígio no local. Passe um pente fino final, recolhendo tudo o que não fizer parte da natureza.

PREVILÉGIOS DE QUEM ACAMPA

Existem alguns privilégios que só tem quem acampa. E se for no outono, melhor ainda. Veja só:

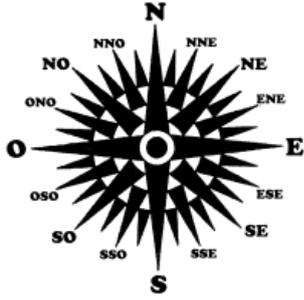
- Dormir em barraca.
- Comer uma comida gostosa.
- Escutar as crianças dizerem que não dormiram por uma série de motivos, sendo que na noite anterior ficaram até tarde conversando...
- Visão espetacular da natureza.
- A inspiração e a presença de Deus.
- Cânticos alegres, animados e bonitos.
- Escutar histórias junto à fogueira.
- Sentir o calor da fogueira.
- Admirar as faíscas que sobem e o contraste da fogueira com a noite escura.
- Acordar alguém que já está dormindo ao final da programação da fogueira.
- Sentir a barraca gelar às 4 horas da manhã.
- Aprender coisas novas.
- Conhecer melhor as pessoas.

- Acampar no alto de um morro e admirar a paisagem.
- Deslumbrar-se com o amanhecer, quando é visto um mar de algodão formado pela cerração, com várias ilhas que são as pontas dos morros.
- Maravilhar-se com o pôr do sol.
- Emocionar-se com a beleza de uma noite completamente estrelada.
- Sentir o ar frio da noite.
- Caçar um tal de "tirisco" e ainda não encontrar "o dito cujo".
- Contar piadas ao redor do fogo.
- Rir das piadas ao redor da fogueira.
- Seguir trilhas em meio à natureza.
- Pelo menos uma noite ir dormir tarde.
- Escutar apenas o barulho dos grilos.
- Escutar apenas o silêncio da natureza.
- Escutar o canto dos pássaros.
- Sair da rotina.
- Evitar o "stress".
- Esquecer um pouco as coisas artificiais e supérfluas da nossa vida.
- Valorizar o que temos.
- Aprender um pouco mais de humildade.
- Reafirmar o segredo do sucesso: a união.
- Extravasar alegria.
- Brincar.
- Sorrir.
- Sonhar.
- Ver, ouvir e sentir coisas novas.
- Sentir o calor do sol.
- Crescer física, mental e espiritualmente.
- Aprender valiosas e importantes lições.
- Valorizar ainda mais a amizade.
- Lembrar que temos um Grande Deus!!!
- Esquecer a televisão e o computador.
- Valorizar as coisas simples da vida.
- Carregar uma mochila pesada.
- Chegar em casa e lembrar que esqueceu algo no acampamento!!!
- Brincar com os amigos.
- Perceber o cuidado e a proteção de Deus.
- Ter histórias para contar.
- Aproveitar alguns dos melhores momentos de nossa vida!!!

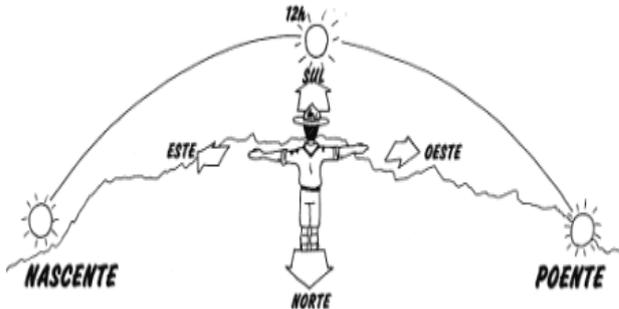
**O Ministério dos Desbravadores alerta:
Acampar faz muito bem à saúde!!!**

* Os pontos cardeais sem a ajuda de uma bússola.

Rosa dos Ventos



Todo o Desbravador deve saber orientar-se no campo. O primeiro passo para o domínio das técnicas de orientação é o conhecimento da **Rosa dos Ventos**. A Rosa dos Ventos é constituída por 4 **Pontos Cardeais**, 4 **Pontos Colaterais** e 8 **Pontos Sub-Colaterais**.



Movimentos do Sol

O sol nasce aproximadamente a Este e põe-se a Oeste, encontrando-se a Sul ao meio-dia solar. A hora legal (dos relógios) está adiantada em relação à hora solar: no Inverno está adiantada cerca de 36 minutos, enquanto que no verão a diferença passa para cerca de 1h36m.

Orientação pelo Sol com o Relógio

CASCAS DAS ÁRVORES - a casca das árvores é mais rugosa e com mais fendas do lado que é batido pelas chuvas, ou seja, do lado Norte.

FOLHAS DE EUCALIPTO - torcem-se de modo a ficarem menos expostas ao sol, apresentando assim as «faces» viradas para Leste e Oeste.

INCLINAÇÃO DAS ÁRVORES - se soubermos qual a direção do vento dominante numa região, através da inclinação das árvores conseguimos determinar os pontos cardeais.

MUSGOS E COGUMELOS - desenvolvem-se mais facilmente em locais sombrios, ou seja, do lado Norte.

GIRASSÓIS - voltam a sua flor para Sul, em busca do sol.

Orientação por Informações

Quando quiseres saber para que lados ficam os pontos cardeais, e onde haja pessoas (habitantes locais), podes sempre fazer algumas perguntas simples que qualquer pastor ou agricultor te saberá responder:

De que lado nasce o sol?

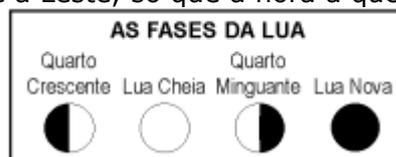
De que lado nasce a lua?

Ao meio-dia de que lado da casa faz sombra?

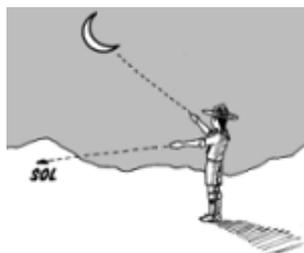
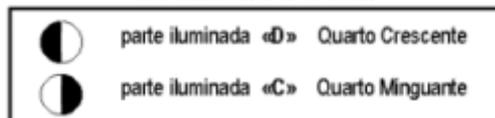
etc...

Orientação pela Lua

Tal como o sol, a Lua nasce a Leste, só que a hora a que nasce depende da sua fase.



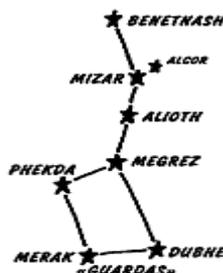
A Fase da Lua depende da posição do sol. A parte da Lua que está iluminada indica a direção onde se encontra o sol.



Para saber se a a face iluminada da Lua está a crescer (a caminho da Lua Cheia), ou a minguar (a caminho da Lua Nova), basta seguir o dizer popular de que «a Lua é mentirosa». Assim, se a face iluminada parecer um «D» (de decrescer) então está a crescer. Se parecer um «C» (de crescer) então está a decrescer ou (minguar).

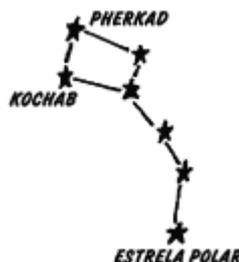
Orientação pelas Estrelas

A orientação pelas estrelas é um dos métodos naturais mais antigos, em todas as civilizações. As constelações mais usadas pelos Escuteiros, no Hemisfério Norte, são a Ursa Maior, Ursa Menor, Orion e a Cassiopeia.



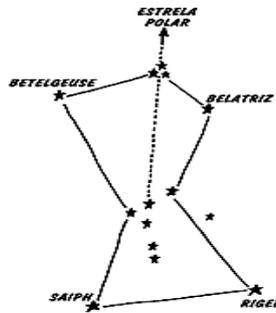
A URSA MAIOR

A Ursa Maior é uma das constelações que mais facilmente se identifica no céu. Tem forma de uma caçarola, embora alguns povos antigos a identificassem como uma caravana no horizonte, bois atrelados, uma concha e mesmo um homem sem uma perna. O par de estrelas Merak e Dubhe formam as chamadas «Guardas», muito úteis para se localizar a Estrela Polar. Curiosamente, existem duas estrelas (Mizar e Alcor) que se confundem com uma apenas, mas um bom observador consegue distingui-las a olho nú.



A URSA MENOR

A Ursa Menor, ligeiramente mais pequena que a Ursa Maior, é também mais difícil de identificar, principalmente com o céu ligeiramente nublado, uma vez que as suas estrelas são menos brilhantes. A sua forma é idêntica à da Ursa Maior. Na ponta da sua «cauda» fica a Estrela Polar, bastante mais brilhante que as outras estrelas, e fundamental para a orientação. Esta estrela tem este nome precisamente por indicar a direção do Pólo Norte. As restantes constelações rodam aparentemente em torno da Estrela Polar, a qual se mantém fixa.

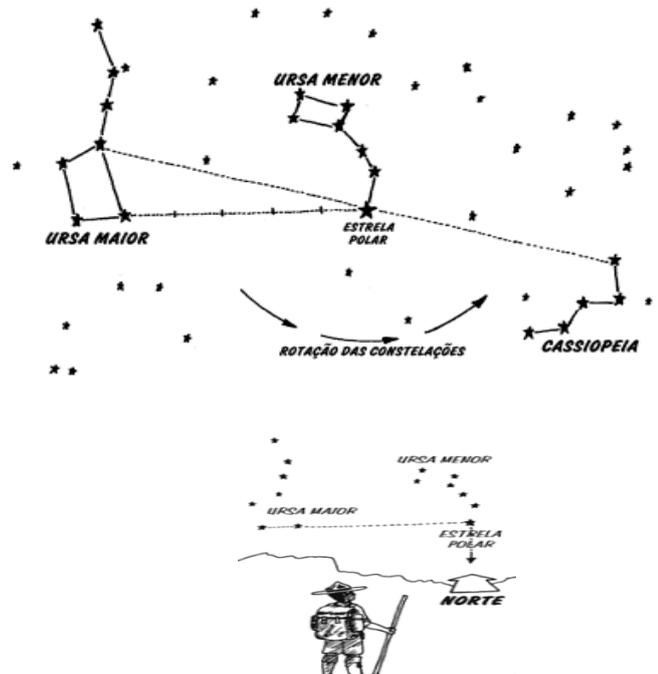


ORION ou ORIONTE

A constelação de Orion (ou Oriente) é apenas visível no Inverno, pois a partir de Abril desaparece a Oeste, mas é muito facilmente identificável. Diz a mitologia que Orion, o Grande Caçador, se vangloriava de poder matar qualquer animal. O terrível combate que travou com o Escorpião levou os deuses a separá-los. A constelação de Escorpião encontra-se realmente na região oposta da esfera celeste, daí nunca se conseguirem encontrar estas duas constelações ao mesmo tempo acima do horizonte.

A constelação de Orion parece, assim, um homem, sendo as estrelas Saiph e Rigel os pés. Ao meio aparecem 3 estrelas em linha reta, que se reconhecem imediatamente, dispostas obliquamente em relação ao horizonte. Este trio forma o Cinturão de Orion, do qual pende uma espada, constituída por outras 3 estrelas, dispostas na vertical.

Prolongando uma linha imaginária que passe pela estrela central do Cinturão de Orion, passando pelas 3 estrelas da «cabeça», vamos encontrar a Estrela Polar.



Se traçarmos uma linha imaginária que passe pelas duas «Guardas» da Ursa Maior, e a prolongarmos 5 vezes a distância entre elas, iremos encontrar a Estrela Polar. A figura ilustra este procedimento, e mostra também o sentido de rotação aparente das constelações em torno da Estrela Polar, a qual se mantém fixa.

Se prolongarmos uma linha imaginária passando pela primeira estrela da cauda da Ursa Maior (a estrela Megrez) e pela Estrela Polar, numa distância igual, iremos encontrar a constelação da Cassiopeia, em forma de «M» ou «W», a qual é facilmente identificável no céu. Assim, a Cassiopeia e a Ursa Maior estão sempre em simetria em relação à Estrela Polar.

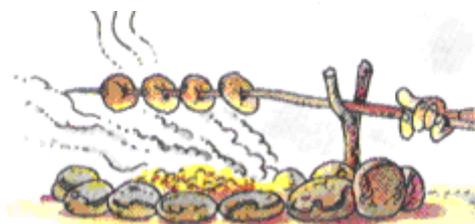
Para obter o Norte, para nos orientarmos de noite, basta descobrir a Estrela Polar. Se a «deixarmos cair» até ao horizonte, é nessa direção que fica o Norte.

* Comida Mateira



Apesar de hoje em dia ser mais fácil, e prático, levar aos acampamentos ou excursões uma comida semi-pronta, enlatados, desidratados, como purê, arroz, sopão, etc. a comida mateira ainda é uma importante fuga saudável da comida rotineira dos semi-prontos, ou você já viu antes banana caramelada enlatada? ou pão de caçador para viagem? ... acho que não.

Selecionamos aqui algumas receitas recolhidas pela internet, algumas foram testadas e com elas você poderá arrasar em qualquer concurso de culinária no acampamento, você também pode mandar a sua, veja como em "Praticando e Aprendendo".



Pão de Caçador

Material:

- 500 g de Farinha de Trigo
- 1 colher de sopa de Sal
- 1 xícara de água Morna
- 1 pacote de fermento Monopol

Coloque em um recipiente a água morna, e dilua na mesma, o sal. Agora, misture o fermento com a farinha. Após isso, faça um monte com a farinha de trigo, cave uma depressão e nela coloque um pouco da água preparada anteriormente, vá mexendo, apertando, colocando mais farinha e água a medida que a mistura vai se transformando em massa. Amasse com paciência e continuidade até que a massa não grude mais nas mãos.

Transforme essa massa embolada como uma cobra da grossura de um dedo e enrole-a num espeto, previamente aquecido. Cozinhe-o em um fogo de brasas, a distância de 10 a 15 cm, girando de tempos em tempos para que asse de todos os lados, lentamente.

Pão de Minuto

Para Fazer o pão de minuto, utiliza-se a mesma massa da receita acima, porém, ao invés de enrolar a massa em um espeto, faça pequenas "bolinhas" com a massa, de aproximadamente 3cm cada uma. Coloque as bolinhas em uma bandeja metálica e leve ao fogo. Quando as bolinhas secarem, o pão está pronto.

Batata Recheada com Ovos

Escolha uma batata grande, tire uma tampa e retire o interior da batata, até que ela se transforme em um recipiente que caiba um ovo derramado. Com a clara, um pouco dela, cole a tampa na batata ou fixe com dois palitos. Envolve com papel laminado e leve as brasas. Cozinhar por volta de 25 min. Experimentar com a ponta de um garfo se está cozida.

Ovo no Espeto

Coloque o espeto no ovo, da base à ponta do ovo, é necessário furar o ovo nas duas extremidades, para isso, bata-o levemente em uma pedra ou algo duro, é necessário cuidado para não quebrar o ovo. Após, coloque o espeto com o ovo a uma distância de cerca de 15 cm de um fogo em brasas

É normal, que enquanto o ovo estiver no fogo, derrame um pouco de sua gema, porém, quanto menor for o buraco onde foi colocado o espeto, menos conteúdo será derramado.

Banana Caramelada

Pegue a banana e abra pela metade uma de suas abas. Coloque então o açúcar, que pode ser colocado em excesso. Agora, feche novamente a aba da banana, e envolva-a completamente com papel laminado. Agora, simplesmente coloque-a dentro de um fogo em brasas, após cerca de 15 minutos, retire-a do fogo e do papel laminado e coma.



Ovo no Barro

Esta é uma receita muito simples, basta envolver o ovo com uma camada de cerca de 2 cm de barro, após, coloque-o no fogo em brasas. Quando o barro secar e começar a rachar, é sinal de que o ovo está pronto.

Arroz na Moranga

Abra na moranga, uma tampa de uns 7 cm. Na parte de cima da mesma e retire seu miolo. Coloque o arroz, a água e seus temperos na moranga. Agora, basta cozinhar, da mesma maneira que se fosse uma panela normal. Assim, o arroz trará o sabor da moranga, junto com o seu gosto natural.

