



ΣΩΜΑ
ΕΛΛΗΝΩΝ
ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΜΕΝΟΥ

ΚΥΚΛΟΣ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΤΙΚΗΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ,
ΜΕΓΑΛΩΝ ΔΡΑΣΕΩΝ,
ΣΥΝΘΕΤΗ ΜΕΓΑΛΗ ΔΡΑΣΗ ΥΠΕΘΡΟΥ - ΤΑΞΙΔΙ
Ενότητα: Κ4.Υγιεινή – Ασφάλεια Δράσεων



Εφορεία Εκπαίδευσης Γενικής Εφορείας
Αθήνα 2018 - 2η Έκδοση

Συγγραφείς

Υλικό από τα υφιστάμενα εκπαιδευτικά εγχειρίδια των Κλάδων

Γιώργος Χουρδάκης

Νεκτάριος Τσεσμελόπουλος

Χρήστος Μπακαλάρος (Προστασία και πρόληψη πυρκαγιάς)

Υπεύθυνος Διαμόρφωσης επιστημονικών προδιαγραφών του εκπαιδευτικού υλικού

Νεκτάριος Τσεσμελόπουλος

Συμβουλευτική Υποστήριξη

Επιστημονική Ένωση Εκπαιδευτών Ενηλίκων

Επιμέλεια κειμένων

Συμεών Σουρβίνος

Το παρόν δημιουργήθηκε στο πλαίσιο δημιουργίας εκπαιδευτικών εγχειριδίων για την «ευέλικτη εκπαίδευση» του Σώματος Ελλήνων Προσκόπων (Σ.Ε.Π). Η συγγραφή των κειμένων έχει γίνει με τη βοήθεια τεκμηριωμένων εγχειριδίων τα οποία αποτελούν το υφιστάμενο υλικό της Επίσημης εκπαίδευσης Ενηλίκων Στελεχών του Σ.Ε.Π.. Οι συγγραφείς έχουν επιλεγεί με τη βοήθεια της Εφορείας Εκπαιδύσεως και είναι ενεργά μέλη του Εκπαιδευτικού προσωπικού του Σ.Ε.Π.

Περιεχόμενα

Σκοπός	3
Προσδοκώμενα Αποτελέσματα	3
Λέξεις – Κλειδιά	4
Εισαγωγή.....	4
Ενότητα 1	11
1.1. Ιατρικές βεβαιώσεις κατασκηνωτών	11
1.2. Γιατρός - Οργανωμένο φαρμακείο	13
Ενότητα 2	15
2.1. Καθαριότητα χώρων και κατασκηνωτών.....	15
Ενότητα 3	20
Ασφάλεια	20
Τα Μέσα και Υλικά που χρησιμοποιούμε.....	25
Ενότητα 4	28
Σύνοψη.....	34

Σκοπός

Σκοπός αυτής της εκπαιδευτικής ενότητας είναι να εξηγηθεί στα ενήλικα στελέχη του Προσκοπισμού το πόσο μεγάλη σημασία έχει η ασφάλεια των μελών μας κατά τη διάρκεια των δράσεών μας, ειδικά όταν αυτές διεξάγονται στην ύπαιθρο. Και όταν λέμε ύπαιθρο, μιλάμε και για το δάσος, και για τη θάλασσα και για το βουνό και για την ειδικότητα των Α/Π γιατί όχι και για τον αέρα. Θα εξηγηθούν επίσης τα μέτρα ασφαλείας τα οποία πρέπει να παίρνουμε πάντα έτσι κι αλλιώς για να είμαστε σίγουροι πως θα είμαστε ανά πάσα στιγμή έτοιμοι να ανταπεξέλθουμε σε κάθε επείγουσα κατάσταση.

Προσδοκώμενα Αποτελέσματα

Με την ολοκλήρωση αυτής της εκπαιδευτικής ενότητας οι εκπαιδευόμενοι θα πρέπει να είναι σε θέση να:

- Αναλύουν τις ενέργειες που πρέπει να κάνουν (είτε οι Βαθμοφόροι, είτε οι Συμμετέχοντες) κατά το ΠΡΙΝ ΚΑΤΑ ΜΕΤΑ μιας Απλής Δράσης ή Κατασκήνωσης ή ΜΔΥ ή Πολυήμερης Δράσης για την :
 - Καθαριότητα των συμμετεχόντων,
 - Υγιεινή του Χώρου ,
 - Ασφάλεια των Παιδιών,
 - Ασφάλεια του Χώρου,
 - Φαρμακείο
- Εξηγούν τα μέτρα που πρέπει λαμβάνει υπόψη του το κάθε τμήμα για να κινηθεί με ασφάλεια στη Θάλασσα ή το Ορεινό Πεδίο
- Εξηγούν την σημασία της σωστής ξεκούρασης και ύπνου των συμμετεχόντων σε μια δράση ανάλογα το πρόγραμμα της, το τμήματα και το είδος της.
- Δημιουργούν ανάλογα το τμήμα και το είδος της δράσης πλάνα ενεργειών κινήσεων σε επείγουσες καταστάσεις, π.χ. καύσωνα, πυρκαγιά σεισμό κλπ

Λέξεις – Κλειδιά

-Υγιεινή

-Ασφάλεια

-Φαρμακείο

-Μέτρα πρόληψης

Εισαγωγή

Από την στιγμή που σαν εθελοντές συμμετέχουμε σε μία κίνηση η οποία έχει σαν επίκεντρο τα παιδιά, αμέσως αντιλαμβανόμαστε πως από την στιγμή που οι γονείς μας εμπιστεύονται αυτά τα παιδιά πρέπει και εμείς να αναλάβουμε όλες τις ευθύνες μας. Αμέσως είμαστε υποχρεωμένοι στο να προσέχουμε ιδιαίτερα την συμπεριφορά μας (Προσωπικό Παράδειγμα), το τι θα λέμε, τι θα μεταλαμπαδεύσουμε σε αυτά και πάνω από όλα είμαστε υπεύθυνοι για την ασφάλειά τους κατά τη διάρκεια των δράσεών μας. Ιδιαίτερα για τις δράσεις που διεξάγονται στην ύπαιθρο μια και σε αυτό το πεδίο τα ποσοστά ατυχημάτων είναι ιδιαίτερα αυξημένα. Με την παραδοχή του ότι είμαστε υποχρεωμένοι να επιστρέφουμε τα παιδιά λερωμένα αλλά ασφαλή καταλαβαίνουμε το πόση μεγάλη σημασία έχει το παιχνίδι στη φύση. Φυσικά αν θα μπορούσαμε να αποφύγουμε την λέξη «λερωμένα» θα ολοκληρώναμε την καλή εικόνα του εθελοντή που σέβεται την υγιεινή και την ασφάλεια των ανήλικων μελών αλλά και του εαυτού του χωρίς ποτέ να ξεχνάμε, πως καλός εθελοντής, είναι ο εκπαιδευμένος εθελοντής.

Η Ασφάλεια των Μελών και των Δράσεων απορρέει από την ευθύνη που έχει το Σώμα Ελλήνων Προσκόπων στα μέλη του, ιδιαίτερα στα ανήλικα μέλη του, όπως απορρέουν από την Διεθνή Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού και έχει ενσωματωθεί στο Ελληνικό Δίκαιο (Ν. 2101/1992)

Δικαιώματα παιδιών

Η Σύμβαση για τα Δικαιώματα του Παιδιού περιλαμβάνει τρεις μεγάλες κατηγορίες δικαιωμάτων :

- Συμμετοχή (δικαίωμα στην έκφραση γνώμης, την πληροφόρηση, τον ελεύθερο χρόνο)
- Προστασία (από κάθε μορφής κακοποίησης, εκμετάλλευσης, διάκρισης, ρατσισμού)
- Παροχές (δικαίωμα στην εκπαίδευση, την υγεία, την ψυχαγωγία)

Λεπτομέρειες για το περιεχόμενο της Σύμβασης και άλλες πληροφορίες θα βρείτε στην Ενότητα Ε6 Ασφάλεια Μελών, Μέσων, Δράσεων και Υγιεινή Χώρων.

Ως αποτέλεσμα των παραπάνω είναι ότι η ασφάλεια ανήλικων είναι η υποχρέωση που έχει η πολιτεία, για την τήρηση και εφαρμογή της διεθνούς σύμβασης του ΟΗΕ των Δικαιωμάτων του παιδιού και την υλοποίηση ενεργειών που διασφαλίζουν ότι την κάνουν πράξη.

Αντίστοιχα λοιπόν ασφάλεια μελών του ΣΕΠ είναι η υποχρέωση που έχει το ΣΕΠ και τα ενήλικα στελέχη του για την εφαρμογή των Νόμων του Κράτους και συγκεκριμένα τη διασφάλιση των δικαιωμάτων και την προστασία από κάθε μορφή βίας ή απειλή βίας, των ανηλίκων αλλά και των ενήλικων μελών της Προσκοπικής Κίνησης.

Βία και Απειλή Βίας, Ορισμός – Κατηγορίες

Κατανοούμε λοιπόν ότι Ασφάλεια των Μελών του ΣΕΠ σημαίνει προστασία και διασφάλιση δικαιωμάτων. Για να μπορέσουμε να δούμε ποιες ενέργειες πρέπει να γίνονται στο ΣΕΠ για την προστασία των μελών του από κάθε μορφή βίας ή απειλή βίας, πρέπει να δούμε τι εννοούμε με αυτές τις έννοιες.

Ορισμός

Βία ή Απειλή Βίας είναι :

- Κάθε συμπεριφορά, ή συστηματική πολιτική συμπεριφοράς, που χρησιμοποιείται για να εξαναγκάσει, να κυριαρχήσει, ή να απομονώσει το θύμα.
- Κάθε σωματική, ψυχολογική και λεκτική κακοποίηση ανθρώπου, που δημιουργεί σωματικό ή και ψυχικό πόνο ή και πληγές.

- Η χρήση κάθε μορφής εξουσίας που επιβάλλεται στο άλλο άτομο, για τη διατήρηση του ελέγχου της σχέσης και της συμπεριφοράς του θύματος.
- Η οποιαδήποτε παραβίαση των δικαιωμάτων του θύματος.

Από τον παραπάνω ορισμό προκύπτει ότι τη βία ή την απειλή βίας μπορούμε να τη χωρίσουμε σε κατηγορίες ανάλογα πως αυτή ασκείται. Οι κατηγορίες που μπορούμε να τη χωρίσουμε και αξίζει για το ΣΕΠ να εξετάσουμε, είναι :

- Σωματική
- Λεκτική
- Ψυχική – σεξουαλική
- Συναισθηματική
- Θέματα υγιεινής

Για τη **Σωματική** Βία ή απειλή Βίας το ΣΕΠ έχει υποχρέωση να παρέχει στα μέλη του προστασία από :

- Παιδοφιλία
- Κακοποίηση
- Αυτοκτονίες
- Σωματική τιμωρία
- Ατυχήματα σε δράσεις

Για τη **Λεκτική** Βία ή απειλή Βίας το ΣΕΠ έχει υποχρέωση για τη διαμόρφωση περιβάλλοντος χωρίς :

- Λεκτικές απειλές για χρήση βίας,
- Βρισιές,
- Υποτιμητικές εκφράσεις
- Εξευτελιστικές λεκτικές επιθέσεις

Όλα τα παραπάνω, αποτελούν τμήμα και ψυχολογικής και συναισθηματικής βίας την οποία θα δούμε και παρακάτω. Για να μπορέσουμε να διακρίνουμε αυτές τις μορφές βίας, ας δούμε μερικά παραδείγματα.

Το αθώο πείραγμα, είναι ένα ελαφρύ σχόλιο που δεν έχει στόχο να ταπεινώσει το δέκτη, δεν είναι βία.

Όμως το υπερβολικό πείραγμα, δίνει διαφορετικό τόνο, πιο δριμύ, που όταν επαναλαμβάνεται αρκετές φορές, μπορεί να είναι το ίδιο επιβλαβές με περιστατικά λεκτικής βίας.

Τέλος, περιστατικό ενδοσκοπικής λεκτικής βίας και εν προκειμένω «ενδο-προσκοπικής» βίας, υφίσταται, όταν ένα μέλος μας-ανήλικο, ζητάει από το άλλο να σταματήσει μια συγκεκριμένη συμπεριφορά που το ενοχλεί, ενώ το δεύτερο συνεχίζει ανενόχλητο.

Για την **Ψυχική - Σεξουαλική** Βία ή απειλή Βίας το ΣΕΠ έχει υποχρέωση να παρέχει στα μέλη του προστασία ή διευκόλυνση από :

- Επιθετικότητα
- Φόβος
- Ψυχολογικά τραύματα
- Αρνητική αυτοεκτίμηση
- Σύγχυση ταυτότητας
- Φαινόμενα σεξουαλικής παρενόχλησης ή και συμμετοχής σε σεξουαλικές πράξεις με ή χωρίς την συναίνεση

Για την **Συναισθηματική** Βία ή απειλή Βίας το ΣΕΠ έχει υποχρέωση να παρέχει στα μέλη του προστασία από :

- Μη λεκτικές απειλές. π.χ. χειρονομίες που υποδηλώνουν απειλή, εκφράσεις του προσώπου, κινήσεις του σώματος.
- Υπερβολική έλλειψη ενσυναίσθησης, την ικανότητα του συν-αισθάνεσθαι π.χ. τον πόνο ή τη χαρά του άλλου
- Έντονη συναισθηματική απάθεια ή η αδυναμία συναισθηματικού μοιράσματος και επαφής με τρόπο που είναι ζημιογόνος.
- Χειραγώγηση των συναισθημάτων του άλλου που οδηγεί σε τρόμο, φόβο, δυσκολία χαλάρωσης, ενοχές, αμφιβολίες και αμφισβήτηση του τρόπου σκέψης και των συναισθημάτων του/της για την κατάσταση,
- Αδυναμία να είναι σε επαφή και να εμπιστεύεται τα συναισθήματά του/της.
- Παιχνίδια με το μυαλό του άλλου π.χ. διαστρέβλωση των σκέψεών του σε βάρος του θύματος.

Γενικά η συναισθηματική βία ή απειλή της, αφορά την υποχρέωση προστασίας που έχουμε, στην περίπτωση που διαπιστώνουμε ότι ένα μέλος μας, ΔΕΝ σχετίζεται με τον κόσμο, δηλαδή ΔΕΝ κοινωνικοποιείται κανονικά. Γενικά ένα παιδί σχετίζεται με τον κόσμο:

Επιτυχώς: Αν είναι χαρούμενο και με ενδιαφέρον για τον κόσμο γύρω του, αν κάνει φίλους, αν δίνει και δέχεται αγάπη, αν έχει διάθεση να μάθει, αν είναι ευτυχισμένο στο σχολείο και στο προσκοπικό τμήμα, αν δεν παραπονιέται συχνά και ανεξήγητα σε θέματα υγείας (π.χ. πονάει το κεφάλι μου, πονάει η κοιλιά μου κλπ.)

Ανεπιτυχώς: Αν συχνά φαίνεται δυστυχισμένο και λυπημένο, αν έχει δυσκολία να κάνει φίλους, αν δεν έχει απόδοση στο σχολείο αν και είναι έξυπνο, αν παρουσιάζει συχνά πόνους και ενοχλήσεις χωρίς οργανική αιτία.

Ενδείξεις

Ενδείξεις που θα πρέπει να προκαλέσουν την ανησυχία των ενηλίκων σχετικά με την συμπεριφορά μελών μας που βρίσκονται σε κατάσταση βίας ή υπό την απειλή βίας.