Sopa de cebolas

Dourar cebolas com margarina, juntar um pouco de farinha de trigo, mexer bem. Juntar caldo de galinha em cubos, água, sal e pimenta, se quiser. Deixar cozinhar um pouco, servir com queijo ralado por cima.

Espetinho vegetariano

Fazer espetinhos com cebola, tomate, pimentão, batata doce pré-cozida, salsicha vegetariana em lata. Pincela-se com um pouco de margarina e sal. Enrolar em papel alumínio e colocar sob a brasa para ir assando.

Banana ou Maça na brasa

Uma ótima opção para sobremesa. Pode se colocar uma maçã ou uma banana na brasa envoltas em papel alumínio e quando estiverem cozidas tire da brasa abra e coloque canela misturada com açúcar.

Ovo chorão

Colocar um ovo cru na casca, entre 5 e 10 cm das brasas da fogueira. Esperar 2 minutos e virar com cuidado. Quando ele começar a chora (uma gota de água aparece na casca), ele está pronto.

Chapati (tipo de pão muito consumido no Nepal e vários povos no mundo)

Material:

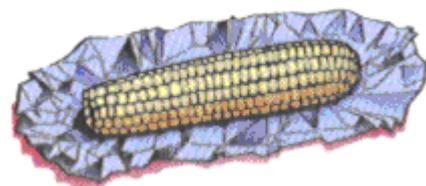
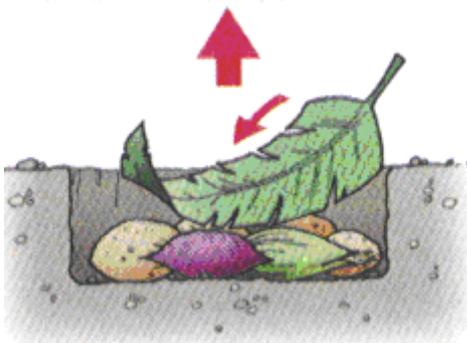
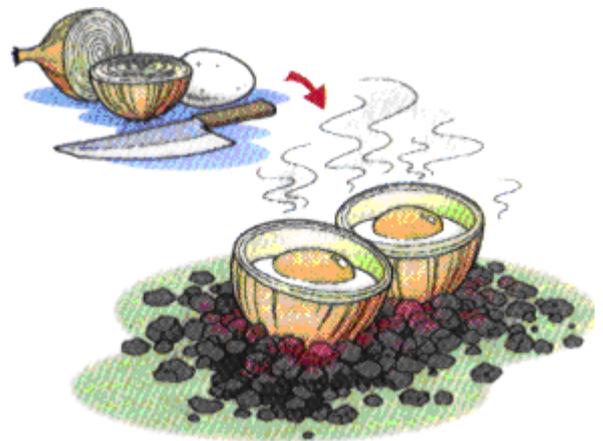
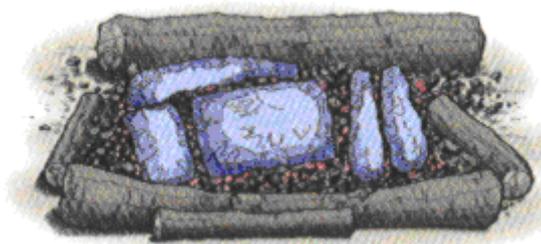
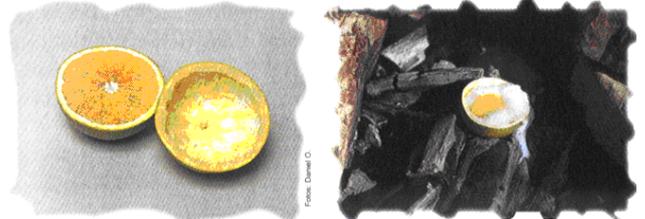
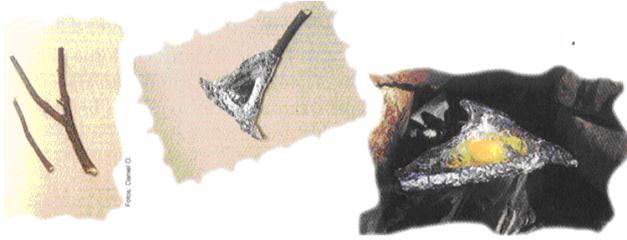
- 2 xícaras de farinha de trigo
- meia colher (chá) de sal
- 1/3 xícara de água - mais ou menos

Opcionais:

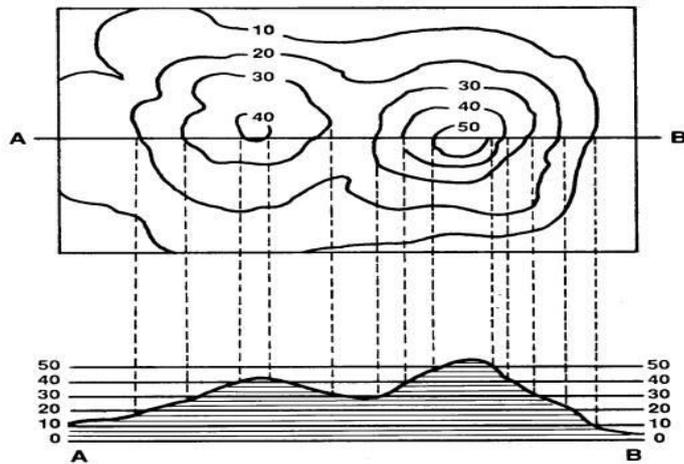
- 1 colher (chá) de fermento em pó químico
- 1 ou 2 colheres (sopa) margarina ou óleo
- 1 colher (sopa) açúcar ou mel

Com estes ingredientes opcionais, pode ser preciso aumentar a quantidade de farinha. A massa é amassada numa vasilha (sempre pondo primeiro a quantidade de água recomendada ou um pouco menos, e depois acrescentando aos poucos a farinha ou a mistura de ingredientes secos até que fique firme e comece a se soltar dos dedos. Então moldam-se de uns 3 ou 4 cm de diâmetro, que são abertas ao rolo, até ficarem com uma espessura de milímetros, e assadas na frigideira até dourar. Quanto mais longo o tempo de cozimento, mais crocante o chapati. Se ele levar fermento, crescerá mais fofo, mas já não será, tecnicamente, um chapati, e o que importa? O acréscimo de um pouco de leite (1/3 xícara de leite em pó) também enriquecerá a receita,

tornando o produto mais nutritivo. Ao final, pode-se passar requeijão, maionese, geléia, ou ainda na frigideira cobri-lo com queijo, ou outras variações que sua imaginação lhe ditar...



*Mapa topográfico



Um mapa é uma versão reduzida e simplificada da realidade. Um mapa topográfico inclui informações de relevo e hidrografia que são essenciais ao navegador; **nem pense em navegar com um mapa político ou rodoviário**, com esse mapa podemos identificar morros, vales, lugares altos ou baixos. O que caracteriza um mapa topográfico é a presença de curvas de nível e pontos cotados, conforme imagem acima. As principais utilidades podem ser por exemplo saber qual o caminho menos cansativo (pois eu sei a altura dos montes), o mais curto (pois eu sei as distâncias) e o principal, qual rumo tomar, entre outros.

Identificar pelo menos 20 sinais e símbolos usados em mapas topográficos

CORES

Branco - representa a floresta com excelentes condições de corrida

Árvore especial / isolada

Elemento especial de vegetação

Área semi-aberta

Marrom - representa todos os elementos topográficos como curvas de nível, buracos, colinas, depressões

Curva de nível

Depressão

Pequena depressão

Preto - representa elementos construídos pelo homem (estradas, edificações, postes, torres, cercas, etc.) e, também, todos os elementos rochosos (pedras, solo rochoso, etc.)

Estrada de terra

Trilha

Linha de Alta Tensão

Linha Elétrica

Azul - representa todos os elementos de água, como rios, córregos, lagos, nascentes, poços, etc



Lago

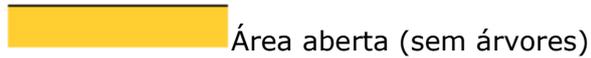


Rio Intransponível



Ponte , Passagens

Amarelo – representa vegetação, campos abertos com vegetação rasteira com ou sem árvores esparsas. A intensidade da cor mostra quão limpo é o campo. Amarelo vivo para gramados amarelo claro para campos com vegetação mais alta



Área aberta (sem árvores)



Área aberta (com algumas árvores)

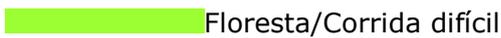


Área semi-aberta

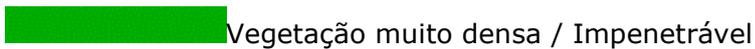
Verde – representa vegetação. Quanto mais escuro o verde mais intransitável a vegetação. Verde bem escuro para mata intransitável, verde mais claro para mata onde a corrida é lenta. Listras verdes indicam trânsito em apenas uma direção.



Floresta/Corrida lenta



Floresta/Corrida difícil



Vegetação muito densa / Impenetrável

Púrpura ou Vermelho – usado para marcar o percurso de orientação no mapa. Usado, também, para designar condições especiais do terreno como zona proibida, passagem obrigatória



Posto primeiros socorros



Área Perigosa



Reabastecimento

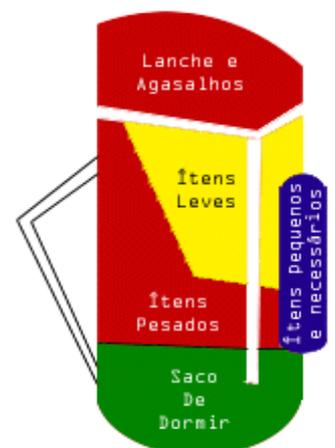
*Dicas para Arrumar e Usar Mochilas



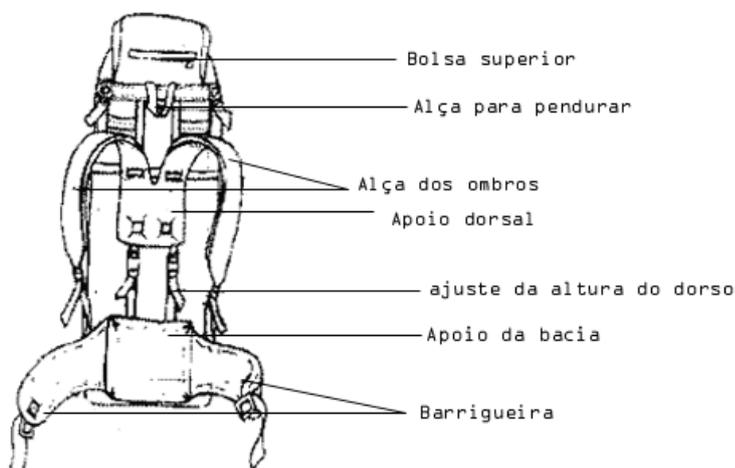
A mochila é um item indispensável para qualquer aventureiro, usamos em jornadas, acampamentos, atividades de montanhismo, acantonamentos, etc. No entanto devemos saber qual é o material necessário para cada ocasião e como acondicioná-lo corretamente dentro da mochila adequada. Não podemos exagerar na quantidade de coisas que devemos levar, pois será um incômodo carregar todo aquele peso extra, além de que, o máximo que o corpo humano agüenta sem o risco de causar lesões na coluna é 1/3 do peso de quem o carrega.

Dicas

- Separe todo o material que você ira usar e espalhe-o no chão, verifique novamente se não falta nada, separe-o por grupos, então distribua ele corretamente na mochila.
- Roupas, agasalhos ou cobertores Podem ir às costas, prevenindo qualquer desconforto causado por objetos rígidos ou ponte agudos.
- O ponto de equilíbrio de uma mochila dever ser alto, portanto, guarde o material mais pesado em cima, junto às costas.
- Embale as roupas e todo material que corre risco de estragar caso molhe, em sacos plásticos mesmo que a mochila seja impermeável ou com capa de chuva, pois sempre pode acontecer algum imprevisto.
- O peso deve ser muito bem dividido, equilibre os objetos na mochila para que a mochila não pareça mais pesada depois. Siga o exemplo do desenho:



PARTES DE UMA MOCHILA



- A bolsa superior serve para armazenar alimentos, estojo de primeiros socorros, mapas, bússolas, etc.
- Alça para pendurar serve para pendurar a mochila em algum lugar sem que ela ocupe espaço no chão.
- Alças dos ombros servem para carregar a mochila, devem estar curtas e ajustadas de forma que a barrigueira posicione-se na região da bacia
- Apoio dorsal serve para que a mochila fique mais confortável e ajustada nas costas
- Apoio da bacia serve para que a

mochila fique mais confortável e ajustada na bacia

- Barrigueiras devem estar apertadas o suficiente para agüentar parte do peso da mochila sem que os movimentos e a respiração fiquem comprometidos.

O limite máximo, de peso que você pode levar é de 1/3 (um terço) do seu peso corporal ideal, o que varia com sua altura e seu tipo de estrutura física. Mas 1/3 do peso corporal é o limite máximo. Existe um limite confortável e seguro. Este depende do quanto você está em forma, de seu vigor físico (o que varia com a idade) e da sua habilidade motora.

Existem mochilas de ataque e cargueiras. Os tamanhos das mochilas são dados pelo volume que elas comportam, em litros. Uma mochila de 25 litros (de ataque) é pequena, só mesmo para um passeiozinho bem curto. Uma mochila de 90 litros (cargueira) já é bem grande, cabendo troço pra daná dentro dela.



Uma mochilinha de 30 litros.



Uma mochila de 50 litros. Mais pra "média" que "ataque", mas não "cargueira".



Uma mochila cargueira com abertura inferior

Se você está planejando uma caminhada até um acampamento-base de onde partirão passeios menores, isto significa que a mochila de ataque vai ser, inicialmente, levada dentro da cargueira. Portanto, você precisa de uma mochilinha bem flexível, feita em material fino (algo semelhante a náilon).

Já se você pretende fazer uma caminhada, sem pernoite, mas, que irá durar por todo o dia, uma mochila de material mais resistente, e menos flexível, será necessária. Pense em algo até 55 litros. Seja lá qual for, a mochila deve ter as alças acolchoadas com material não muito macio. E este acolchoamento deve ser bem largo, de modo a distribuir bem o peso, diminuindo a pressão. Desde de que ela não ultrapasse a largura de seus ombros, quando completamente cheia, ela pode ter bolsos por todos os lados e fitas para transporte externo.

Capa para a Mochila

Eu ainda não conheço uma mochila realmente impermeável... E nem nenhum dos autores dos muitos artigos que já li! Por isto é que foram criadas as capas para mochilas.

-- Mas a capa não cobre toda a mochila!

É verdade. A face da mochila que toca as nossas costas fica descoberta. Ainda assim, mais de 75% da superfície da mochila estarão protegidos. O que já ajuda muito! Mochila molhada é mochila pesada.

Embalagens

Toda a roupa extra deve ser embalada em sacos plásticos fechados de modo estanque.

O saco de dormir deve estar dentro de um saco plástico fechado do modo mais estanque possível. Caso chova (ou sua mochila caia dentro d'água) o saco de dormir é o item que NÃO deve se molhar.

O Centro de Gravidade

Um centro de gravidade muito alto fará com que você caia de cabeça dentro do riacho, quando se agachar pra beber! Caso você se incline para um lado, a mochila te puxará ainda mais para lá. E isto, se estiver escalaminhando uma encosta pedregosa, pode significar uma queda! Uma mochila lateralmente desbalanceada tira seu equilíbrio ao andar, sacrifica mais um ombro, um dos pés e os músculos de uma das pernas. O objetivo é fazer com que o centro de gravidade da mochila fique tão junto ao seu corpo e tão baixo quanto possível. Quanto mais junto do seu corpo, menos a mochila te puxará para trás. Quanto mais baixo, menos instabilidade (desequilíbrio) a mochila provocará quando você se inclinar. Mas, respeitando estas condições tanto quanto possível, também devemos lembrar que certos itens exigem fácil acesso por serem de uso urgente como em casos de acidentes, chuva, frio súbito... e diarréias! Outros itens são de uso freqüente: água, mapa, bússola, chapéu, óculos escuros, filtro solar...