Σωματική Βία ή Απειλή Βίας

- Μελανιές / Εγκαύματα
- Μελανιές στα μάτια / αιμορραγία αμφιβληστροειδούς
- Κατάγματα
- Τσιμπήματα / εκδορές
- Δαγκώματα
- Άρνηση για συζήτηση όλων των παραπάνω συμπτωμάτων
- Φόβος να επιστρέψει στο σπίτι ή να έρθει σε επαφή με άτομα
- Φόβος να εκθέσει μέρη του σώματος
- Άρνηση ιατροφαρμακευτικής φροντίδας
- Έλλειψη αυτοεκτίμησης
- Ελλιπής προσοχή
- Συμπεριφορά αμυντική / απόμακρη
- Σκληρότητα / επιθετικότητα / εκφοβισμός
- Αδικοιολόγητη αλλαγή στην συμπεριφορά

Συναισθηματική Βία ή Απειλή Βίας

- Συνεχής αυτό – υποτίμηση
- Φόβος για ότι καινούργιο / αλλαγή / νέα κατάσταση
- Ανάρμοστη συναισθηματική αντίδραση σε επώδυνες καταστάσεις
- Αυτοτραυματισμός / ακρωτηριασμός
- Τάσεις κλεπτομανίας / μικροκλοπές
- Ναρκωτικά / διαλύτες
- Νευρωτικές διαταραχές – έμμοιο λίκνισμα, πιπίλισμα, κλπ
- Αδιαφορία
- Τάσεις απομόνωσης / δυσκολία στις κοινωνικές σχέσεις / δεν κάνουν φίλιες
- Έντονη πρόκληση της προσοχής των άλλων
- Προβλήματα στην διατροφή, βουλιμία, υποκατανάλωση τροφής, ανορεξία
- Κατάθλιψη
-

Αμέλεια

- Συνεχής υποσιτισμός – πείνα

- Ελλιπής υγιεινή
- Αρτιμελής ρουχισμός
- Συνεχής καθυστέρηση στην έλευση ή συνεχής απουσία από τις συγκεντρώσεις
- Έλλειψη ιατρικής φροντίδας
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Αδιαφορία
- Ελλιπείς κοινωνικές σχέσεις / τάσεις απομόνωσης
- Τάσεις κλεπτομανίας / μικροκλοπές
- Συνεχής κόπωση

Σεξουαλική Βία ή Απειλή Βίας

- Μελανιές, εκδορές, εγκαύματα, δαγκώματα
- Κακώσεις ή τραυματισμοί στην περιοχή των γεννητικών οργάνων ή τον πρωκτό
- Εγκυμοσύνη, ειδικά στην περίπτωση νεαρών που αποφεύγουν να δώσουν σαφείς πληροφορίες για την ταυτότητα του πατέρα.
- Γνώσεις για το σεξ που δεν συνάδουν με την ηλικία. Αυτές μπορεί να εμφανίζονται μέσα από συζητήσεις, το παιχνίδι, τα σκίτσα, κλπ
- Δημόσιος αυνανισμός
- Προσπάθεια να συζητήσει και εξηγήσει σε συνομηλίκους του θέματα σεξουαλικών σχέσεων.
- Αποφεύγει να συναναστρέφεται συγκεκριμένους ανθρώπους ή να πηγαίνει σε συγκεκριμένες τοποθεσίες
- Επιθετικότητα, θυμός, ανησυχία,
- Απομάκρυνση από τους φίλους
- Ενούρηση κατά τον ύπνο
- Τάσεις αυτοκτονίας

Σε μεγαλύτερες ηλικίες νέων

- Προκλητική σεξουαλική συμπεριφορά, πορνεία
- Αυτό – τραυματισμοί, αυτό-καταστροφική συμπεριφορά, τάσεις αυτοκτονίας,
- Διατροφικές διαταραχές
- Συνεχής κούραση, λήθαργος, έλλειψη προσοχής
- Παραβατικές συμπεριφορές
- Διαταραχές στον ύπνο
- Ανεξήγητο πλουτισμό ή δώρα
- Κατάθλιψη
- Αλλαγή στην συμπεριφορά

Ενέργειες για την αποκάλυψη της κακοποίησης

- Κάνετε όσες ερωτήσεις είναι απαραίτητες για την αποκάλυψη του γεγονότος
- Δώστε προσοχή στους ισχυρισμούς και δείξτε εμπιστοσύνη σ αυτά που σας λέει
- Εξηγήστε και δώστε του να καταλάβει ότι δεν φταίνε για ότι έχει συμβεί και ότι είστε εκεί για να του συμπαρασταθείτε
- Μην κάνετε κρίσεις ή κριτική

- Κάνετε «ανοικτές» ερωτήσεις του τύπου Πότε – Πού – Ποιος – Τι . Μην προσπαθήσετε να προκαταβάλετε την απάντηση ή να δώσετε την απάντηση που εσείς θα θέλατε να ακούσετε
- Κρατήστε σημειώσεις κρατώντας μια αναφορά με ημερομηνία και ώρα
- Να έρθετε σε επαφή με τον αρμόδιο Βαθμοφόρο ή την αρμόδια Υπηρεσία σύμφωνα με τις υποδείξεις και οδηγίες του Κανονισμού Ασφαλείας του ΣΕΠ

Υγιεινή

Για τα θέματα υγιεινής (που είναι μια κατηγορία της βίας γιατί εντάσσεται στα πλαίσια της παραβίασης των δικαιωμάτων του ατόμου - βλέπε παροχές σε θέματα υγείας) το ΣΕΠ έχει υποχρέωση να παρέχει στα μέλη του προστασία από :

- Την ΠΑΡΑΜΕΛΗΣΗ των ενεργειών και των κανόνων που αποσκοπούν στην προστασία της υγείας του οργανισμού.
- Την καθαριότητα, και την υγιεινή που είναι ενέργεια που συμβάλλει στη διατήρηση της καλής υγείας.

Συμπεραίνουμε λοιπόν ότι λέγοντας ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΕΛΩΝ εννοούμε την αποτροπή κάθε είδους βίας και την παροχή ενός ασφαλούς περιβάλλοντος.



Ενότητα 1

Υγιεινή Κατασκηνωτών



1.1. Ιατρικές βεβαιώσεις κατασκηνωτών

Δεν είναι λίγες οι στιγμές όπου κατά τη διάρκεια των εκπαιδεύσεων οι μεγαλύτεροι και εμπειρότεροι βαθμοφόροι (οι εκπαιδευτές) επαναλαμβάνουν διαρκώς την παρακάτω φράση:

«...και να μην ξεχάσετε ποτέ πως οι γονείς σας έχουν εμπιστευτεί ότι πολυτιμότερο έχουν δημιουργήσει ποτέ στη ζωή τους... τα παιδιά τους...»

Φυσικά για να επιμένουν σε αυτή τη φράση προφανώς και θα έχουν αντιμετωπίσει περιστατικά κατά τη διάρκεια κάποιας πολυήμερης δράσης, παιδιών που χτύπησαν κατά τη διάρκεια ή που είχαν εξαρχής κάποιο πρόβλημα υγείας το οποίο επιδεινώθηκε κατά τη διάρκεια της δράσης, για το οποίο όμως οι βαθμοφόροι δεν είχαν λάβει ποτέ τους ενημέρωση. Το πιο απλό περιστατικό θα μπορούσε πολλές φορές να αποβεί μοιραίο και οι επιπτώσεις δυσβάσταχτες. Αν αναλογιστούμε πως μία απλή αλλεργία στη γύρη των πεύκων μπορεί να προκαλέσει αλλεργικό σοκ σε έναν άνθρωπο ανεξάρτητα από το αν αυτός είναι ενήλικος ή ανήλικος τότε αντιλαμβανόμαστε την σπουδαιότητα του προβλήματος. Ειδικά σε περιπτώσεις όπου η πρόσβαση ασθενοφόρου ή η διακομιδή του ασθενή είναι ανέφικτη.

Ας το πάρουμε όμως από την αρχή. Από την στιγμή που οι γονείς επιτρέπουν στο παιδί τους την συμμετοχή του στην θερινή δράση του τμήματός μας θα πρέπει αμέσως εμείς να τους ζητήσουμε μία ιατρική βεβαίωση της υγείας του παιδιού, φυσικά με υπογραφή ιατρού η οποία θα βεβαιώνει πως το παιδί έχει κάνει τα απαραίτητα εμβόλια και πως η υγεία του είναι εντάξει και δεν έχει κάποιες ιδιαίτερες παθήσεις. Ακόμα και στην περίπτωση που το παιδί πάσχει από κάτι, αυτό αναφέρεται και στην περίπτωση που πρόκειται απλά για μία απλή φαρμακευτική αγωγή, την οποία πρέπει να ακολουθεί καθ' όλη τη διάρκεια της κατασκήνωσης. Αν πρόκειται δηλαδή για μία αντιβίωση, αυτό αναφέρεται, σημειώνεται, ο γονέας προμηθεύει τον υπεύθυνο υγιεινής με το κατάλληλο σκεύασμα συνοδευόμενο από την συνταγή ιατρού η οποία περιγράφει τη δοσολογία και την συχνότητα λήψης του φαρμάκου.

Η ιατρική εξέταση των κατασκηνωτών και Βαθμοφόρων (αν και σαν ενήλικοι αναλαμβάνουν την όλη ευθύνη) είναι απαραίτητη και αποτελεί προϋπόθεση του να δεχθεί ο Αρχηγός τον κατασκηνωτή και να εγκρίνει την κατασκήνωση η Περιφερειακή Εφορεία. Υπάρχουν 2 τρόποι για να γίνει η ιατρική εξέταση:

1. Να συγκεντρωθούν όλοι οι ανήλικοι κατασκηνωτές και οι Βαθμοφόροι πριν την κατασκήνωση, μια καθορισμένη ημέρα και ώρα και να έλθει ο γιατρός να τους εξετάσει όλους μαζί και να υπογράψει την άδεια.
2. Η ιατρική εξέταση να γίνει από τον οικογενειακό γιατρό των παιδιών και να προσκομίσουν την ιατρική βεβαίωση.

Τους γονείς και κατ' επέκταση τους γιατρούς θα πρέπει να έχουμε ενημερώσει σχετικά για τον τόπο της κατασκήνωσης (παραθαλάσσιος, ορεινός, υψόμετρο, απόσταση, θα έχει μπάνιο ή όχι, κλπ.)

Στις αιτήσεις συμμετοχής των παιδιών για την κατασκήνωση, που θα πάρουμε από μας γονείς, θα έχουμε ζητήσει επιμόνως να μας πουν τα ιδιαίτερα σημεία προσοχής – αν υπάρχουν – μας υγείας μας. Αυτά τα ιδιαίτερα στοιχεία θα τα γνωρίζει ο Αρχηγός και ο Βαθμοφόρος – υπεύθυνος του αναρρωτηρίου.

Τα στοιχεία αυτά θα πρέπει να έχουν καταχωρηθεί στο ατομικό έντυπο που αφορά την υγεία του κάθε παιδιού και είναι εμπιστευτικά.

Άτομα με χρόνιες ασθένειες, λοιμώδη νοσήματα, έντονες αλλεργικές αντιδράσεις, δεν πρέπει να είναι μαζί μας στην κατασκήνωση. Εδώ, με σωστό τρόπο και σε συνεργασία με την οικογένεια του παιδιού, θα πρέπει να το δώσουμε στο παιδί να το καταλάβει.

Ακολουθεί σχετική εικόνα (εικόνα 1) σχετικά με το τι εμπεριέχει η βεβαίωση κατάστασης υγείας

ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Του..... ΤΟΥ..... Διεύθυνση.....
(ΠΛΗΚΟΠΟΙΩ - ΠΡΟΣΚΟΠΟΣ - ΑΝΟΙΚΝΕΥΜΕ) - (ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ) (ΠΑΤΡΩΝΥΜΟ) (ΟΔΟΣ - ΑΡΙΘΜ. - ΠΕΡΙΟΧΗ - Τ.Κ.)

τηλέφωνο..... Αριθμ. Προσκαπτικής Ταυτότητας.....

ΙΑΤΡΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ

Πάσχει/Έπασχε από.....
(ΑΣΘΜΑ - ΚΑΡΔΙΑΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ - ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΑΥΤΙΣΤΩΝ - ΔΙΑΒΗΤΗΣ - ΥΠΕΡΤΑΣΙΑ ΚΑΛ.)

Κουράζεται εύκολα; - Λαχανιάζει εύκολα;.....

Υπέφερε από κάποια σοβαρή ασθένεια τα τελευταία δύο χρόνια;.....
(ΑΝ ΝΑΙ ΑΠΟ ΠΟΙΑ)

Χρειάζεται κάποια θεραπευτική αγωγή τώρα;.....
(ΑΝ ΝΑΙ ΑΠΟ ΠΟΙΑ)

Υπέστη πρόσφατες χειρουργικές επεμβάσεις;.....
(ΑΝ ΝΑΙ ΑΠΟ ΠΟΙΑ)

Είναι ευαίσθητος/τη σε αλλεργίες ή αντιδράσεις σε φάρμακα;.....
(ΑΝ ΝΑΙ ΥΠΟΔΕΙΞΑΤΕ ΜΟΡΦΗ ΑΛΛΕΡΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΟ ΦΑΡΜΑΚΟ)

Έκανε εμβόλια (σημειώσατε ημερομηνίες): TETANOU..... ΔΙΦΘΕΡΙΤΙΔΟΣ..... ΑΛΛΑ.....

Έχει ανάγκη ιδιαίτερη μεταχείριση, δίαιτα ή άλλη προσοχή;.....
(ΑΝ ΝΑΙ ΠΟΙΑΣ)

Επιτρέπεται η συμμετοχή του/της.....
(ΥΠΟΓΡΑΦΗ - ΣΦΡΑΓΙΔΑ ΟΙΚΟΓΕΝ. ΠΑΤΡΟΥ)

Το φύλλο αυτό πρέπει να φωτοτυπηθεί και να δοθεί προς συμπλήρωση σε όλους τους συμμετέχοντες.

εικόνα 1

1.2. Γιατρός - Οργανωμένο φαρμακείο

Από τις βασικότερες ενέργειες του Αρχηγού πριν την κατασκήνωση είναι να έχει αποκαταστήσει επικοινωνία και να γνωρίζει τη διεύθυνση και το τηλέφωνο του πλησιέστερου γιατρού της περιοχής (Νοσοκομείο ή το κέντρο υγείας της περιοχής). Πάντοτε θα πρέπει πριν την κατασκήνωση να έχουμε σιγουρέψει πως η ευρύτερη περιοχή, έχει παιδίατρο, μια και οι «σταθερές» κατασκηνώσεις απαρτίζονται από μικρά παιδιά (Λυκόπουλα – Πρόσκοποι).

Κατασκηνωτής που παρουσιάζει ασθένεια πάνω από 5-6 ώρες, αφού γίνει μια προσεκτική διάγνωση και αντιμετώπιση με το φαρμακείο της κατασκήνωσης, θα πρέπει να το δει Γιατρός.

Το φαρμακείο θα πρέπει να είναι εξοπλισμένο από πριν την κατασκήνωση με τα απαραίτητα είδη "πρώτης ανάγκης", και θα πρέπει να ακολουθεί το φορητό του τμήματος σε κάθε δραστηριότητά του εκτός κατασκήνωσης.

Είναι υποχρέωση του κάθε Βαθμοφόρου να ενημερώνει τον υπεύθυνο Βαθμοφόρο Α' Βοηθειών (ή υγιεινής ή φαρμακείου ή αναρρωτηρίου... ανάλογα με τον όρο που χρησιμοποιείτε) και τον Αρχηγό της Κατασκήνωσης για αδιαθεσία ή ασθένεια κατασκηνωτή, αμέσως μόλις εκδηλωθεί για να αναλάβουν την παρακολούθηση και την παραπέρα ευθύνη.

Σε περίπτωση που κάποιος κατασκηνωτής πρέπει να μεταφερθεί στο πλησιέστερο νοσοκομείο για περίθαλψη, δεν θα ήταν κακή ιδέα να έχουμε μαζί μας και το προσωπικό του βεβαιωτικό υγείας και σε καμιά περίπτωση δεν ξεχνάμε να ενημερώσουμε τους γονείς ή τους κηδεμόνες του, πάντα με ψυχραιμία, καθησυχαστικοί και με ύφος που αποπνέει σιγουριά και ασφάλεια για να μην δημιουργηθεί πανικός.