Carregando a Mochila

Antes de mais nada, junte tudo. Mochila, tralha, roupas, comida... TUDO! e confira com uma lista de checagem. Está tudo aí? Separe os itens de uso urgente agrupando-os. Separe, noutro grupo, os itens de uso freqüente. Com a "ferragem" da barraca, isolante térmico, e a lona de forro, forme um terceiro grupo, pois estes são os únicos itens que eu acho que podem ir amarrados ao exterior da mochila, se necessário.

Dos itens restantes, veja quais os mais pesados. Separada a barraca de sua armação, fica muito mais fácil socá-la lá no fundão. Coloque uma panela dentro da outra (se possível) ou enchas com itens menores (comida ensacada é uma boa).

Muito bem! Aposto que, depois de tudo feito e com a mochila às costas, você se olhou no espelho e se achou lindo! Pois é... agora vá à farmácia mais próxima e suba na balança. Aproveite, e no caminho, balance o corpo, deixe cair uma moeda e agache para pegá-la, veja se a mochila está te puxando para algum lado, para frente ou (demasiadamente) para trás.

Se a balança acusar que seu peso (com a mochila) aumentou mais de 30%, significa que tem coisa demais aí dentro. Ou se você sentiu a mochila te puxando ou atrapalhando seus movimentos, significa que ela não está adequadamente balanceada. Nesses casos, volte pra casa e comece tudo de novo...

Material individual

Higiene

Sabonete, creme dental, papel higiênico, escova de dente, escova de cabelo ou pente, saco de lixo para roupa suja ou molhada.

Vestuário

Uniforme completo de gala, roupa para o sábado, toalha de banho, calça jeans, short ou bermudas, camisetas, agasalho, roupas intimas, roupas de banho, cobertor, travesseiro, lençol, meias, boné.

Outros

Chinelo, tênis ou botina, caderno, caneta, repelente, protetor solar, lanterna com pilhas, copo plástico, prato plástico, talheres, colchonete ou saco de dormir, bíblia, cartão de classe, banquinho dobrável, medicação pessoal, canivete ou faca de mato, 2 metros de cordinha, estojo de costura. Todo esse material deve estar acondicionado em saco plástico, evitando de molhar em caso de chuva.

Obs: não trazer a mudança para o acampamento e nem esquecer o essencial.

DICAS

- Sempre leve em conta o tipo de acampamento que estará participando, substitua e adicione itens quando necessário seguindo as orientações de seu Chefe.

- Em acampamentos volantes e Jornadas muito cuidado com o excesso de material, leve apenas o essencial.
- O peso total da mochila não deve ultrapassar 1/3 do seu peso.
- Seu material deverá estar identificado de preferência. Você pode usar seu nome, iniciais ou alguma marca própria para não perder nada.
- Não esqueça de colocar a quantidade de roupas de acordo com a duração do acampamento e com o clima.
- Todo o material deverá estar organizado em sacos impermeáveis (de preferência), de acordo com o tipo (Individual, Cozinha, Higiene, etc), dentro da mochila.

* Fogueiras

O QUE É UMA FOGUEIRA?

- É uma atividade mais recreativa do que recreativa.
- É uma emoção sentida no coração e refletida no rosto.
- É um lugar onde o fogo, o círculo de amigos, o incentivo do programa dos dirigentes, juntam-se causando um indelével impacto sobre o coração dos acampantes.
- É a hora, quando as "gerações" se encontram num mesmo solo e o passado vive no presente e orienta os sonhos do futuro.
- É um momento solene do dia do acampante, cujo menor detalhe, deixa duradouras impressões.



LOCAL

Na maioria dos campings, existem lugares reservados para fazer fogo. Em outros locais se precisa pedir autorização do proprietário. Escolha um local bem aberto, longe das barracas, das árvores e das moitas. Lembre-se que é proibido fazer fogo na mata ou em florestas.

Atenção: jamais acenda fogo se há vento, ou se a vegetação está muito seca.

COMO FAZER A FOGUEIRA

Após escolher o local, isole-o e limpe-o, retirando as folhas, raminhos, gravetos, musgos e capim seco, para evitar que o fogo se propague sem que você possa controlá-lo. Se o solo estiver seco, raspe-o até chegar ao ponto de ali só ter mesmo terra; se estiver molhado, construa antes uma plataforma de pedras chatas.

Procure materiais de fácil inflamação, tais como **gravetos finos e bem secos, casca de árvore seca, folhas de palmeira, musgo solto, capim seco, pequenas lascas de madeira seca**, madeira podre. Reúna e disponha esse material **de uma forma que permita a circulação de oxigênio**, pois assim o fogo arderá mais rapidamente. Deixe à mão pedaços de madeira (árvores mortas, galhos secos) cada vez maiores para adicionar à chama inicial, **tomando sempre o cuidado de não abafar o fogo** e extinguir a chama. Tome o cuidado de **cercar a fogueira com pedras**, para impedir que as brasas se espalhem e principiêm incêndios.

COMO PREPARAR A FOGUEIRA

1. Cave um buraco de 15 cm de profundidade por 40 cm de largura
2. Forme um círculo com pedras grandes em torno do buraco e prepare um balde de água em uma pá
3. Acenda o fogo no buraco com folhas e galhos secos, depois você colocar lenha maior

DICAS

Para acender o fogo, você tem que achar materiais que queimem rápido. Uma faísca deve ser suficiente. Para que isto aconteça. Poderá empregar capim e folhas secas, pinhas quebradas e pequenos galhos secos.

Obter lenha pequena

A melhor lenha são os galhos mortos no chão. Mesmo se estiver úmida, queimará melhor que lenha verde.

A escolha da lenha

A madeira dura queima bem, dá muito calor e bonitas brasas que ficam vermelhas por muito tempo. A lenha mais mole queima muito rápido (se consome mais rápido) e produz chamas mais altas.

COMO COMEÇAR UM FOGUEIRA EM TEMPO CHUVOSO

Este item pode parecer difícil e até impossível a primeira vista, mas a questão é muito simples. Pegue os gravetos e todos os utensílios e coloque abaixo de uma cobertura, feita com saco de lixo ou lona. Abaixo desta pequena cobertura, comece a raspar a lenha, de modo que fique seca. Depois de preparar toda a lenha, deixando-a seca e em condições, acenda o fogo com o fósforo. Dica - Para manter os fósforos secos mesmo que sua mochila caia no rio, pingue em todas as cabeças dos fósforos gotas de vela antes de sair para a excursão, assim você não perde sua fonte de fogo. Faça o teste em casa!

COMO ACENDER UMA FOGUEIRA SEM FÓSFOROS

Utilizando madeira podre, fibras vegetais, corda, ramagens secas, tiras finas de casca de árvore, madeira pulverizada bem seca, fios de pano, gaze para curativos, penas finas de pássaros ou ninhos de passarinho ou de ratos campestres prepare uma mecha (ou isca) e acenda-a utilizando um destes métodos:

COM LENTE DE VIDRO

A chama poderá ser obtida fazendo-se incidir na isca os raios solares, através da lente de um binóculo, de uma câmera fotográfica, lente de óculos, etc. Concentre os raios solares sobre a mecha com uma lente, que pode ser a de uma máquina fotográfica ou a lente convexa de um binóculo. (Figura 1)

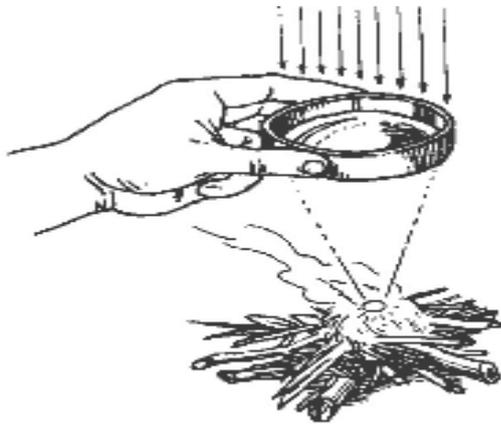


Figura 1 -
Com lente de vidro.

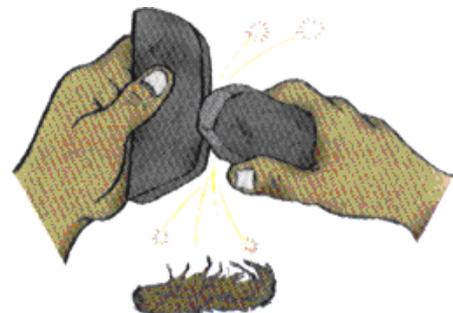


PEDRA DURA

Golpeando-se uma pedra dura com uma faca, pedaço de aço ou outra pedra dura, resultarão faíscas que atingindo a isca, produziram fogo. Segure um fragmento de rocha bem dura o mais perto possível da mecha. Com a lâmina de uma faca ou um pedaço qualquer de aço fira a rocha com movimentos de cima para baixo, rapidamente e bem próximo à mecha, para que as faíscas assim produzidas caiam bem no seu centro. Uma vez acesa a mecha, assopre-a ou abane-a com cuidado, até surgir a chama. Feito isso, vá adicionando à mecha a lenha antes preparada, começando sempre pelos gravetos mais finos e aumentando o tamanho da lenha aos poucos. Na colocação da lenha, vale dizer mais uma vez, **todo o cuidado deve ser tomado para não abafar a chama, continue a acesso ao interior da fogueira.**

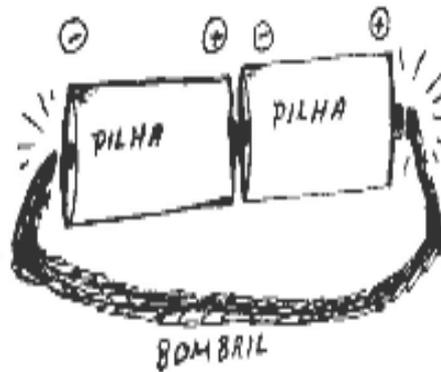


Figura 2 -
Com pedra dura e lâmina.



COM PILHA OU BATERIAS E BOMBRIL

Um pedaço de palha de aço (bombril) ou outro material semelhante, de fraca resistência, ligado aos pólos de duas pilhas ou a uma bateria incendiar-se-á facilmente. Também poderá provocar faíscas com dois pedaços de fios ligados aos pólos (positivo e negativo) da bateria. Leve as pontas destes fios junto à isca e os encontre e afaste rapidamente, o resultado será um curto-circuito, com faíscas suficientes para ignição da isca, ou seja, pegue duas pilhas na mesma posição que ficam na lanterna. Espiche e enrole uma fina mecha de bombril e feche curto ligando da ponta + da primeira pilha à parte negativa da segunda pilha. O bombril não agüenta a carga e incendeia. Tenha iscas de fogo preparadas à mão.



TIRA

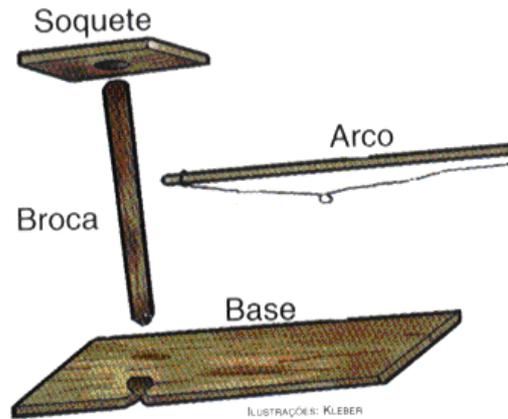
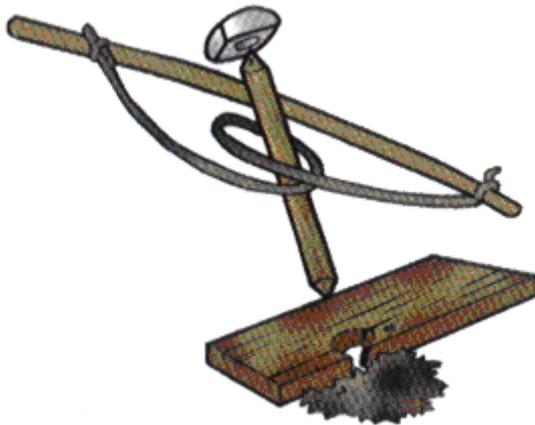
Fazendo-se atrito com uma tira de couro ou uma corda de qualquer fibra num tronco morto ou seco, junto à uma isca, acender-se-á o fogo.





MADEIRA COM MADEIRA

Utiliza-se o atrito das madeiras para se acender a isca. Há várias maneiras de começar um fogo, mas qualquer que seja o método, uma "ISCA" (fonte de calor) será sempre necessária. Para isso, use ninhos abandonados, gravetos, folhas, casca de árvores ou esponja de aço. Quanto mais secos, mais rápido você conseguirá a primeira chama. A fonte de calor deve incidir diretamente sobre os gravetos maiores. Não use combustível líquido (gasolina, álcool) para iniciar um fogo. Não é seguro.



Tipos de Fogueiras

Fogo Estrela

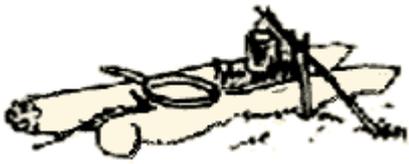
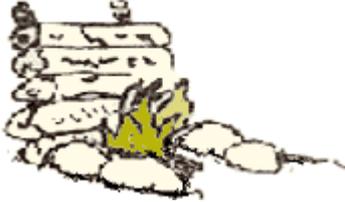


Fogo Estrela – Aquecer. Bom para quando falta madeira. Serve também para cozinhar se tiver suporte.

Cercadura de Pedra



Cercadura de Pedra – Cozinhar. Também para locais com muito vento.

<p style="text-align: center;">Cama Rápida</p> 	<p style="text-align: center;">Fogo de Caçador</p> 
<p>Cama Rápida – Cozinhar. Prática e fácil de fazer, acompanhado de um fogo estrela ou indígena.</p>	<p>Fogo de Caçador – Cozinhar. Muito útil no apoio das panelas na hora de preparar o alimento.</p>
<p style="text-align: center;">Fogo de Trincheira</p> 	<p style="text-align: center;">Fogo Refletor</p> 
<p>Fogo de Trincheira – Cozinhar. Fácil de fazer e não deixa vestígios. Bom para locais com muito vento.</p>	<p>Fogo Refletor – Aquecer. Utilizado em regiões com vento e frio. Pode-se cozinhar nele também.</p>
<p style="text-align: center;">Altar de Cozinha</p> 	<p style="text-align: center;">Fogo do Conselho</p> 
<p>Altar de Cozinha – Cozinhar. Fica no nível da cintura e é mais fácil de lidar com o cozido.</p>	<p>Fogo do Conselho – utilizado para reuniões de meditação e instrução. Nunca faça</p>

***Atividades junto a natureza que podem ser desenvolvidas nas tardes de sábado.**

Filosofia do Sistema:

As atividades do sábado à tarde, sofrem entre vários objetivos contraditórios entre si:

1. O excesso de energia dos juvenis e adolescentes, e o seu desejo de novidades.
2. A necessidade de mantê-los ativos (e interessados), sem deixá-los correrem risco, (no acampamento), ou sem deixar que perturbem outras atividades da igreja, (quando na cidade).
3. A combatividade dos juvenis gera espírito de competição e dissensão entre eles. Assim alguns dos objetivos são:

- Evitar espírito de competição.
- Evitar excesso de movimentação: o acampamento produz desbravadores sujos, levando a banhos extras, o que em lugares com rios ou lagos pode evoluir para atividades impróprias para o sábado. No clube produz desbravadores sujos para o J.A.

APROVEITAR-SE DAS ATIVIDADES, DE FORMA QUE É DIRETA OU INDIRETAMENTE, OS JUVENIS E LÍDERES SEJAM LEVADOS A REFLETIR NO AMOR DE DEUS, E A PESQUISAR A BÍBLIA. SEMPRE QUE POSSÍVEL FAZER ATIVIDADES JUNTO À NATUREZA.