1.3. Το φαρμακείο θα πρέπει να περιέχει:

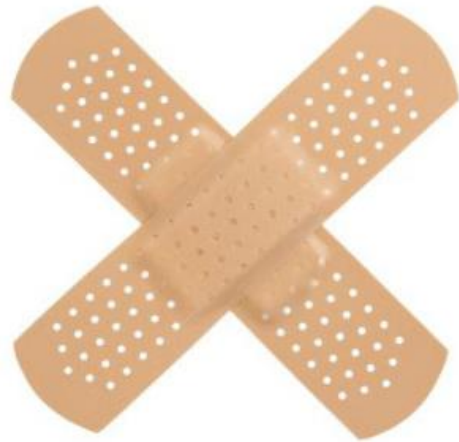
Μη αναλώσιμα

- Δίσκο αλλαγών
- Λεκανάκι (νεφροειδές)
- Βραστήρας εργαλείων
- Ψαλίδι, λαβίδες
- Ταινίες αιμοστατικές
- Τριγωνικοί Επίδεσμοι
- Θερμόμετρο



Αναλώσιμα

- Βαμβάκι υδρόφιλο (για κομπρέσες)
- Γάζες αποστειρωμένες
- Επίδεσμοι γάζης και ελαστικοί (σε διάφορα μεγέθη)
- Λευκοπλάστη ή Handsaplast
- Σπάτουλες πλαστικές ή ξύλινες
- Νάρθηκες
- Ποτηράκια χάρτινα ή πλαστικά
- Σύριγγες ενέσεων και βελόνες
- Αναλγητικά (σε σταγόνες ή σε χάπια)
- Καθαρτικά
- Αντισηπτικά, απολυμαντικά
- Αντισταμινικά (σε αλοιφή ή χάπια)
- Αντιπυρετικά
- Οροί φυσιολογικοί και αντιτετανικοί (θέλουν ψυγείο)
- Οινόπνευμα καθαρό
- Οξυζενέ, Μερκουροχρώμ
- Βαζελίνη σε σωληνάριο (για εγκαύματα)
- Σιρόπι εμετικό (για δηλητηριάσεις)
- Ταμπλέτες για τη διάρροια



Μεγαλύτερη λίστα με υλικά φαρμακείου μπορείτε να βρείτε στην σελίδα 36 του ηλεκτρονικού [φακέλου κατασκήνωσης](#) του κλάδου Λυκόπουλων.

Ενότητα 2

Υγιεινή χώρων

2.1. Καθαριότητα χώρων και κατασκηνωτών

Αξίζει λοιπόν τον κόπο να αναλογιστούμε πως πλέον ζούμε σε μία εποχή που τα μέλη των κατασκηνώσεων (μεγάλων δράσεων κλπ) μεγαλώνουν πλέον στο σχεδόν αποστειρωμένο περιβάλλον του σπιτιού τους, με αποτέλεσμα, οι οργανισμοί τους να μην είναι πολύ συνηθισμένοι σε συνθήκες όπου το χώμα και η σκόνη αιωρούνται γύρω τους πολλές ώρες της ημέρας. Σε ένα άκρως φυσικό περιβάλλον με ανώμαλο έδαφος και δίχως τις ανέσεις του σπιτιού θα πρέπει να θεωρείται αυτονόητο πως τα μέτρα ασφαλείας που θα πρέπει να πάρουμε και για τους χώρους της κατασκήνωσης αλλά και ο κάθε ένας ξεχωριστά για τον εαυτό του θα πρέπει να είναι πολλά και πολύ σωστά επιλεγμένα.

Η καθαριότητα σε κάθε σημείο της κατασκήνωσης θα πρέπει να είναι έκδηλη και αποτελεί κύριο μέλημα όλων των κατασκηνωτών. Καθαριότητα και υγιεινή είναι έννοιες αναπόσπαστα δεμένες μεταξύ τους. Φυσικά σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να ξεχνάμε το προσωπικό παράδειγμα το οποίο εκφράζεται και με την φυσική μας όψη (Πάντα πλυμένοι και καθαροί φορώντας πάντα καθαρά εσώρουχα και ρούχα) αλλά και στους χώρους εστίασης ύπνου και στο χώρο συγκέντρωσης των βαθμοφόρων (αρχηγείο) το οποίο θα πρέπει να αποτελεί πρότυπο προς μίμηση.

Η καθαριότητα είναι ένα αδιάκοπο σημείο παρακολούθησης του Αρχηγού και του υπεύθυνου Βαθμοφόρου καθαριότητας.

2.1.1. Σημεία Προσοχής

Οι χώροι υγιεινής να είναι σωστά χωροθετημένοι και κατασκευασμένοι, έτσι ώστε να μη λιμνάζουν νερά, που είναι εστίες εντόμων και νόσων.

Ο ασβέστης θα είναι καθημερινό προϊόν ανάλωσης. (σε λάκκους απορριμμάτων ή για τις σχετικές τουαλέτες)

Η διατήρηση των τροφίμων να είναι κανονική αυτή που προβλέπεται. (Περισσότερα για τα τρόφιμα στην εκπαιδευτική ενότητα **Κ3.Διαιτολόγιο – Ποσοτολόγιο Δράσεων**)

Καθαριότητα κοινοχρήστων χώρων και χώρων υγιεινής.

Ο αερισμός και η καθαριότητα των αντίσκηνων θα είναι καθημερινά και αποτελούν σημείο ελέγχου στις πρωινές επισκέψεις που κάνει ο Αρχηγός.

Τα κλινοσκεπάσματα ή οι υπνόσακοι θα πρέπει να αερίζονται καθημερινά με βάση το πρόγραμμα της κατασκήνωσης.

Τα χρησιμοποιούμενα σκεύη, ατομικά και ομαδικά, θα πρέπει να είναι απολύτως καθαρά,

πλυμένα με σαπούνι και νερό ζεστό.

Όσον αφορά στο νερό, το ιδανικό είναι να έχουμε νερό από παροχή της Ε.Υ.Δ.ΑΠ. . Σε κάθε άλλη περίπτωση το νερό της κατασκήνωσης θα πρέπει να μην παραμένει πάνω από 4-5 μέρες σε μικρές ποσότητες και να διατηρείται κανονικά (Όταν μιλάμε για εμφιαλωμένο πόσιμο νερό). Σημεία προσοχής του νερού: απολύμανση, χλωρίωση, αερισμός, μακριά από έντομα και ξένα σώματα, σε τόπο σκιερό.

Τα σκουπίδια δεν πρέπει να παραμένουν στην κατασκήνωση πάνω από 4-5 ώρες γιατί αλλοιώνονται και αναδύουν δυσάρεστες οσμές που είναι συνέπεια ανάπτυξης μικροβίων.

2.1.2. Χώροι υγιεινής

Αν θα μπορούσαμε κάποιους χώρους της κατασκήνωσης να τους χαρακτηρίσουμε ως χώρους υγιεινής αυτοί θα ήταν οι παρακάτω:

- Αναρρωτήριο
- Τουαλέτες
- Νιπτήρες
- Λάκκοι απορριμμάτων

2.1.3. Αναρρωτήριο



Υπάρχουν πάντα περιπτώσεις αντιμετωπίζουμε περιστατικό αδιαθεσίας, ασθένειας ή τραυματισμού κατασκηνωτή μας όπου οι γιατροί επιβάλλουν απομόνωση και ξεκούραση, θα πρέπει να έχουμε προβλέψει έναν χώρο μέσα στον οποίο ο ασθενής θα μπορέσει να ξεκουραστεί για να βοηθηθεί στην ανάρρωση. Αυτός ο χώρος ορίζεται ως αναρρωτήριο.