Citações sobre o Assunto:

BÍBLICAS

1. Vá ter com a formiga ... e considere os seus caminhos (Provérbios 6:6).
2. Olhai os pássaros do céus... os lírios do campo... (Mateus 6:26,28).
3. Pois as suas obras invisíveis ... são claramente vistas, sendo conhecidas pelas obras criadas... (Romanos 1:20).
4. Os céus manifestam a glória de DEUS e o firmamento anuncia a obra das suas mãos... (Salmos 19:1).
5. ...toda a criação geme e está juntamente com dores ...(Romanos 8 :22). 6 - (Salomão) ... discorria sobre as árvores... sobre as feras, os pássaros, as serpentes e os peixes (I Reis 4:34).

ESPÍRITO DE PROFECIA

Através da natureza nos familiarizamos com o Criador. O livro da Natureza é um majestoso compêndio de lições ... que me conexão com as Sagradas Escrituras, devemos usar para ensinar aos outros sobre Seu caráter, e guiar as ovelhas perdidas de volta ao redil do Senhor ... (**PJ 24**). - É desígnio de Deus que o sábado possa dirigir as mentes dos homens à contemplação de Suas obras criadas ... O Sábado sempre apontando para Aquele que os criou, leva os homens a abrirem o majestoso livro da Natureza ... (**PP 48**). - ... a mente não pode ser refrigerada, vivificada e elevada se confinada quase todo o sábado entre paredes, ouvindo longos sermões, e orações formais. O sábado está sendo usado erradamente se for assim celebrado ... Para santificar o sábado, não é necessário que nos enclausuremos em salas fechadas, sendo privados das maravilhosas cenas da Natureza e da revigorante atmosfera celestial ... Durante uma parte do dia todos deveriam ter a oportunidade de estar ao ar livre permitam que suas mentes jovens se associem a Deus, no maravilhoso cenário da Natureza, deixe que sua atenção seja dirigida aos símbolos do Seu Amor pela humanidade através da sua criação... (**TS2 582e 583**). - As lições objetivas de Deus não são obliteradas, corretamente compreendida a Natureza fala de Seu Criador... Jesus colhia o belíssimo lírio, e o colocava nas mãos de crianças e jovens, e ao contemplarem sua própria face jovem, límpida com o brilho da comunhão com o Pai, Ele lhes ensinava : Olhem os lírios do campo ... Ao se estudar as obras de Deus, o Espírito Santo lança convicção ao pensamento...um profundo sentimento é arraigado, e as verdades sublimes e espirituais da palavra escrita são impressas no coração ... (**PJ 18, 19 e 24**).

Objetivos do Estudo da Natureza:

1. Interessar verdadeiramente os Desbravadores pela Natureza (o seu estudo nos ocupará pela eternidade).
2. Ajudá-los a desenvolver mentes inquiridoras, aumentar a sua capacidade de observação e de tirar conclusões do que vêem, obtendo prazer tanto da pesquisa como das descobertas resultantes.
3. Enquanto a Bíblia deve ocupar o primeiro lugar na educação das crianças e jovens, o Livro da Natureza é o próximo em importância . (CPPE 185).
4. Ajudar os desbravadores a se relacionar com o Criador através da criação (PJ 24).
5. Desenvolvimento do caráter. Eles precisam ser colocados em íntimo contato com a Natureza ... Desta maneira a capacidade mental será fortalecida, o caráter desenvolvido, e toda a vida enobrecida ... (PJ 25).
6. Estimular o senso de preservação e conservação, ao invés de destruição.
7. Ajudar os desbravadores a adquirir uma compreensão real da guarda do sábado, como um tempo separado para lembrar do poder criador de Deus (PJ 25).
8. Ajudar os desbravadores a apreciar a bondade e consideração de Deus em providenciar todas as maravilhas da Natureza ao nosso redor. (Deus criou o homem depois que todas as coisas estavam preparadas para recebê-lo).
9. Ajudar-los a compreender o que significa " Temei a Deus e dai - lhe glória... adorai Aquele que fez o céu, a terra, o mar e as fontes das águas (Apoc 14 : 7), me meio a uma geração que nega a existência de Deus.

IMPORTANTE: RESSALTAMOS QUE ESTAS CONSIDERAÇÕES, NÃO DEVEM SERVIR DE DESCULPA PARA A TRANSGRESSÃO DELIBERADA DAS HORAS SABÁTICAS, NEM PARA USO INDEVIDO DAS MESMAS. TODAS AS ATIVIDADES DEVEM TER O OBJETIVO PRINCIPAL DE CONDUZIR O PENSAMENTO À DEUS, RESSALTANDO O SEU AMOR, E À BÍBLIA, AJUDANDO LÍDERES E DESBRAVADORES A CRESCEREM ESPIRITUALMENTE. TODAS AS ATIVIDADES QUE PUDEREM SER POSTERGADAS PARA APÓS O POR - DO - SOL, EM BENEFÍCIO DE ATIVIDADES DE CUNHO ESPIRITUAL, DEVEM SÊ - LO. SE A ATIVIDADE EM QUESTÃO NÃO NOS LEVA A CRISTO, E PUDE SER FEITA APÓS O SÁBADO, PROVAVELMENTE AO EXECUTA - LA ESTAMOS TRANSGREDINDO O ESPÍRITO OU A LETRA DO MANDAMENTO (OU AMBOS).

ATIVIDADES BÍBLICAS

Outras brincadeira interessantes que requerem mais tempo

- 1 - Representar ou encenar uma passagem Bíblica - CENA VIVA.** Dar pontos pela melhor apresentação e pelo grau de facilidade para entender a cena, (uma variante desta brincadeira é tentar representar um provérbio, outra variante é tentar de duplas, um deles tira um versículo da "caixinha de promessas" e tenta interpretar com gestos para que o outro adivinhe. Em todos os casos premiar a boa apresentação e inventividade e não somente por descobrir o verso. Também é necessário que em caso de dúvida, o verso seja inteligível (ou não seja entendido), por outras pessoas do grupo, porque talvez a pessoa não esteja adivinhando por conhecer poucos versos).
- 2 - Citar uma palavra** e os participantes devem cantar um hino que contenha a mesma.
- 3 - Concurso de memorização** com versos ou salmos.
- 4 - Memória bíblica :** Montar uma mesa com objetos que lembrem histórias bíblicas, o grupo tem um tempo determinado para olhar, depois devem dizer ou desenhar a ordem em que os objetos estavam e identificar a história com que se relacionam os objetos. Outra variante é relacionar os objetos com versículos e em vez de identificar a história, os participantes devem falar um versículo que se relacione com cada objeto mostrado.
- 5 - Sons da natureza :** Durante um passeio os participantes devem ir tentando identificar o maior número possível de sons diferentes, repetindo - os ou citando - os no final do mesmo.
- 6 - Combinações na Natureza :** O líder deve ir previamente a área onde o grupo passará, e ir coletando em um saco opaco materiais da natureza, (folhas, pedras, sementes, galhos, flores, etc). A medida que o passeio prossegue nos locais adequados, as amostras são retiradas do saco e exibidas ao grupo, que então tenta combinar o material mostrado com alguma outra coisa da área de visão imediata, continua - se a brincadeira até o término do passeio ou dos objetos, dando pontos aos que acertarem ou que demonstrarem criatividade.
- 7 - Caminhada Musical :** Dividir o grupo em frações suficientes para 4 subgrupos, encaminhando - os para os 4 pontos cardeais. Definir um tempo de exploração. Ao caminhar o grupo vai anotando itens que lembrem hinos ou cânticos. Não se deve levar o hinário juntos. Ao retornarem ao ponto de partida na hora marcada (premiar a pontualidade), cada grupo diz que hinos relacionou com que objetos da Natureza. Ao final fazer uma "festa musical" com as músicas mencionadas.
- 8 - Caminhada Bíblica :** Variante da anterior, usando passagens ou histórias bíblicas como ponto de relação.

Pontos importante a se considerar ao realizar caminhadas na natureza:

- 1 -** Defina uma área e assunto para estudo.
- 2 -** Analise o melhor horário, traje, tamanho do grupo, cuidados a tomar, autorizações a conseguir, tudo previamente para o bom desenvolvimento da caminhada.
- 3 -** Visite a área a ser utilizada com antecedência. Verifique a possibilidade de inundações, problemas de acesso devido a chuvas, etc. Em caso de chuva na época do passeio, visite novamente o local um dia antes.
- 4 -** Ao caminhar, concentre - se principalmente na área do estudo, mas esteja preparado para eventos paralelos, pois a apreciação da natureza sempre traz algo inesperado (só tome cuidado para não perder o objetivo principal).
- 5 -** Certifique - se que fez a melhor preparação possível, prepare - se para perguntas, saiba onde encontrar as respostas. Motive - os o necessário para manter o interesse, mas permitindo que cada um faça suas descobertas individuais por si.
- 6 -** Procure fazer com que todos (em especial os menores) saibam dos objetivos do passeio. Estimule - os no cumprimento dos objetivos usando jogos, gincanas, questionários, coleções, etc.
- 7 -** Faça um roteiro da caminhada, para que todos possam fazer sugestões.

8 - Quando um item estiver sendo discutido, verifique se o grupo todo pode ver e apreciar o que está sendo falado.

9 - Estimule o uso da observação, fotos, notas e resumos.

10 - Cuide para que ao recolher amostras o grupo não deprede a natureza, não agrida a ecologia, e não desperdice amostras, (existem áreas de preservação onde é proibido tirar algo além de fotos, como as cavernas).

11 - Complete a caminhada com uma palestra, filme, ou slides para resumir os pontos principais.

12 - Mantenha um plano para possíveis emergências médicas ou climáticas, com material de Primeiros Socorros junto com o grupo, e um veículo de apoio dependendo do tempo que a mesma durar.

ESPECIALIDADE DE ACAMPAMENTO I

1. Ter pelo menos 10 anos , ou estar no mínimo na quinta série.

Estar cumprindo os requisitos do Cartão de Amigo

2. Entender e praticar a boa educação no campo, em relação à preservação da natureza.

Quando se acampa, não se destrói a natureza. O acampamento é o local na qual nos aproximamos cada vez mais da criação de Deus. Devemos preservar o local, promovendo o máximo possível, meios para não degradar, não jogando lixo na mata, não cortando árvores desnecessariamente, não matando os bichos ou depredando o seu habitat, etc.

3. Saber oito coisas que devem ser feitas quando se está perdido.

Há uma sigla chamada PASOCOLA, que significa: Parar, Acalmar-se, Sentar, Orar, Comer, Orientar-se, Lembrar e Andar.

4. Estar familiarizado com vários tipos de equipamentos para dormir, adequados a vários climas e épocas do ano.

O saco de dormir e o colchonete são os mais usados em acampamentos. Em nosso clima tropical, ambos são muito usados, não levando a nenhum problema. Quando se faz um acampamento no inverno e necessita-se de um meio de se agasalhar mais eficaz, o saco de dormir se torna um bom isolante térmico, que proporciona boas acomodações e pouco volume de bagagem.

5. Relacionar objetos pessoais necessários para um acampamento de fim de semana.

São necessários: escova de dentes, pasta de dentes, sabonete, toalha, bíblia, papel higiênico, etc.

6. Planejar e participar de um acampamento de fim de semana.

NOTA - O ideal deste item é participar de um acampamento de unidades. O Campori não seria apropriado para tal item, visto que você deve planejar toda a programação e executá-la. No Campori a programação já está pronta.

7. Saber montar uma barraca. Observar regras de precaução contra incêndios depois que a barraca estiver montada.

Monte uma barraca canadense e desmonte. Note que a fogueira pode aquecer, mas não deve ficar muito próxima da barraca.

8. Conhecer e praticar os princípios de higiene de um acampamento, seja em local com estrutura, ou seja um acampamento rústico.

Quando a pessoa vai ao banheiro deve deixá-lo limpo o quanto for possível. Se tem descarga, puxe. Se for no mato, cubra os detritos. Não urine ou defeqe pelo caminho. Muitos precisam usar e você também precisará depois. É muito triste ver as condições sanitárias em acampamentos, por pessoas que praticam atos de vandalismo, sujando e inutilizando banheiros. Faça a sua parte!

9. Usar corretamente canivete e machadinha. Conhecer 10 regras de segurança no uso destas ferramentas.

O canivete e a machadinha devem ser tirados de sua bainha somente quando utilizados. O canivete é usado para cortar cordas, sisal e coisas pequenas. Já o machado é utilizado para cortar troncos e coisas maiores.

Mostre sua habilidade em cortar em "V" com a machadinha. E todas as regras de segurança possíveis.

10. Fogueiras:

a. Demonstrar habilidade para escolher o local e preparar uma fogueira.

b. Conhecer as regras de segurança para mexer com fogo.

c. Saber como usar fósforos.

d. Praticar fazendo uma fogueira usando apenas um fósforo e materiais da natureza.

e. Demonstrar como proteger a lenha que será usada em fogueiras, quando estiver chovendo.

As fogueiras são muito perigosas para quem não as trata com segurança. Deve-se escolher um local onde o fogo não se espalhe, retirando todo material combustível de, pelo menos, 3 metros longe da fogueira. Limpar a área de gravetos, grama ou qualquer coisa que possa queimar e espalhar o fogo. Para se proteger a lenha em clima molhado, deve-se cobri-la e deixá-la longe do sereno ou possível chuva.

11. Fazer pão no espeto.

Faça a massa do pão, enrole na vareta e deixe o pão assar na fogueira.

12. Descrever o procedimento adequado para levar e manter os utensílios de cozinha limpos.

Os utensílios de cozinha devem ser lavados após a refeição e colocados em reservatórios específicos, como sacolas ou recipientes que mantenham eles fora de risco de sujarem. Se você deixar pra lavar depois o prato, fica mais difícil de lavar, os restos de comida endurecem, além de ser anti-higiênico, pode atrair bichos. Importante: nunca jogue restos de comida na pia do acampamento ou em rios limpos que servirão para se utilizar a água para beber.

13. Descrever a roupa apropriada para dormir e como manter-se aquecido durante a noite.

Devemos nos agasalhar, pois em acampamentos, a mata tende a esfriar a temperatura pela noite. O saco de dormir é muito útil tanto para calor como para frio, pois mantém a temperatura do corpo

constante. Roupas largas são boas para dormir. Calça jeans e outras apertadas podem causar desconforto.

14. Retirar uma lição espiritual prática da natureza durante seu acampamento.

Boa criatividade!

15. Explicar e praticar o lema: "tire apenas fotos e deixe apenas pegadas".

ESPECIALIDADE DE ACAMPAMENTO II

1. Ter pelo menos 11 anos, ou estar no mínimo na sexta série.

NOTA - Alguns item do Cartão de Companheiro e da Especialidade de Hab. Acampar I são necessários para se fazer alguns dos itens desta Especialidade.

2. Desenvolver uma filosofia pessoal de comportamento em acampamentos: cortesia com outros acampantes e preservação da natureza.

Item prático.

3. Conhecer os seguintes itens que afetam a escolha de um bom local de acampamento.

a. vento

b. água

c. vida silvestre

d. madeira

e. condições do tempo

f. boa vontade

4. Demonstrar habilidade para proteger a natureza e a fonte de água que será usada com medidas de higiene pessoal e limpeza na hora de cozinhar.

De acordo com seus conhecimentos de Hab. de Acampar I, coloque em prática num acampamento estes conhecimentos.

5. Participar num acampamento de um fim de semana.

Não utilize o acampamento da Habilidade de Acampar I para cumprir este.

6. Tomar parte em um culto durante o acampamento e incluir um dos seguintes:

- a. Estudo da lição da Escola Sabatina**
- b. História**
- c. Testemunho**
- d. Conduzir o serviço de cânticos**

7. Saber como acender com segurança um fogareiro e um lampião.

Item prático.

8. Saber as normas de segurança e demonstrar habilidade para cortar apropriadamente lenha.

Item prático.

9. Usando madeira ou gravetos, construir e conhecer o uso do fogo do conselho ou fogo indígena em um tipo de fogueira para cozinhar. Reveja as normas de segurança para a construção de fogueiras.

Item prático.

10. Explicar duas formas de manter os alimentos frescos.

Item prático. Utilize o livro "Aventuras ao Ao Livre" como base.