Συνήθως πρόκειται για μια μεγάλη σκηνή, στρατιωτικού τύπου (για να αερίζονται σωστά και να έχουν μεγάλη χωρητικότητα), που είναι στημένη κοντά στο Αρχηγείο, σε μέρος ήσυχο και σκιερό, μακριά από τους θορύβους της κατασκήνωσης. Μέσα θα πρέπει να περιέχει:

- 1 - 2 κρεβάτια καλοστρωμένα και καθαρά
- Τραπέζι και καρέκλες πτυσσόμενες
- Όλα τα είδη πρώτων βοηθειών και τα είδη φαρμακείου
- Αναρτημένα τα τηλέφωνα του Νοσοκομείου και των γιατρών της περιοχής
- Βιβλίο ασθενών ή καρτέλες ασθενών
- Τα ιατρικά σημειώματα των κατασκηνωτών.
- Οι ασθενείς πηγαίνουν στο αναρρωτήριο, ξεκουράζονται, αναλαμβάνουν και εκεί τους παρέχονται οι πρώτες βοήθειες.

2.1.4. Τουαλέτες



Οι τουαλέτες θα πρέπει να είναι σε κάποια απόσταση από την κατασκήνωση και σε σημείο τέτοιο, που ο αέρας να μη φέρνει τις οσμές μέσα στο χώρο.

Ο αριθμός τους είναι ανάλογος με τον αριθμό των κατασκηνωτών. Μια καλή αναλογία είναι 1 τουαλέτα ανά Εξάδα - Ενωμοτία

Αν υπάρχει η δυνατότητα και η πολυτέλεια δεν θα ήταν κακή η ιδέα να έχουμε, ξεχωριστές τουαλέτες για αγόρια και κορίτσια.

Υλικά για κατασκευή: Σκαπτικά εργαλεία, φτυάρι, ξύλα φυσικά, λινάτσα, σχοινί, σύρμα. Ο ασβέστης θα πρέπει να είναι σε συνεχή και καθημερινή χρήση γιατί καταστρέφει τα μικρόβια που υπάρχουν και πολλαπλασιάζονται πολύ γρήγορα. (Σε περίπτωση που μιλάμε για τουαλέτα λάκκου)

Μετά από κάθε χρήση της τουαλέτας θα πρέπει να ακολουθεί επικάλυψη με χώμα.

Σε περίπτωση που η κατασκήνωση της Αγέλης χρησιμοποιεί χημική τουαλέτα, τότε θα πρέπει να δώσουμε προσοχή στο να αδειάζονται και να καθαρίζονται συχνά.

Σε περίπτωση που η κατασκήνωση χρησιμοποιεί κανονικές τουαλέτες με αποχέτευση και σε στεγασμένο χώρο, με καζανάκι και συνεχόμενη παροχή νερού, θα πρέπει απλά δύο φορές την ημέρα αυτές να καθαρίζονται με την χρήση νερού και των σχετικών απορρυπαντικών.

2.1.5. Νιπτήρες



Είναι οι χώροι που βρίσκονται έτσι κατάλληλα για να εξυπηρετούν το τμήμα στο πλύσιμο. Χρησιμοποιούνται για ατομικό πλύσιμο το πρωί, για πλύσιμο των χεριών πριν και μετά το φαγητό, για πλύσιμο των σκευών φαγητού, ατομικών και μαγειρείου.

Είναι συνήθως κατασκευασμένοι σε κάποιο άκρο του χώρου για να μην είναι τα νερά κοντά στους κατασκηνωτές. Θα υπάρχει αποχετευτικό δίκτυο απαραίτητα, για να μην υπάρχουν λιμνάζοντα νερά που είναι εστίες μόλυνσης και συλλογής εντόμων.

Μια κατασκευή είναι απαραίτητη για την τοποθέτηση του νιπτήρα, ο οποίος μπορεί να είναι πλαστικός ή μεταλλικός.

Φυσικά, αν υπάρχει η πολυτέλεια υλικών, θα μπορούσε να υπάρχει ένα σετ νιπτήρων δίπλα στις τουαλέτες (ή δίπλα στα ντους) για να ολοκληρώνεται έτσι η προσωπική υγιεινή του καθενός μας και ξεχωριστό σετ νιπτήρων δίπλα στο μαγειρείο για τον καθαρισμό των ατομικών σκευών και των μεγάλων σκευών του μαγειρείου.

2.1.6. Κάδοι - Λάκκοι σκουπιδιών

Μιλώντας για τα απορρίμματα, το ιδανικό θα ήταν να υπάρχουν σε διάφορα ευαίσθητα σημεία (Τουαλέτες, μαγειρείο) της κατασκήνωσης ειδικοί κάδοι οι οποίοι θα αδειάζονται σε καθημερινή βάση, τουλάχιστον δύο φορές την ημέρα, μεταφέροντας τα απορρίμματα σε παρακείμενους δημοτικούς κάδους απορριμμάτων.

Παρόλα αυτά υπάρχει και ο πατροπαράδοτος τρόπος θαψίματος των σκουπιδιών (τροφίμων κυρίως) τα οποία δεν προκαλούν καμία ρύπανση στο περιβάλλον.

Τα σκουπίδια και τα απορρίμματα γενικά αποτελούν μια πολύ επικίνδυνη πηγή ρύπανσης του περιβάλλοντος. Η κατασκήνωση "παράγει" πολλά σκουπίδια που σε πολλές περιπτώσεις δεν απορροφούνται εύκολα από το έδαφος. Γι αυτό και οι εγκαταστάσεις για την απόρριψη των σκουπιδιών και τα αποχωρητήρια πρέπει να είναι καλά μελετημένες, ώστε όταν φύγουμε από τον κατασκηνωτικό χώρο να μην έχουμε αφήσει τίποτα πίσω μας.

Έτσι λοιπόν έχουμε τις εξής παραδοχές:

Ότι μπορεί να ανακυκλωθεί πρέπει να χρησιμοποιείται για άλλες χρήσεις. (π.χ. κουτιά από κονσέρβες για λυχνάρια) ή αν τα συλλέγουμε όλα μαζί και τα πετάμε στους ειδικούς κάδους ανακύκλωσης.

Για τα απορρίμματα που δεν απορροφούνται από το έδαφος ή δεν μπορούν να ξαναχρησιμοποιηθούν (πλαστικές σακούλες ή κουτιά, γυάλινες μπουκάλες, αλουμινόχαρτα, κλπ) **δεν** πρέπει να θάβονται αλλά να μεταφέρονται στους σκουπιδότοπους (χωματερές) των Κοινοτήτων της περιοχής ή τέλος πάντων στον πλησιέστερο κάδο απορριμμάτων ή κάδο ανακύκλωσης.

2.2. Υγιεινή παιδιών

Η υγιεινή και η καθαριότητα των κατασκηνωτών είναι ένα πολύ ευαίσθητο θέμα που δεν πρέπει να παραληφθεί σε καμία περίπτωση, για όλη τη διάρκεια της κατασκήνωσης του τμήματός μας.

Προσοχή λοιπόν στα παρακάτω σημεία:

- Ατομική καθαριότητα, προσώπου, χεριών, δοντιών, ποδιών, τουλάχιστον μια φορά την ημέρα.
- Τακτική αλλαγή εσωρούχων. (Ειδικά στην Αγέλη Λυκοπούλων αυτό θα πρέπει να ελέγχεται από τους παραστάτες της εξάδας)
- Ντους σε κατάλληλες εγκαταστάσεις, σε καθημερινή βάση, ανεξάρτητα εάν στο πρόγραμμα υπάρχουν ή όχι θαλάσσιες δραστηριότητες.
- Τα σκεύη (ατομικά και σκεύη κατασκήνωσης) που χρησιμοποιούνται να είναι απολύτως καθαρά.

- Υποχρεωτικός αερισμός και καθημερινή καθαριότητα των αντίσκηνων, των κλινοσκεπασμάτων ή των υπνόσακων.
- Προσοχή στα άπλυτα ρούχα, να είναι καλά συσκευασμένα σε σακούλα (ξεχωριστή από αυτή με τα καθαρά ρούχα) και όχι μέσα στα αντίσκηνα.
- Σωστή και καθημερινή καθαριότητα των τουαλετών.
- Νερό σωστά διατηρημένο και χρήση ατομικού παγουριού-ποτηριού για την αποφυγή μετάδοσης επιδημίας ή παθήσεις της στοματικής κοιλότητας.