11. Construir duas maneiras diferentes de levantar objetos pesados em um acampamento.

Item prático.

12. Preparar refeições cozinhando, fritando e assando alimentos.

Item prático. Utilize o livro "Aventuras ao Ao Livre" como base.

13. Demonstrar como escolher local para barracas. Montar corretamente uma barraca. Que precauções devem ser tomadas ao montar uma barraca molhada? Limpar, secar e guardar uma barraca.

Item prático. Utilize o livro "Aventuras ao Ao Livre" como base.

14. Para dormir:

- a. Demonstrar formas adequadas de enrolar um saco de dormir ou colchonetes para levar em uma viagem.**
- b. Explicar como manter um saco de dormir ou colchonete secos num acampamento.**
- c. Descrever como limpar um saco de dormir ou um colchonete.**

ESPECIALIDADE DE ACAMPAMENTO III

1. Ter pelo menos 12 anos, ou estar no mínimo na sétima série.

Alguns itens do Cartão e da Especialidade são necessários como base para os itens desta especialidade.

2. Trabalhar pelo menos três horas num projeto de embelezamento da natureza, tal como fazer ou limpar uma trilha.

3. Revisar seis pontos importantes na seleção de um bom local de acampamento. Revisar as regras de segurança para fazer uma fogueira.

4. Participar de um acampamento de fim de semana.

NOTA - Não utilize acampamentos anteriores para cumprir, faça um e relate as atividades assim que elas acontecerem.

5. Construir as três seguintes fogueiras e dizer seu uso:

- a. Estrela** - fogo com poucos gravetos, serve para cozinhar (eventualmente) e se aquecer
- b. Caçador** - fogo entre troncos, serve para cozinhar
- c. Refletor** - aproveita o vento como combustível, serve para cozinhar e aquecer

6. Conhecer seis maneiras de acender uma fogueira sem uso de fósforos. Construir uma fogueira usando um dos seguintes:

- a. pedra de fogo**
- b. fricção**
- c. centelha**
- d. lente de vidro**
- e. fósforo de metal**
- f. ar comprimido**

A fogueira pode ser acesa por fósforo, fricção de pedras (pederneira), lente ao sol, pilha e bombril, fricção de gravetos, além de outras. Acenda de modo original.

7. Saber afiar uma faca/canivete e machado.

Item prático, utilize o livro "Aventuras ao Ar Livre".

8. Cozinhar uma refeição usando alimentos frescos ou secos.

Item prático, utilize o livro "Aventuras ao Ar Livre".

9. Descrever os vários tipos de barracas e suas utilidades.

montanhismo - utilizada a iglu, algumas são isolantes térmicas, para regiões mais frias.

de bosque - utilizada a canadense, simples de ser montada e desmontada.

de camping - desbravadores utilizam a canadense, mas muitos utilizam barracas grandes, com quartos e varanda.

de mochila - utilizada a iglu. A exemplo do montanhismo, ela é utilizada para excursões com mochila por ser leve.

10. Como ocorre a condensação numa barraca, e como preveni-la?

Por ser um ambiente fechado, não ocorre dispersão da respiração, tornando o clima dentro da barraca mais úmido. Por fora, durante a noite, cai o sereno, que também deixa a barraca úmida por fora.

11. Demonstrar sua habilidade para prender firmemente uma barraca.

Item prático, utilize o livro "Aventuras ao Ar Livre".

12. Durante um acampamento, planejar e apresentar um devocional de dez minutos ou organizar e liderar um jogo sobre a Bíblia na natureza, ou liderar uma Escola Sabatina ou culto de pôr-do-sol.

13. Localizar e construir um dos seguintes itens, e descrever sua importância para o indivíduo e o ambiente:

- a. latrina**
- b. chuveiro**
- c. pia e área de lavagem**

14. Demonstrar quatro amarras básicas e construir um objeto simples usando estas amarras.

São as amarras básicas as seguintes: amarra quadrada, diagonal, circular e contínua. Faça um abrigo, mesa, observatório ou algo que demonstre a sua habilidade e criatividade em pioneiria.

15. Saber como trocar o apoio dos lampiões. Demonstrar como colocar combustível em lampiões e fogões de acampamento. Saber como manter o bom funcionamento dos queimadores do fogão.

As pilhas não devem ficar muito tempo dentro da lanterna (meses) pois vazam e estragam a lanterna. Deve-se fazer sempre uma limpeza e deixar a lanterna sem pilhas quando não usar. A lanterna e o fogareiro necessitam de cuidados, pesquise e relate cada um deles.

ESPECIALIDADE DE ACAMPAMENTO IV

1. Ter pelo menos 12 anos, ou estar no mínimo na oitava série.

Ter a Especialidade de Hab. de Acampar III e a Classe de Pioneiro em andamento, dá a base para esta Especialidade.

2. Planejar e apresentar uma atividade apropriada para o sábado, que não seja o culto, para tornar o sábado um dia agradável.

Algumas das atividades agradáveis que se pode fazer no "Sábado a tarde" estão no manual azul conhecido pelo mesmo nome. Dentre elas se destacam jogos de conhecimento e observação da natureza, pesquisa bíblica sobre fatos o objetos relacionados ao tema, entre outros. Não nos cabe passar o que fazer, mas dar a idéia, e ponha a sua criatividade em ação.

3. Escrever uma redação de 200 palavras sobre a preservação da natureza, mencionando as regras de comportamento de dois dias, e fazer um orçamento dos custos.

Boa redação!!!

4. Planejar o cardápio de um acampamento de dois dias, e fazer um orçamento dos custos.

Faça uma pesquisa na região, em pelo menos 3 mercados, para se calcular o custo. Uma pessoa que já fez parte da cozinha de um acampamento pode te ajudar a calcular a quantidade de alimento para as pessoas. Lembre-se de fazer um cardápio gostoso e bem equilibrado.

5. Participar de dois acampamentos de fim de semana.

NOTA - Acampamentos são atividades que dão muita experiência. Sempre você aprende um pouco mais. Quanto mais acampamentos melhor!

6. Iniciar um fogo sob chuva, sabendo onde conseguir material para a "mecha" que manterá o fogo aceso, e como manter o fogo aceso.

Raspe a madeira para chegar na parte seca. Não adianta querer fazer fogo com lenha molhada.

7. Saber que madeira é melhor pra acender rapidamente uma fogueira.

O graveto é bom para se fazer fogo rápido, mas não é útil para se manter uma fogueira acesa por muito tempo.

8. Saber que madeira é melhor para fazer brasas para cozinhar.

A chamada madeira verde não serve, só faz fumaça e não produz o fogo desejado. Utilize troncos de árvore para fazer o chamado carvão. gravetos são úteis apenas para não deixar o fogo inicial apagar, não fazer carvão. Troncos velhos podem ser usados também. Folhas verdes são um combustível péssimo, dão fumaça e não fazem quase fogo algum.

9. Demonstrar como dividir um fogo.

NOTA - A lenha deve ser cortada em "V" com um machado ou machadinha adequada, com o fio bom e sem ninguém muito perto.

10. Demonstrar o cuidado adequado dos alimentos, e onde guardá-los e protegê-los de animais.

Item prático. Lembre-se que você pode ficar sem comida se roubarem seus suprimentos. Para que isso não ocorra, pode-se cavar e esconder bem fechado. Para se manter a água gelada, pode-se amarrar o cantil dentro da água corrente do rio.

11. Preparar um jantar com sopa, legumes, um prato principal e uma bebida, tudo cozido.

Item prático.

12. Assar o seu alimento em forno refletor ou altar de cozinha.

Item prático. Obs. Este item é encontrado no Cartão de Pioneiro.

13. Purificar água de três maneiras diferentes.

Filtragem, fervura e purificação pelo iodo.

ESPECIALIDADE DE ARTE DE ACAMPAR

1. Explicar como e porque as condições do tempo, a estação do ano e as fontes de água devem ser consideradas ao se escolher um local de acampamento.

2. Preparar uma lista de roupas necessárias para acampamento com tempo quente e com tempo frio.

3. Conhecer e praticar as regras de segurança de um acampamento.

4. Demonstrar sua habilidade no uso do canivete: demonstrar ou explicar as regras de segurança para seu uso, e usá-lo para preparar gravetos e madeira para fogueira.

5. Preparar um acampamento com um grupo (apenas fazendo uma lista de objetos pessoais que devem ser levados, e itens que devem ser levados para uso do grupo todo).

6. Preparar cardápios balanceados para desjejum, almoço e jantar.

7. Completar o seguinte enquanto estiver no acampamento:

a. Preparar o chão abaixo da barraca, para proporcionar um bom sono

b. Montar corretamente uma barraca

c. Preparar uma área para fazer a fogueira

d. Demonstrar como proteger o acampamento de animais, insetos, e mau tempo ou chuva

e. Demonstrar como preservar a natureza durante o acampamento, e deixar o local como se ninguém tivesse estado ali.

8. Saber oito coisas que se pode/deve fazer quando perdido.

Há uma sigla chamada PASOCOLA, que significa: Parar, Acalmar-se, Sentar, Orar, Comer, Orientar-se, Lembrar e Andar.

9. Acampar durante três dias e duas noites seguidos, dormindo ao relento ou dentro de uma barraca. Estar ativamente envolvido na preparação de pelo menos duas refeições.

10. Considerando as coisas aprendidas nesta especialidade e os acampamentos feitos, qual é o significado e a razão do Código de Acampamento dos Desbravadores?

ESPECIALIDADE DE FOGUEIRA E COZINHA AO AR LIVRE

1. Preparar cinco tipos diferentes de fogueiras, e saber o uso específico de cada uma.

Fogo do Conselho – utilizado para reuniões de meditação e instrução. Nunca faça comida nele!

Altar de Cozinha – Cozinhar. Fica no nível da cintura e é mais fácil de lidar com o cozido.

Fogo de Trincheira – Cozinhar. Fácil de fazer e não deixa vestígios. Bom para locais com muito vento.

Cercadura de Pedra – Cozinhar. Também para locais com muito vento.

Cama Rápida – Cozinhar. Prática e fácil de fazer, acompanhado de um fogo estrela ou indígena.

Fogo Estrela – Aquecer. Bom para quando falta madeira. Serve também para cozinhar se tiver suporte.

Fogo de Caçador – Cozinhar. Muito útil no apoio das panelas na hora de preparar o alimento.

Fogo Refletor – Aquecer. Utilizado em regiões com vento e frio. Pode-se cozinhar nele também.

2. Preparar madeira e gravetos com segurança.

3. Demonstrar as técnicas corretas de começar uma fogueira.

Construir a base de sustentação com troncos (como eucalipto), não utilize troncos podres que poderão cair, estes podem ser utilizadas para dar brasa para a fogueira. Os gravetos formarão a isca inicial. Não utilize folhas ou madeira verde, estas só servem para fazer fumaça (se você quiser fazer fumaça, muita fumaça, então pode usar).

4. Começar uma fogueira com um fósforo, e mantê-la acesa durante, pelo menos 10 minutos.

Para manter a fogueira acesa é necessário alimentá-la conforme a necessidade. Não basta colocar sempre pequenos gravetos, pois eles queimam rápido e não dão continuidade, servem apenas para iniciar o fogo. Alimento com combustível maior, para promover a brasa que ficará por várias horas acesa sem que seja necessário alimentar o fogo. Depois de se utilizar da fogueira, o melhor é jogar areia ou terra para apagar o fogo. Apague tudo e cubra com terra, não deixando vestígios.

5. Conhecer e praticar cinco regras de segurança.

Limpar bem o local onde irá acender, não deixar coisas próximas a fogueira que poderão espalhar o fogo (como álcool ou roupas), deixar algo próximo para que se possa apagar a fogueira em eventualidades (água ou areia), não brincar com o fogo, não pular a fogueira, apagar totalmente depois de usá-la, não acender em cima da grama, entre outras.

6. Demonstrar como cortar corretamente madeira para fogueira.

Item prático.

7. Demonstrar habilidade para começar uma fogueira em tempo chuvoso.

Este item pode parecer difícil e até impossível a primeira vista, mas a questão é muito simples. Pegue os gravetos e todos os utensílios e coloque abaixo de uma cobertura, feita com saco de lixo ou lona. Abaixo desta pequena cobertura, comece a raspar a lenha, de modo que fique seca. Depois de preparar toda a lenha, deixando-a seca e em condições, acenda o fogo com o fósforo. Dica - Para manter os fósforos secos mesmo que sua mochila caia no rio, pingue em todas as cabeças dos fósforos gotas de vela antes de sair para a excursão, assim você não perde sua fonte de fogo. Faça o teste em casa!

8. Demonstrar habilidade para refogar, cozinhar, fritar, assar pão num espeto e assar em papel alumínio.

Item prático.

9. Conhecer um método de manter os alimentos gelados/frios enquanto estiver acampado, que não seja o uso de gelo.

Colocando num recipiente fechado e vedado, e mergulhando na água corrente do rio ou num balde com água.

10. Conhecer maneiras de manter o alimento e utensílios a salvo de ataque de animais e insetos.

Colocar em recipientes fechados, no alto de árvores ou enterrados, de modo a não exalar cheiro e chamar a atenção dos animais.

11. Por que é importante manter limpos os utensílios usados para cozinhar e comer?

Para manter boa saúde e higiene, e não juntar bichos.

12. Demonstrar conhecimento da nutrição apropriada e combinação de alimentos, fazer um cardápio completo e balanceado para seis refeições de acampamento. Incluir o seguinte:

a. Um desjejum, almoço ou jantar para um dia de caminhada, no qual alimentação leve é importante. A refeição não deveria ser cozida, pois perde muito de seus valores nutritivos.

b. As cinco refeições restantes podem ser feitas com qualquer tipo de comida: alimentos enlatados, frescos, congelados ou desidratados.

13. Fazer uma lista dos suprimentos que serão necessários para preparar as seis refeições acima.

Item prático.

14. Saber como preparar os alimentos com segurança, dispor do lixo adequadamente, e lavar os utensílios.

Item prático.

ESPECIALIDADE DE NATAÇÃO PARA PRINCIPIANTE I

- 1. Com a água no nível do peito, buscar um objeto no fundo, sem ajuda com os olhos abertos.**
- 2. Com a água no nível do peito, mergulhar e sair da água, submergindo a cabeça completamente 15 vezes seguidas.**
- 3. Mergulhar em água profundas (superfície um pouco acima da altura da cabeça) e ir até um local mais raso da área ou piscina.**
- 4. Saltar da borda lateral, na parte mais profunda da piscina.**
- 5. Saltar na borda lateral da piscina em posição grupada e de joelhos.**
- 6. Dando um impulso, deslizar de bruços, a distância de dois corpos.**

- 7. Dando um impulso, deslizar de barriga para cima, a distância de dois corpos.**
- 8. Nado livre – 9 metros.**
- 9. Nado de costas – 9 metros.**
- 10. Demonstrar a batida de pés básica – 9 metros.**
- 11. Mudar de direção no nado livre de frente.**
- 12. Mudar de direção no nado de costas.**
- 13. Discutir as regras de segurança para o mergulho.**
- 14. Boiar.**
- 15. Pular em águas profundas usando colete salva-vidas.**
- 16. Demonstrar a posição de pedido de socorro durante 1 minuto.**
- 17. Demonstrar a posição grupada durante 1 minuto.**
- 18. Demonstrar a técnica de desobstruir as vias aéreas num resgate de afogados.**

ESPECIALIDADE DE NATAÇÃO PARA PRINCIPIANTE II

- 1. Mergulhar em águas profundas, e submergir e emergir várias vezes.**
- 2. Demonstrar as várias posições nas quais se pode boiar.**
- 3. Demonstrar a respiração alternada em água profundas.**
- 4. Saltar da lateral da piscina em duas posições diferentes.**
- 5. Demonstrar a batida básica do nado de costa – 10 metros.**
- 6. Demonstrar braçadas de costas – 5 metros, ou 15 segundos.**
- 7. Nado simples, 25 metros, com respiração alternada.**

8. Nado de costas; 25 metros.

9. Demonstrar a batida de peito com ou sem prancha por 25 metros.

10. Com ou sem prancha de natação, demonstrar batida de perna do nado tesoura por 10 metros.

11. Demonstrar a virada numa das paredes da piscina.

12. Movimentar-se na água com qualquer movimento de pernas, durante 2 minutos.

13. Demonstrar respiração de resgate.

14. Assistir uma demonstração de reanimação cardiopulmonar.

ESPECIALIDADE DE PRIMEIROS SOCORROS BÁSICO

1. Conhecer as causas do choque e demonstrar o tratamento adequado.

O sangue flui de forma alterada. O coração, cérebro e órgãos vitais podem ficar sem sangue e a pessoa pode morrer se não for atendida no tempo certo. Ocorre por queimaduras graves, hemorragia acentuada, ossos quebrados e grandes ferimentos. O choque pode ocorrer em decorrência de uma doença grave. Qualquer ferimento grave pode causar o choque.