Σε περίπτωση ύπαρξης κουνουπιών στην κατασκήνωση, ο υπεύθυνος υγιεινής θα πρέπει να έχει εφοδιάσει το φαρμακείο με εντομοαπωθητικά σκευάσματα και αντισταμινικές αλοιφές.

Συχνά αίτια αδιαθεσίας και δυσφορίας των παιδιών είναι η μη σωστή και καθημερινή κένωση. Αφού αυτό διαπιστωθεί, να δοθεί κάποιο ενεργητικό σκεύασμα που θα πρέπει να υπάρχει στο φαρμακείο μας.

2.3. Αναλώσιμα υλικά καθαριότητας

Τα υλικά καθαριότητας είναι εκείνα τα οποία θα πρέπει να είναι σε απόλυτη επάρκεια καθ' όλη τη διάρκεια της κατασκήνωσης. Θα χρησιμοποιούνται κανονικά και χωρίς οικονομία, προσοχή όμως να μη γίνει σπατάλη.

Η φύλαξή τους γίνεται στην αποθήκη, υλικού εγκατάστασης. Τα υλικά αυτά μπορεί να είναι:

- Σαπούνια σε πλάκες (βέβαια τα παιδιά θα έχουν τα δικά τους που θα χρησιμοποιούν)
- Σαπούνι υγρό για τον καθαρισμό των σκευών.
- Σφουγγάρια.
- Συρμάτινα σφουγγαράκια ή σύρμα για κατσαρόλες.
- Χαρτί υγιείας
- Χαρτοπετσέτες.
- Ρολό χαρτοπετσέτας κουζίνας.
- Απορρυπαντικό ρούχων σε σκόνη
- Ασβέστης
- Χημικό και αποσμητικό υγρό για χημικές τουαλέτες
- Απορρυπαντικά καθαρισμού τουαλέτας (για έτοιμες εγκαταστάσεις)
- Χλωρίνη
- Πιγκάλ (Βουρτσάκια τουαλέτας)
- Μικροί κάδοι για το wc
- Μικρές σακούλες απορριμμάτων (για τους κάδους του wc)
- Μεγάλες σακούλες απορριμμάτων

Οι ποσότητες θα πρέπει να καθοριστούν από τον αριθμό των κατασκηνωτών και τη διάρκεια της κατασκήνωσης.

Ενότητα 3

Ασφάλεια

3.1. Ασφάλεια χώρου



Σε ότι αφορά την ασφάλεια των μελών μιας Κοινότητας Ανιχνευτών θα σας παραπέμψουμε στο [Εγχειρίδιο Διοργάνωσης Μ.Δ.Υ.](#) και πιο συγκεκριμένα στην σελίδα 67, όπου γίνεται ειδική και ξεχωριστή αναφορά στο ευαίσθητο σημείο της Ασφάλειας μελών κατά τη διάρκεια μιας Μεγάλης Δράσης Υπαίθρου μια και η συγκεκριμένη δράση διαφέρει κατά πολύ από τις κατασκηνώσεις Λυκοπούλων και Προσκόπων. Αμέσως αμέσως αναφερόμαστε στο γεγονός του ότι σε μία Μ.Δ.Υ. η Κοινότητα των Ανιχνευτών βρίσκεται σε μόνιμη κίνηση, ενώ τα μικρότερα τμήματα ζούνε την θερινή τους κατασκήνωση σε σταθερές εγκαταστάσεις με εξαίρεση ίσως μία μονοήμερη ή διήμερη εξόρμηση του τμήματος εκτός του χώρου της κατασκήνωσης. Μία σταθερή κατασκήνωση λοιπόν εκτός από τα μέλη της που πρέπει να έχουμε σιγουρέψει την ασφάλειά τους, θα πρέπει να διασφαλίσουμε πως και το υλικό της κατασκήνωσης αλλά και τα προσωπικά αντικείμενα των μελών της θα πρέπει να φυλάσσονται.

Κατά τη διάρκεια της νύχτας λοιπόν η κατασκήνωση πρέπει να φυλάσσεται. Όπως πρέπει και να φυλάσσεται κατά τη διάρκεια της ημέρας, όταν όλοι απουσιάζουν στην πλησιέστερη παραλία για μπάνιο ή για κάποια άλλη δραστηριότητα. Έτσι, πάντα κάποιος θα πρέπει να παραμένει στο χώρο της κατασκήνωσης.

Η βραδινή ασφάλεια γίνεται από Βαθμοφόρους στην Αγέλη των Λυκοπούλων, ενώ στην Ομάδα των Προσκόπων, η βραδινή ασφάλεια γίνεται από την Ενωμοτία Ασφαλείας σε συνδυασμό τη συνοδεία ενήλικου στελέχους που αλλάζουν κάθε 2 ώρες το πολύ μέχρι το πρωί.

Σημεία προσοχής κατά τη νύχτα:

- Πυρασφάλεια
- Διατήρηση χαμηλού φωτισμού όλη τη νύχτα.
- Ύπνος, πιθανή αδιαθεσία κάποιου παιδιού.
- Προστασία από ανεπιθύμητους νυχτερινούς επισκέπτες.
- Προστασία από άγρια ζώα δάσους ή πόλης που μπορεί να τρομάξουν τους κατασκηνωτές.
- Προστασία από το ξέσπασμα ίσως κάποιας καλοκαιρινής μπόρας.
- Οι υπεύθυνοι για τη νυχτερινή φύλαξη, σε πρώτη ανάγκη ξυπνούν τον Αρχηγό.

Τέλος, απαγορεύεται με νόμο του Κράτους το άναμμα της φωτιάς, οπουδήποτε, οποιαδήποτε εποχή και για κανέναν λόγο!

3.2. Ασφάλεια παιδιών

Στη διάρκεια της κατασκήνωσης για την ασφάλεια των παιδιών παίρνουμε τα παρακάτω μέτρα ασφαλείας:

- Καθαρίζουμε από τα ξερά χόρτα το χώρο της κατασκήνωσης. (πυρασφάλεια)
- Βάζουμε σημεία πυρασφάλειας κοντά στις σκηνές, στις αποθήκες, στο μαγειρείο, στη τραπεζαρία, στο χώρο πυράς που περιλαμβάνουν φτυάρι, κασμά, ένα κουβά νερό και ένα κουβά χώμα, βαμμένους κόκκινους.
- Αποθηκεύουμε τα εύφλεκτα υλικά (παραφίνη και γκαζάκια για λάμπες θυέλλης και γκαζιού αντίστοιχα) σε μέρος δροσερό και αποψιλωμένο, μακριά από τα παιδιά.
- Το βράδυ υπάρχει βραδινή ασφάλεια από τους Βαθμοφόρους για την Αγέλη των Λυκοπούλων και την Ενωμοτία ασφαλείας μαζί με βαθμοφόρο για την Ομάδα των Προσκόπων
- Υπάρχει σχέδιο έκτακτης ανάγκης απομάκρυνσης των παιδιών σε περίπτωση κινδύνου.
- Υπάρχει οργανωμένο φαρμακείο και κάποιο αυτοκίνητο (Ίσως και δύο αυτοκίνητα. Ένα για την καθημερινή τροφοδοσία της κατασκήνωσης και έναν για έκτακτες ανάγκες)

Προσοχή τόσο στη μετάβαση όσο και την επιστροφή, το πούλμαν να είναι μηχανικά άρτιο και ο οδηγός του ικανός. Επίσης τα παιδιά να είναι εφοδιασμένα με νάιλον σακούλες για να αντιμετωπιστεί μία δύσκολη περίπτωση αδιαθεσία και όσα ζαλίζονται να κάθονται στις μπροστινές θέσεις και δίπλα στο παράθυρο, και να υπάρχει πάντα σε πρώτη ζήτηση δραμαμίνες και χυμός πορτοκάλι.