Primeiro socorro - Se não houver ferimento no peito, deite a pessoa e levante as partes mais baixas do corpo. Conserve a vítima aquecida com cobertores, não faça ela suar. Dar água pura, nem quente nem fria. Manter a vítima calma e confiante se estiver consciente. Não lhe dê alimentos.

2. Conhecer os devidos métodos para respiração artificial e explicá-los.

A respiração boca-a-boca é o método mais prático de se fazer a vítima voltar a respirar normalmente. A porcentagem de oxigênio não aproveitada ou que ainda não chegou aos pulmões do socorrista servirá para revitalizar a respiração da vítima. Retire da boca da vítima qualquer

objeto que atrapalhe, deite-a numa superfície reta e libere as vias aéreas levantando a nuca e estendendo a cabeça para trás o máximo possível. Coloque a boca sobre a boca do asfixiado, tape o nariz dele e sopra de modo que o ar não vaze. Sobre de 12 a 20 vezes por minuto.

3. Saber o procedimento adequado caso uma vítima esteja sufocando.

De início, espere a pessoa expelir o objeto sozinha, caso não consiga e a pessoa corra risco de vida, abrace a pessoa por trás e aperte a região da barriga com força. Pode-se bater nas costas ou mesmo colocar a pessoa de cabeça para baixo, quando possível.

4. Saber o procedimento adequado caso uma vítima esteja com hemorragia.

Pressione o local para impedir a perda de sangue. Em grandes hemorragias, utilize um pano. Caso a vítima tenha perdido muito sangue, aqueça-a com um cobertor.

5. Conhecer os pontos de pressão e como usá-los corretamente.

Alguns dos pontos de pressão são: temporal (cabeça), braquial e punho (braço), femural (perna), cervical (pescoço) e coronária (peito). Utiliza-se os dois dedos estendidos (indicador e médio) pressionando o local para constatar se a pessoa tem pulsação.

6. Saber o procedimento adequado para tratar uma vítima de envenenamento.

Primeiro deve-se saber o que a pessoa ingeriu. Se ela ingeriu ácidos, amoníacos, alvejantes, desinfetantes, soda cáustica ou derivados de petróleo (gasolina, acetana, removedor, etc.) NÃO provoque o vômito. Caso tenha ingerido soda cáustica dê uma mistura de vinagre e suco de limão diluídos em água e logo em seguida dê leite ou clara de ovo. Em caso de ingestão de ácido, dê leite, água com bicarbonato, azeite de oliva ou clara de ovo para amenizar as irritações do aparelho digestivo. Nos casos de não ter ingerido nenhuma dessas substâncias acima, você pode incitar o vômito através de água morna ou dois dedos na garganta. Depois leve a vítima ao hospital para diagnosticar se o caso é grave ou não. Não esqueça de levar a amostra do que foi ingerido (o rótulo do produto).

7. Demonstrar o procedimento apropriado no uso de talas em diversos ossos do corpo.

Item prático. Lembre-se que as talas devem ser colocadas sem movimentar muito o local, pois poderá piorar. Imobilize para seu instrutor, os seguintes: braço, perna, dedo da mão, pé e outra parte que você achar interessante para completar este item.

8. Saber o procedimento apropriado para ajudar vítimas com queimaduras de primeiro, segundo e terceiro graus.

1º grau – Superficial, atinge a epiderme, causa vermelhidão e dor suportável.

Primeiro socorro – Lave com água de temperatura ambiente as partes lesionadas.

2º grau – Atinge a epiderme e a derme, com formação de bolhas e dor mais intensa.

Primeiro socorro – Não fure as bolhas. Limpe o local e não passe pomadas. Aplique curativo estéril.

3º grau – Profunda, atinge todas as camadas da pele, inclusive o tecido muscular. Pode ter ausência de dor.

Primeiro socorro – Retire partes da roupa que não estejam grudadas. Leve ao médico com urgência. Nos casos mais dolorosos, pode-se dar analgésicos e aplicar gelo em volta do ferimento.

9. Saber o procedimento adequado para auxiliar vítimas de queimaduras químicas.

Retire as roupas impregnadas com o agente químico; identifique o agente que causou a queimadura; se o agente for cal virgem seco, não jogue água, mas remova-o da pele da vítima com uma escova macia; lave a área afetada com grande quantidade de água corrente por vários minutos, use soro fisiológico; não faça fricção no local e não empregue água com pressão na lavagem.

ATENÇÃO – A exposição excessiva ao sol pode levar à morte.

10. Saber que situações podem levar a um envenenamento por monóxido de carbono, e o resgate e técnicas de tratamento para este tipo de envenenamento.

O monóxido de carbono é liberado pelo escapamento dos automóveis. Caso uma pessoa fique num local onde não há troca gasosa, o gás se acumula e é tóxico ao ser humano, que necessita de oxigênio. Quando se resgata uma pessoa nessas condições, ela deve respirar o máximo de ar puro possível. Há casos mais graves em que será necessário dar oxigênio de tubos nos hospitais para desintoxicar.

11. Saber o procedimento adequado no tratamento de vítimas com ferimentos na cabeça.

Observar se não há hemorragias a serem estancadas. Levar o quanto antes ao hospital para se fazer exames de danos maiores (tomografias, raio-x, etc.). Não deixe a pessoa dormir antes de ir ao médico e diagnosticar, em casos de concussão, pode ser fatal.

12. Saber o procedimento adequado para auxiliar vítimas com hemorragia ou ferimentos internos.

Hemorragias e ferimentos internos podem ser simples ou muito graves. Não dá para saber sem fazer exames mais profundos. O procedimento correto é manter a pessoa calma e em repouso até chegar ao médico, pois maiores movimentos podem produzir mais hemorragia, dor e complicações no quadro.

13. Conhecer a diferença entre um ataque cardíaco, derrame, epilepsia e um simples desmaio, e o tratamento apropriado para cada um deles.

Ataque cardíaco – Falta de sangue no coração, interrompendo a vascularização e bombeamento do sangue para o corpo. Leve ao médico com urgência.

Derrame – Hemorragia cerebral que causa a perda da consciência. Leve ao médico rapidamente.

Epilepsia – A pessoa se debate e perde os sentidos temporariamente. Apenas evite que ela se machuque, afastando os objetos de perto dela. Não tente segurar seus movimentos.

Desmaio – A pessoa perde os sentidos por falta de oxigenação no cérebro. Deite a pessoa, afrouxe suas roupas e deixe-a em local arejado. Caso demore a voltar, leve ao médico.

14. Saber como prevenir infecções.

Os ferimentos de pele são portas de entrada para infecções diversas. Quando a pessoa se ferir, passe produtos anti-sépticos e proteja o local com bandagens.

15. Qual o tratamento adequado para picada de cobra?

Lave o local com água e sabão, mantenha o membro levantado, a vítima em repouso e vá ao médico depressa.

Identificar o animal pode ajudar no tratamento. Mas não tente capturá-lo, pois poderá surgir outra vítima.

NUNCA: Chupe o veneno, faça furos ao redor, torniquete, nem cortes no local.

16. Qual o tratamento adequado para mordida de animais?

Lave o local com água e sabão e vá ao médico o quanto antes para diagnosticar uma possível contaminação pela raiva ou outra doença que pode ocorrer desse tipo de acidente.

17. Qual o tratamento adequado para picadas de insetos e aranhas?

Lavar o local com água e sabão. Poucos insetos são letais ao homem, como o causador da doença da malária, chagas, miíase, dengue e febre amarela. Dentre as aranhas, somente 3 são letais no Brasil: armadeira, viúva-negra e aranha-marrom (mas só matam se a pessoa estiver com a defesa do corpo muito prejudicada).

18. Qual a diferença entre desidratação e insolação, e qual o tratamento adequado para cada um?

Desidratação – É a falta de água no corpo. Deixe a pessoa em local arejado, dê água aos poucos e certifique-se que a pessoa não está há dias sem tomar água, pois a água pode ser prejudicial em grandes quantidades.

Insolação – É a exposição excessiva ao sol. Retire a pessoa do sol, afrouxe suas roupas, deixe-a em local arejado e em repouso.

19. O que deveria fazer se suas roupas pegassem fogo?

Abafar com um cobertor ou algo parecido. Não deixe a pessoa correr, pois piora a situação. Rolar no chão pode espalhar o fogo.

20. Quais são os princípios básicos para a prevenção de incêndios em sua casa?

Só ligue o gás quando for usar, mantenha produtos inflamáveis fora do alcance de crianças, mantenha as condições elétricas adequadas, não brinque com fósforos, isqueiros e velas, tenha extintores pela casa, etc.

21. Quais os princípios básicos de segurança em rios, mares e piscinas?

Não passar dos limites que lhe são impostos, não fazer brincadeiras de mal gosto, não fingir afogamento, não bancar o herói ou engraçadinho, não entrar na água antes de 2 horas após a refeição, estar acompanhado sempre que for nadar, etc.

22. Quais as maneiras de salvar uma vítima de afogamento sem nadar?

Jogar uma corda, madeira ou algo que bóie, para que a pessoa possa se segurar e não afundar.

23. Quais são os princípios básicos de segurança em questões de eletricidade?

Manter os fios em boas condições de uso, não sobrecarregar tomadas com vários aparelhos, passar fita isolante em todos os fios desencapados, cuidar para que as crianças não cheguem perto das tomadas e caixa de energia, saber quais são os fios e produtos elétricos recomendáveis para cada situação, não brincar com eletricidade, etc.

24. Como prevenir a intoxicação alimentar?

Manter os alimentos em boas condições, ler as embalagens e comer produtos dentro do prazo de validade, usar filtros para purificar a água, desconfiar de produtos com odor ou aparência alterada, etc.

ESPECIALIDADE DE PRIMEIROS SOCORROS

1. Conhecer os princípios da respiração boca a boca, e o tratamento para vias respiratórias obstruídas.

A respiração boca-a-boca é o método mais prático de se fazer a vítima voltar a respirar normalmente. A porcentagem de oxigênio não aproveitada ou que ainda não chegou aos pulmões do socorrista servirá para revitalizar a respiração da vítima. Retire da boca da vítima qualquer objeto que atrapalhe, deite-a numa superfície reta e libere as vias aéreas levantando a nuca e estendendo a cabeça para trás o máximo possível. Coloque a boca sobre a boca do asfixiado, tape o nariz dele e sopre de modo que o ar não vaze. Sobre de 12 a 20 vezes por minuto. As vias respiratórias obstruídas impedem a passagem do ar, caso o quadro seja grave e com risco de morte, a traqueostomia é utilizada, por pessoas especializadas. Tente desobstruir as vias aéreas através do dedo na garganta da pessoa, batidas nas costas ou reflexo da tosse, pressionando dois dedos na traquéia da pessoa e incitando a tosse.

2. Qual é a diferença entre um ataque cardíaco e um derrame, e qual o tratamento adequado para cada situação?

Ataque cardíaco – Falta de sangue no coração, interrompendo a vascularização e bombeamento do sangue para o corpo. Levar ao médico com urgência.

Derrame – Hemorragia cerebral que causa a perda da consciência. Levar ao médico rapidamente.

3. Conhecer o procedimento adequado no tratamento de vítimas com hemorragia.

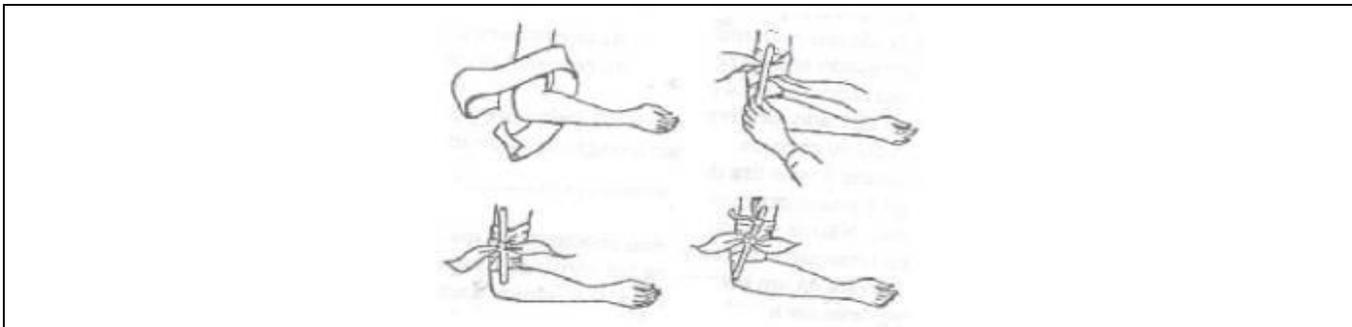
Pressione o local para impedir a perda de sangue. Em grandes hemorragias, utilize um pano. Caso a vítima tenha perdido muito sangue, aqueça-a com um cobertor.

4. Conhecer os pontos de pressão e como aplicá-los corretamente.

Alguns dos pontos de pressão são: temporal (cabeça), braquial e punho (braço), femural (perna), cervical (pescoço) e coronária (peito). Utiliza-se os dois dedos estendidos (indicador e médio) pressionando o local para constatar se a pessoa tem pulsação.

5. Conhecer o método de aplicar um torniquete, e quando usá-lo.

O torniquete é um meio de obstruir a passagem de sangue de um lugar do corpo para o outro. Geralmente feito em membros, consiste de um pano amarrado ao membro e apertado de tal maneira que impeça a passagem de sangue. Utilizado para conter hemorragias e picadas de cobra. Nós, desbravadores, não temos o costume de usar o torniquete NUNCA! Pois pode causar muitos problemas, como gangrena.



6. Conhecer as causas do choque, e demonstrar o tratamento apropriado neste caso.

O sangue flui de forma alterada. O coração, cérebro e órgãos vitais podem ficar sem sangue e a pessoa pode morrer se não for atendida no tempo certo. Ocorre por queimaduras graves, hemorragia acentuada, ossos quebrados e grandes ferimentos. O choque pode ocorrer em decorrência de uma doença grave. Qualquer ferimento grave pode causar o choque.

Primeiro socorro - Se não houver ferimento no peito, deite a pessoa e levante as partes mais baixas do corpo. Conserve a vítima aquecida com cobertores, não faça ela suar. Dar água pura, nem quente nem fria. Manter a vítima calma e confiante se estiver consciente. Não lhe dê alimentos.

7. Conhecer o procedimento adequado para o tratamento de vítimas com envenenamento.

Primeiro deve-se saber o que a pessoa ingeriu. Se ela ingeriu ácidos, amoníacos, alvejantes, desinfetantes, soda cáustica ou derivados de petróleo (gasolina, acetona, removedor, etc.) NÃO provoque o vômito. Caso tenha ingerido soda cáustica dê uma mistura de vinagre e suco de limão diluídos em água e logo em seguida dê leite ou clara de ovo. Em caso de ingestão de ácido, dê leite, água com bicarbonato, azeite de oliva ou clara de ovo para amenizar as irritações do aparelho digestivo. Nos casos de não ter ingerido nenhuma dessas substâncias acima, você pode incitar o vômito através de água morna ou dois dedos na garganta. Depois leve a vítima ao hospital para diagnosticar se o caso é grave ou não.

8. Conhecer o procedimento adequado para o tratamento de vítimas de queimaduras.

1º grau – Superficial, atinge a epiderme, causa vermelhidão e dor suportável.

Primeiro socorro – Lave com água de temperatura ambiente as partes lesionadas.

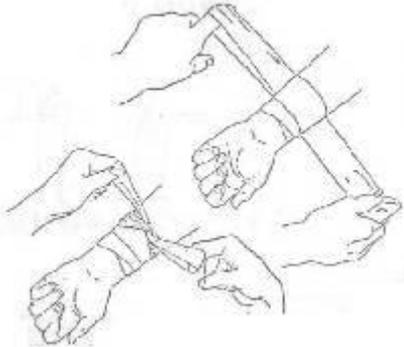
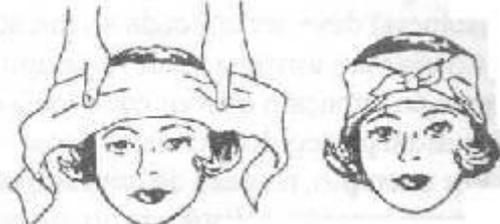
2º grau – Atinge a epiderme e a derme, com formação de bolhas e dor mais intensa.

Primeiro socorro – Não fure as bolhas. Limpe o local e não passe pomadas. Aplique curativo estéril.

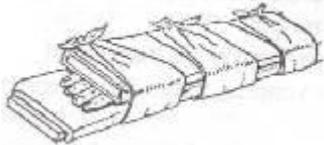
3º grau – Profunda, atinge todas as camadas da pele, inclusive o tecido muscular. Pode ter ausência de dor.

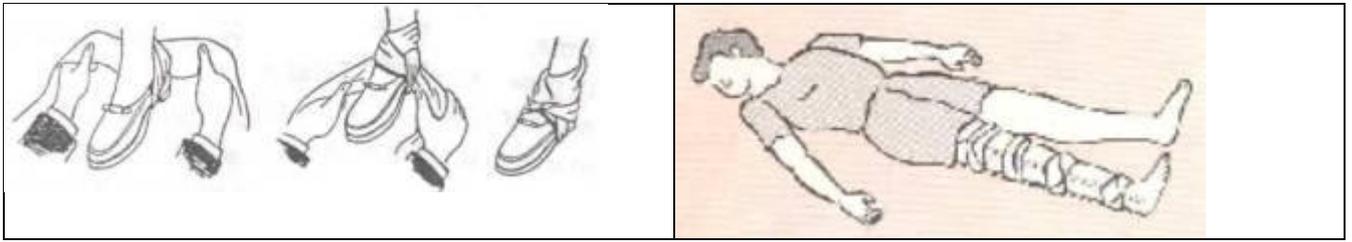
Primeiro socorro – Retire partes da roupa que não estejam grudadas. Leve ao médico com urgência. Nos casos mais dolorosos, pode-se dar analgésicos e aplicar gelo em volta do ferimento.

9. Saber como aplicar corretamente as seguintes ataduras:

a. Espiral fechado e aberto		b. Atadura em oito
Espiral Aberto	Espiral Fechado	
		
c. Ponta do dedo		d. Atadura tipo gravata, para cabeça
		

10. Saber como aplicar talas às seguintes partes do corpo:

a. Braço	b. Antebraço
	
c. Tornozelo	d. Joelho



11. Conhecer o tratamento adequado para o seguinte:

a. Ferimentos na cabeça – para ferimentos de superfície (externos), trate como ferimento comum. No caso de ferimentos internos de maior gravidade, leve ao médico com urgência.

b. Ferimentos internos – a princípio, deve-se aliviar a dor e levar ao médico se a vítima apresentar algum tipo de sangramento pelas narinas, boca ou fezes e muita dor.

c. Ferimentos à bala – estancar a hemorragia com algum tipo de pano e evitar a perda de sangue e esfriamento da pessoa até chegar ao médico.

d. Ferimentos no olho – geralmente as lágrimas se encarregam de tirar corpos estranhos, mas se isso não ocorrer, utilize um algodão umedecido e retire levemente. Em casos graves, vá ao médico.

e. Picadas de insetos e mordidas de animais – As picadas em geral não geram mais que um incômodo. Em casos de inchaço e alergias exageradas, vá ao médico. As mordidas devem ser tratadas com água e sabão, aplicando curativo estéril, caso o animal apresente sinais de raiva, vá ao médico.

f. Desmaios e epilepsia – Em desmaios, a pessoa costuma voltar à consciência em pouco tempo, deixe-a deitada e espere. Caso não volte por muito tempo, leve ao médico. Nos casos de epilepsia, o melhor é afastar os objetos perigosos e deixar a pessoa se debater e voltar ao normal.

g. Efeitos do calor ou frio extremos – O calor extremo pode causar náuseas, suor, queimaduras, etc. O ideal é levar a vítima a um local mais fresco e tratar os sintomas. Em casos de frio extremo, pode ocasionar cianose das extremidades (dedos, nariz e boca ficam roxos), aqueça a vítima.

12. Saber o que fazer num acidente com eletricidade.

Afaste a pessoa imediatamente do contato com a corrente elétrica desligando a chave de energia ou afastando o fio com um cabo de vassoura, pano, jornal dobrado ou corda. Nunca toque na vítima até ela estar separada do contato com a corrente. Caso esteja sem respirar, faça a respiração artificial. Leve-a ao médico.

13. Saber como escapar de um incêndio.

Procurar andar sempre abaixado, pois a fumaça tende a subir. Tentar abrir (ou quebrar) todas as portas e janelas que encontrar. Não desafie o fogo. Em casos de lugares com desmoronamentos pelo fogo, fique debaixo de portas ou divisões de cômodos, que são mais difíceis de cair. Não se desespere. Em caso de sua roupa pegar fogo, tente abafar ou, em último caso, rolar no chão.

14. Saber como obter ajuda numa emergência.

Uma forma rápida e segura de pedir ajuda é pelo telefone do resgate de emergência. Discando o telefone 190 de qualquer lugar, você pode pedir auxílio e chegará rapidamente. Caso esteja sem telefone, procure outros meios de chamar a atenção, como fumaça controlada, gritos, barulho ou coisas que possam causar o desvio da atenção de quem passa para o seu problema.

15. Conhecer o procedimento adequado para tratar uma vítima de radiação.

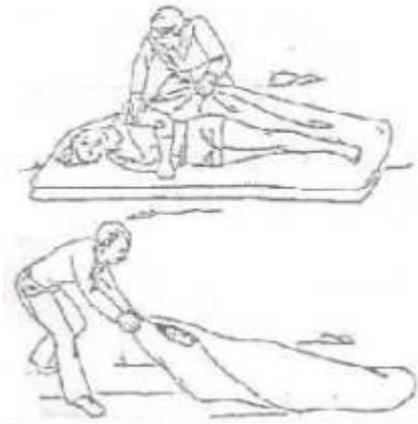
Os acidentes com radiação não são comuns. Eles acontecem em consequência de um acidente numa usina nuclear (que não temos no Brasil) ou por uma bomba atômica ou produtos nucleares ativados através de guerras químicas. São altamente destrutivos, alterando o DNA da pessoa atingida e causando tumores de várias naturezas. Uma vítima de radiação deve ser tratada de maneira sintomática (trata-se os sintomas), lembre-se que o contato com a radiação ocasiona a sua contaminação também, por isso quando tiramos radiografias, utilizamos aqueles aventais de chumbo. Não há muito o que fazer nestes casos, senão, manter a vítima calma e levar ao médico para tratar os efeitos radioativos.

16. Conhecer as seguintes maneiras de carregar uma vítima num resgate:

a. Puxar pelo ombro	b. Usando um cobertor
----------------------------	------------------------------



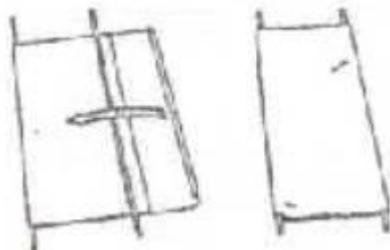
c. Duas pessoas carregam



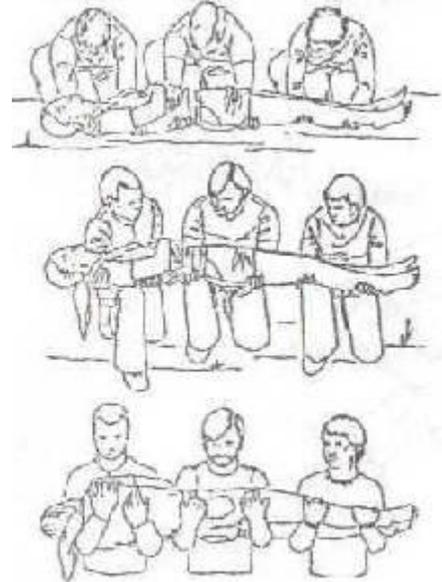
d. Carregar pelas extremidades

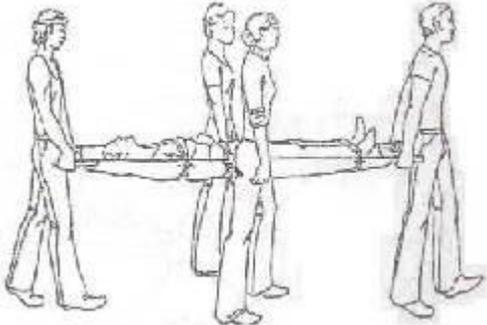


e. Maca improvisada



f. Três pessoas carregam numa rede



g. Usando maca	
 <p>Um diagrama em linha preta e branca que mostra quatro pessoas transportando uma maca. Duas pessoas estão na frente, segurando as extremidades da maca, e duas estão atrás, também segurando as extremidades. A maca está horizontalmente no chão, com uma pessoa deitada nela. As pessoas estão vestidas com roupas simples e boné.</p>	

Especialidade de Resgate Básico

1. Qual é a definição de um resgate de emergência?

É o resgate que não pode esperar. A vida da pessoa está em perigo, quer seja por situações já ocorridas ou por eventos que podem ocorrer. Não somente a vida pode estar em risco como a pessoa pode ficar com seqüelas permanentes ou aliviar a dor da vítima.

2. Demonstrar como resgatar, com segurança, uma pessoa nas seguintes situações:

a. em contato com cabo elétrico – usar um cabo de vassoura ou outro material isolante, como plástico para afastá-la do fio elétrico, sem tocar nela com o corpo desprotegido.

b. em ambiente cheio de fumaça ou gás – andar mais próximo ao chão possível, pois a fumaça tende a subir. Abrir todas as portas e janelas que possível. Se houver fogo no local, molhe a roupa (mas fique longe do fogo, você não está 100% protegido).

c. com as roupas em chamas – devemos abafar com um cobertor ou pano, de preferência molhado. Não deixe a pessoa correr. Rolar no chão pode espalhar o fogo.

d. afogando-se, sem qualquer equipamento de resgate – Atire um objeto que flutue para a pessoa se segurar.

e. um acidente no gelo

3. Demonstrar três maneiras de atrair e comunicar-se com o resgate aéreo.

Obs. Os sinais deverão ter de 3 a 4 metros de comprimento por 30 cm de largura, no mínimo. Necessidade médica; Necessitamos alimentos e água; Necessita material médico; Não podemos seguir; Pode aterrizar aqui; Vamos nesta direção

4. Conhecer seis atitudes indicadas em caso de necessidade de resgate imediato.

- 1 – Desidratação em ambiente sem água
- 2 – Ferimentos graves na cabeça
- 3 – Grande perda de sangue
- 4 – Falta de ar por qualquer problema
- 5 – Hipotermia
- 6 – Vida em risco (incêndio, afogamento...)

5. Conhecer seis procedimentos a seguir antes de remover uma vítima de situação que apresenta risco de vida.

- 1 – A vida do resgator não pode estar em perigo (melhor uma vítima do que duas)
- 2 – Usar o método mais aconselhável para transportar a vítima
- 3 – Tentar afastar o perigo ao máximo sem tirar a vítima do lugar (como apagar o fogo)
- 4 – Avaliar se é melhor enviar um profissional de resgate
- 5 – Observar se a vítima não estará em maior perigo se transportá-la (ferimentos na coluna)
- 6 – Conhecer a direção a seguir e todos concordarem em executar tudo

6. Conhecer cinco princípios envolvidos na remoção de uma vítima de situação que apresenta risco de vida.

7. Conhecer as maneiras apropriadas de ajudar uma vítima, em perigo, nas seguintes situações:

- a. puxar a vítima
- b. içar/levantar a vítima
- c. ajudar a vítima a caminhar

8. Conhecer a forma adequada de ajudar uma vítima, com ajuda de outros, nas seguintes situações:

- a. Carregar uma pessoa sentada
- b. Carregar uma pessoa deitada
- c. Carregar com duas mãos, ou quatro mãos
- d. Carregar com cobertor
- e. Carregar, em três, vítimas em rede, nas posições supino e de bruços
- f. Carregar em três ou quatro pessoas
- g. Carregar em seis pessoas

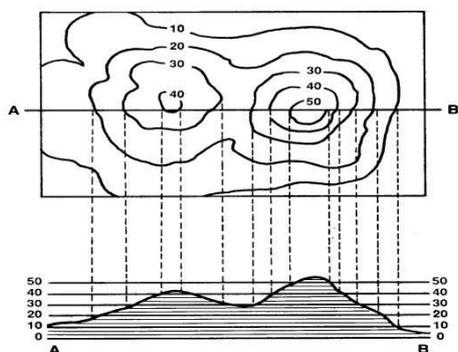
9. Saber como usar adequadamente uma maca e carregar uma vítima numa maca. Saber como fazer uma maca liteira improvisada.

10. Saber como usar corretamente cordas e nós, como a seguir:

- a. Nós para juntar cordas
- b. Nó para diminuir corda
- c. Nó para usar ao redor de alguém num resgate
- d. Enrolar e jogar - corretamente - uma corda leve e uma pesada, de 15 metros

11. Que passos devem ser dados antes de comunicar que alguém está desaparecido? Que informações serão necessárias ao informar à polícia o desaparecimento de alguém? Como devem ser conduzidas as buscas por alguém perdido numa área selvagem?

Especialidade de Orientação.



tomar, entre outros.

1. Explicar o que é um mapa topográfico, o que se pode encontrar nele e três utilidades para o mesmo.

Um mapa é uma versão reduzida e simplificada da realidade. Um mapa topográfico inclui informações de relevo e hidrografia que são essenciais ao navegador; **nem pense em navegar com um mapa político ou rodoviário**, com esse mapa podemos identificar morros, vales, lugares altos ou baixos. O que caracteriza um mapa topográfico é a presença de curvas de nível e pontos cotados, conforme imagem acima.

As principais utilidades podem ser por exemplo saber qual o caminho menos cansativo (pois eu sei a altura dos montes), o mais curto (pois eu sei as distâncias) e o principal, qual rumo

2. Identificar pelo menos 20 sinais e símbolos usados em mapas topográficos

CORES

Branco – representa a floresta com excelentes condições de corrida



Árvore especial / isolada



Elemento especial de vegetação



Área semi-aberta

Marrom – representa todos os elementos topográficos como curvas de nível, buracos, colinas, depressões



Curva de nível



Depressão



Pequena depressão

Preto – representa elementos construídos pelo homem (estradas, edificações, postes, torres, cercas, etc.) e, também, todos os elementos rochosos (pedras, solo rochoso, etc.)



Estrada de terra



Trilha



Linha de Alta Tensão



Linha Elétrica

Azul – representa todos os elementos de água, como rios, córregos, lagos, nascentes, poços, etc



Lago



Rio Intransponível



Ponte , Passagens

Amarelo – representa vegetação, campos abertos com vegetação rasteira com ou sem árvores esparsas. A intensidade da cor mostra quão limpo é o campo. Amarelo vivo para gramados amarelo claro para campos com vegetação mais alta



Área aberta (sem árvores)



Área aberta (com algumas árvores)



Área semi-aberta

Verde – representa vegetação. Quanto mais escuro o verde mais intransitável a vegetação. Verde bem escuro para mata intransitável, verde mais claro para mata onde a corrida é lenta. Listras verdes indicam trânsito em apenas uma direção.



Floresta/Corrida lenta



Floresta/Corrida difícil



Vegetação muito densa / Impenetrável

Púrpura ou Vermelho – usado para marcar o percurso de orientação no mapa. Usado, também, para designar condições especiais do terreno como zona proibida, passagem obrigatória



Posto primeiros socorros

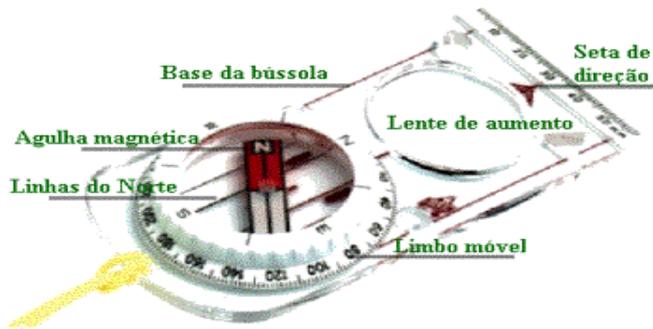


Área Perigosa



Reabastecimento

Apresentar a nomenclatura de uma bússola.



A Bússola tem 3 partes: **Límbo, Quício e Agulha.** Na figura ao lado podemos ver uma bússola de quício móvel. Esta é uma bússola para carta topográfica.

4. Conhecer e explicar os termos a seguir:

- a. Elevação** - É a representação numérica referente a altitude do local
- b. Azimute** - Um azimute é uma direção definida em graus, variando de 0° a 360° . Existem outros sistemas de medida de azimutes, tais como o milésimo e o grado, mas o mais usado pelos Desbravadores é o **Grau**. A direção de 0° graus corresponde ao Norte, e aumenta no sentido direto dos ponteiros do relógio.
- c. Curvas de Nível** - Linha imaginária no solo a uma altitude constante. No mapa permite-nos calcular os desníveis.
- d. Norte Magnético** - O norte magnético é para onde a agulha aponta, não se situa exatamente no Pólo Norte definido pelos meridianos
- e. Norte Verdadeiro** - Um dos locais onde converge o eixo imaginário de rotação da terra, também chamado de Pólo Norte. (o outro local de convergência será no Sul Geográfico - Pólo Sul).
- f. Declinação** - Ângulo entre o Norte Magnético e o Norte Geográfico
- g. Escala** - Escala é a relação entre a distância no mapa e a correspondente distância no terreno. A escala indica o grau de detalhamento que será dado à representação
- h. Medida** - É o valor real a ser percorrido calculando-se pela a escalas
- i. Distância** - É usar a escala para buscar a correspondência com a distância no mundo real
- j. Formato do terreno** - É a representação geográfica do terreno onde é descrito por exemplo: sopé (é o ponto mais baixo de uma elevação), cume (é o ponto mais alto de uma elevação), colina (elevação isolada e alongada), entre outras formas.
- k. Azimute dorsal** - O Azimute Inverso é o azimute de direção oposta. Por exemplo, o Azimute Inverso de 90° (Este) é o de 270° (Oeste). Para o calcular basta somar ou subtrair 180° ao azimute em causa, consoante este é, respectivamente, menor ou maior do que 180°

5. Demonstrar como tirar um azimute magnético.

Prática

6. Demonstrar como seguir um azimute magnético.

Prática

7. Conhecer dois métodos de correção para a declinação e quando esta correção é necessária.

Colocando o mapa topográfico num local plano, colocamos a bússola específica para esse tipo de situação e encontramos o norte. Depois tiramos a declinação que, no caso, é de 18° e se acha a posição ideal para deixar o mapa e orientar-se com precisão no terreno específico.

Outra forma de se proceder, um pouco mais rústica, no entanto, é de se encontrar o norte verdadeiro pela bússola e tirar dela 18° de azimute, achando a declinação adequada para a especificidade do terreno em questão.

8. Ser capaz de orientar-se usando um mapa e uma bússola.

Fazer Competição de Orientação

9. Provar sua habilidade de usar mapas e bússolas, realizando uma caminhada de 3 quilômetros pelo campo, com pelo menos 5 leituras de bússola ou pontos de controle.

Fazer Competição de Orientação

Especialidade de Vida Silvestre.

1. Participar de pelo menos dois acampamentos durante os quais possa praticar as habilidades necessárias para esta especialidade.
2. Mencionar cinco coisas que devem ser feitas quando se está perdido numa floresta. Conhecer três métodos de escolher a direção sem uma bússola.
3. Demonstrar três maneiras de purificar água para beber.
4. Conhecer três formas de encontrar água na floresta e demonstrar dois desses métodos.
5. Demonstrar dois métodos de avaliar a altura de uma árvore, e a largura de um riacho.
6. Identificar as pegadas de quatro animais ou pássaros silvestres.
7. Usando uma bússola, seguir um curso de mais de 100 metros começando em três lugares diferentes, e com menos de 5% de erro.

8. Identificar, preparar e comer dez variedades de plantas silvestres.
9. Ter um estojo pessoal de sobrevivência, com 15 itens, e saber usar cada um deles.
10. Explicar a necessidade de um bom sono, regime alimentar adequado, higiene pessoal e exercício apropriado.
11. Explicar a necessidade dos Primeiros Socorros. Além desta especialidade, conhecer a prevenção, os sintomas, e o tratamento de primeiros socorros para o seguinte:
 - a. Hipotermia
 - b. Mordida de cobra venenosa
 - c. Insolação
 - d. Exaustão
 - e. Arbustos venenosos
 - f. Feridas ou machucados com infecção
 - g. Enjôo provocado por altitude
 - h. Desidratação
12. Demonstrar duas formas de sinalizar pedidos de socorro.
13. Demonstrar os princípios que devem ser respeitados para se andar silenciosamente e esconder-se, em caso de necessidade.
14. Explicar como preparar-se e providenciar abrigo nas seguintes condições:
 - a. muita neve
 - b. áreas rochosas
 - c. pântanos
 - d. florestas
15. Preparar um cardápio equilibrado para duas pessoas, durante um fim de semana. Preparar estas refeições durante um acampamento, em fogueira ou em fogão de acampamento.
16. Conhecer as regras necessárias para se respeitar as áreas silvestres e saber como contribuir para a conservação destas áreas.
17. Demonstrar como fazer os nós a seguir, e conhecer a utilidade de cada um:
 - a. Lais de guia
 - b. Volta de Fiel
 - c. Pescador Duplo
 - d. Figura em Oito
 - e. Prusik
 - f. Laçada Dupla
 - g. Direito
 - h. Pescador
 - i. Quadrado

ESPECIALIDADE DE PIONERISMO

1. Descreva por escrito, oralmente, ou com figuras como os primeiros pioneiros encontraram as seguintes necessidades básicas para a vida.

- a. alojamento e mobílias
- b. vestimenta
- c. comida
- d. cozinhar
- e. calor e luz
- f. ferramentas e trabalho manual
- g. saneamento
- h. transporte

2. Construir um pedaço de mobília útil com amarras. Aprender as seguintes amarras:

- a. quadrada ou plana
- b. diagonal
- c. trípode
- d. contínua

3. Fazer um dos seguintes:

- a. tecer uma cesta usando materiais naturais
- b. fazer um par de mocassins de couro
- c. fazer uma touca para uma senhora à mão
- d. construir um brinquedo simples usado pelos pioneiros

4. Conhecer como fazer farinha de pelo menos uma planta selvagem para o uso de cozeduras.

5. Fazer fogo sem fósforos. Use produtos naturais que produzem fogo. Mantenha o fogo aceso por cinco minutos. Você pode usar os seguintes para começá-lo:

- a. pedra de isqueiro e aço
- b. fricção
- c. faísca elétrica
- d. vidro curvo
- e. fósforos de metal
- f. ar comprimido

6. Demonstrar conhecimento do ofício de trabalhar com o machado nos seguintes:

- a. descrever os melhores tipos de machados
- b. demonstrar como afiar um machado corretamente
- c. conhecer e praticar as regras de segurança no manuseio de um machado
- d. conhecer a forma apropriada de usar um machado
- e. cortar corretamente em dois um tronco que tenha pelo menos vinte centímetros de espessura.
- f. fender corretamente uma madeira que tenha pelo menos vinte centímetros de diâmetro e trinta centímetros de comprimento.

7. Fazer dois dos seguintes:

- a. Fazer uma corda de 3 metros a partir de material natural ou barbante
- b. Demonstrar dez nós úteis para os pioneiros e contar como foram usados
- c. Usando uma corda e materiais naturais, faça um dispositivo para mover objetos pesados
- d. Construa uma adequada e confortável latrina

8. Explique a necessidade de uma manutenção da saúde apropriada mostrando alguma relação com o desperdício humano e com o lavar do corpo, das roupas, e pratos.

9. Ajudar na construção de uma ponte, de corda ou de madeira, de três metros de comprimento, usando amarras.

10. Conhecer quatro maneiras de conservar a beleza da mata.

11. Fazer dois dos seguintes:

- a. fazer uma vela de cera ou outra forma de fonte de luz dos pioneiros
- b. fazer uma barra de sabão
- c. ordenhar uma vaca
- d. bater manteiga
- e. fazer uma pena de caneta e escrever com ela
- f. fazer uma boneca usando uma espiga de milho
- g. ajudar a fazer uma colcha

12. Fazer uma das seguintes:

- a. Ajudar na construção de uma bolsa, usando amarras. Fazer uma viagem de 3 km em um rio com esta bolsa.
- b. Com um vaqueiro experiente, participar de uma cavalgada de 9 km em dois dias, levantado todos os suprimentos necessários em um fardo que você já aprendeu a empacotar.
- c. Com um líder experiente, participar de uma viagem de canoa de 9 km em dois dias, levando todos os materiais necessários corretamente. Um pequeno transporte pela terra pode ser realizado.
- d. Com um líder experiente, participar de um caminhada de 9 km em dois dias, levando todos os materiais necessários

*** Radioamadorismo**

O Radioamadorismo, é uma atividade exercida sem fins lucrativos e permite que milhares de pessoas devidamente identificados e licenciados de todo o mundo estabeleçam contato via rádio e um dos seus principais objetivos é a evolução técnica das comunicações, estudo de propagação, do espectro em geral, aspectos geográficos em radiocomunicação. Para os Radioamadores não existem barreiras étnicas, políticas, religiosas, ideológicas, de nacionalidade, idade ou profissão, tentando promover uma relação internacional de amizade, compreensão, cidadã e cordial .

O Radioamadorismo é mais conhecido pelo serviço gratuito que presta quando ocorre desastres naturais, aquisição de remédios difíceis e por ter ajudado na localização de pessoas e até veículos roubados e infelizmente por causar interferências. Entretanto contribui significativamente tanto no plano social, quanto no tecnológico para as nações que o apoiam e aprovam.

Noções básicas de Ética e Técnica Operacional no RADIOAMADORISMO

PX E PY:

Estas siglas não são definições de tipos de rádios que estamos acostumados a operar, mas sim um (indicativo de chamada), ou seja, o "nome" de quem fala no rádio.

O "rádio PX", uma estação móvel de recepção e transmissão, via rádio em ondas de 11 metros. - É O CHAMADO SERVIÇO DO RÁDIO DO CIDADÃO.

O "rádio PY" é uma estação móvel de recepção e transmissão em ondas em: UHF e VHF (frequência ultra-elevada) (frequência muito elevada). É UMA DAS MODALIDADES DO CHAMADO SERVIÇO DE RÁDIO AMADOR.

Por operarem em faixas de ondas diferentes, um não se comunica com o outro. Portanto o PY como indicativo de chamada, varia em cada região e **classe de radioamador**. (No radioamador existem 4 classes : A B C D). Assim, por exemplo:

	Classe A e B (indicativo)	Classe C (indicativo)	Classe D (indicativo)
São Paulo	PY 2	PU 2	ZZ 2
Rio de Janeiro	PY 1	PU 1	ZZ 1
Minas Gerais	PY 4	PU 4	ZZ 4

IMPORTANTE SALIENTAR QUE: a operação destes equipamentos, por ser um SERVIÇO, é regulamentado por LEI FEDERAL e portanto, sujeito a autorização e fiscalização do Ministério das Comunicações - através da ANATEL.

Assim, não basta comprar um rádio e a antena no camelô e sair falando, como nós fazemos, é preciso ter: LICENÇA DE SERVIÇO DE RÁDIO DO CIDADÃO ou LICENÇA DE SERVIÇO DE RÁDIO AMADOR, conforme o caso, obtidos junto à ANATEL.

Os princípios éticos são a base de um radioamadorismo sadio, fraterno e construtivo.

1. Nenhum grupo ou operador individual tem o direito exclusivo a uma frequência, a menos que esteja conduzindo um tráfego de emergência.
2. Não interrompa no meio de uma conversação. Espere ao menos que o câmbio da estação que está com a palavra termine. Só então anuncie seu indicativo de chamada (prefixo e nome). O uso da palavra break, só é permitido em casos de comprovada emergência.
3. Mesmo que a estação de chamada que se identificou seja seu melhor amigo, não é sua vez de falar, não entre na frequência, espere sua oportunidade de falar dentro da seqüência natural.
4. É extremamente desagradável estabelecer uma conversação bilateral, deixando os demais do grupo à parte, em uma rodada de conversa.
5. Nunca faça comentários ou observações durante a conversação de outros. Evite palavreados chulos, palavras ou jargões de sentido duvidoso. Lembre-se que sua transmissão está sendo ouvida por muitos radioescutas.
6. Ajude os menos experientes, faça isso de forma elegante e desinteressada.
7. O trote pelo rádio pode ser gozado, mas coloca a outra parte em desconfiança, insegura e na expectativa de outro trote, isso poderá fazer com que ele não acredite naquilo que esteja ouvindo, numa situação real de emergência.
8. Nunca utilize o rádio para propaganda de atividade comercial, não discuta ou debata temas ligados a política, religião ou futebol.
9. Não lhe é permitido manter uma conversação com outra estação por mais de cinco minutos sem manter um espaço de alguns segundos para que outras estações tenham chance para usar o canal. Não lhe é permitido dinamitar outras estações, usando equipamentos com poder de transmissor ilegalmente ampliado, ou antenas ilegalmente altas.
10. Não se pode transmitir nenhuma música ou jogo em seu rádio.
11. SÓ USE CANAL 9 PARA MENSAGENS DE EMERGÊNCIA

12. Falar ao microfone, por não terem nenhum tipo de prática, algumas pessoas tendem a gritar, enquanto outras engolem as últimas sílabas. Alguns rádio-operadores geram um enorme tumulto durante seu câmbio, por atropelarem as palavras. Esse fato deve-se a não respirarem normalmente. Não fale muito depressa, nem muito devagar, respirando adequadamente para que não fique sem fôlego.

O Alfabeto Fonético, ou Código da UIT (União Internacional de Telecomunicações)

A- Alpha	G- Golf	M- Mike	S- Sierra	Y- Yankee
B- Bravo	H- Hotel	N- November	T- Tango	Z- Zulu
C- Charlie	I- India	O- Oscar	U- Uniform	
D- Delta	J- Juliet	P- Papa	V- Victor	
E- Eco	K- Kilo	Q- Quebec	W- Whisky	
F- Fox	L- Lima	R- Romeu	X- ex Ray	

Código Q

QAP- Alguém na escuta?
QSL - Tudo entendido, ok, confirmado.
QRA - Nome da Estação.
QRG - Frequência em que opera.
QSO - Conversa.
QRT - Parar de transmitir.
QTH - Local da estação.
QSY - Mudar de frequência.
QRX - Aguarde.
QRH - Há variação na sua (na minha) modulação.
QRL - Estou ocupado.
QRM - Interferência por outra estação.
QRU - Tem algo para mim?
QRV - À disposição.
QRZ - Quem está chamando ? Dê seu prefixo.
QSM - Repita o último câmbio.
QSN - Você me escutou?
QSP - Retransmissão de mensagens.
QSX - Escutarei na frequência.
QSY - Vou mudar de frequência.
QSZ - Devo repetir a mensagem?
QTA - Cancele mensagem anterior.
QTC - Mensagem para você.
QTO - Toalete.
QSJ - Dinheiro.
QSP - Ponte.
QTR - Horário.