3.3. Ασφάλεια στη Θάλασσα



Πολλές είναι οι θερινές προσκοπικές κατασκηνώσεις που γίνονται κοντά σε παραθαλάσσιες περιοχές. Ο λόγος είναι γιατί εκτός από τη χαρά για την υπαίθρια και πρωτόγονη ζωή, δίνεται στα παιδιά η ευκαιρία να χαρούν τη θάλασσα, την τόσο απαραίτητη και αγαπητή τους θερινούς μήνες.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους μπορεί κανείς να χαρεί ότι προσφέρει το υγρό στοιχείο. Το κολύμπι είναι ίσως η υγιέστερη άσκηση, τόσο για τους μικρούς, όσο και για τους μεγάλους. Γυμνάζει την καρδιά, τους πνεύμονες και τους μυς, περισσότερο από κάθε άλλη άσκηση.

"Το κολύμπι", αναφέρει κάποιος ειδικός, "είναι υγιές και ακίνδυνο, όσο επιβλαβές και επικίνδυνο". Ίσως να φαίνεται παράξενο, αλλά αν κανείς παραμελήσει μερικούς βασικούς κανόνες "ατομικής ασφαλείας στη θάλασσα" τότε σίγουρα εκθέτει τον αυτό του και την υγεία του σε θανάσιμο κίνδυνο.

Η μετακίνηση, από και προς την παραλία γίνεται πάντα με καπέλο, μπλούζα κάνοντας παράλληλη χρήση του αντηλιακού. Το ίδιο ισχύει κατά τη διάρκεια του μπάνιου, που όταν δεν βρισκόμαστε μέσα στο νερό φοράμε πάντα το καπέλο μας. Βάσει του προγράμματος της κατασκήνωσης στη θάλασσα δεν πάμε μόνο για κολύμβηση. Παίζουμε παιχνίδια και μέσα και έξω από το νερό και ο λόγος είναι, για να μην αφήνουμε λεπτό τα παιδιά μόνα τους, παρά να τα έχουμε συνεχώς μαζεμένα και απασχολημένα, έτσι ώστε να ελέγχονται καλύτερα.

Δεν επιτρέπονται παιχνίδια τύπου «πατητής» δεν επιτρέπονται διαγωνισμοί μακροβουτιού ή κρατήματος αναπνοής.

Κανένα ανήλικο στέλεχος της κατασκήνωσης δεν φεύγει εκτός της σήμανσης από τις σηματοδότες ενώ παράλληλα δεν θα ήταν κακή ιδέα να υπάρχει πάντα ένας βαθμοφόρος λίγο πιο βαθιά από τους άλλους (με το νερό στο ύψος του στήθους) έτσι ώστε να υπάρχει ακόμα ένα «μάτι» που θα εποπτεύει τις κινήσεις των κολυμβητών.

Θα πρέπει λοιπόν βαθμοφόροι να βοηθήσουμε τα παιδιά μας να καταλάβουν ότι στη θάλασσα δεν πρέπει ποτέ:

- Να είναι απρόσεκτοι.
- Να κολυμπάνε εντελώς μόνοι τους.
- Να κολυμπάνε όταν είναι κουρασμένοι ή ιδρωμένοι.
- Να κολυμπάνε με γεμάτο το στομάχι.
- Να μένουν στο νερό όταν αισθάνονται κούραση ή κρυώνουν.
- Να απομακρύνονται από την ακτή.
- Να βουτάνε με το κεφάλι σε άγνωστα νερά ή στα ρηχά.
- Να κάνουν επικίνδυνες επιδείξεις και παιχνίδια.
- Να κάνουν παρατεταμένη ηλιοθεραπεία.

Κατά τη διάρκεια όμως της κατασκήνωσης εμφανίζεται και η αναγκαιότητα της ασφάλειας όλων των κατασκηνωτών - κολυμβητών. Έτσι πέρα από τους κανόνες της "ατομικής ασφάλειας", έχουμε και την ανάγκη κάλυψης της "ομαδικής ασφάλειας στη θάλασσα" και είναι:

Ιατρική εξέταση κατασκηνωτών Είναι απαραίτητο όλοι οι κολυμβητές να έχουν πρόσφατο πιστοποιητικό καλή υγείας, που να τους επιτρέπει την κολύμβηση.

Ασφαλής περιοχή κολύμβησης Η περιοχή που θα επιλεγεί για το κολύμπι να μην έχει ούτε απόκρημνη παραλία, αλλά ούτε και απότομη βαθιά θάλασσα. Θα πρέπει η περιοχή κολύμβησης να είναι οριοθετημένη με σηματοδότες (μπιτόνια, κλπ.). Η απόσταση από την ακτή θα πρέπει να είναι ανάλογη με το βάθος της θάλασσας, της ευδιάκριτης παρακολούθησης όλων των κολυμβητών και της γρήγορης επέμβασης.

Υπεύθυνος παρατηρητής βαθμοφόρος. Πρέπει πάντα να υπάρχει κατά τη διάρκεια της κολύμβησης ένας υπεύθυνος Βαθμοφόρος (καλός κολυμβητής), που να παρακολουθεί απ'

έξω τους κολυμβητές. Αυτό φυσικά δεν εφησυχάζει τους υπόλοιπους βαθμοφόρους οι οποίοι θα πρέπει να έχουν στοιχειώδεις γνώσεις πρώτων βοηθειών σε περίπτωση πνιγμού και φυσικά να είναι σε καλή φυσική κατάσταση (Πάντα νηφάλιοι και πάντα με αρκετές ώρες ύπνου) για να μπορούν να επέμβουν σε περίπτωση που αυτό κριθεί απαραίτητο

Και μη ξεχνάς ποτέ:

Περισσότερο ενδιαφέρον στα παιδιά που δεν ξέρουν μπάνιο.

Να έχεις μαζί σου το φαρμακείο της κατασκήνωσης.

3.4. Ύπνος



Ο ύπνος είναι για τον άνθρωπο τόσο σημαντικός όσο η τροφή, το νερό και το οξυγόνο. Ο ανθρώπινος οργανισμός δεν αντέχει πάνω από 7 ημέρες χωρίς ύπνο. Οι διεργασίες που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια του ύπνου είναι τόσες, που δύσκολα μπορεί κανείς να φανταστεί! Πέρα από την σωματική και μυϊκή ξεκούραση που προσφέρει, επιτρέπει στον εγκέφαλο να εκτελεί λειτουργίες που γίνονται ασυνείδητα.

Κατά τον ύπνο, οι ημερήσιες εμπειρίες, που έχουν καταγραφεί στη μνήμη, αρχειοθετούνται και μετατρέπονται σε αναμνήσεις. Εκτελούνται επεξεργασίες πληροφοριών, που μπορούν να δώσουν λύση σε πολύπλοκα προβλήματα. Η καρδιά λειτουργεί πιο σωστά και ενισχύεται η θεραπευτική δύναμη του οργανισμού. Στη σύγχρονη εποχή, η αξία του ύπνου έχει υποτιμηθεί. Οι απόψεις, που λανθασμένα επικρατούν, παρουσιάζουν τον ύπνο σαν «απώλεια χρόνου». Η αναλογία της κατανομής του ημερήσιου χρόνου, που λογικά κατανέμεται σε 1/3 εργασία, 1/3 προσωπικό χρόνο και 1/3 ύπνου, έχει διαταραχθεί. Αυτό δεν ίσχυε πάντα. Οι αρχαίοι Έλληνες είχαν αντιληφθεί πόσο σημαντικός είναι ο ύπνος και, γι' αυτό, έφταναν μέχρι του σημείου να τον θεοποιούν. Το ίδιο, και στην Αναγέννηση και μέχρι το 19ο αιώνα, οι άνθρωποι εξυμνούσαν τον ύπνο. Το μειονέκτημα στην περίπτωση του ύπνου, είναι ότι τα οφέλη που προσφέρει δεν είναι μετρήσιμα σε απόλυτους αριθμούς και, γι' αυτό, οι άνθρωποι δεν του δίνουν την προσοχή που θα έπρεπε.

Πηγή: <http://www.tailorbed.com/protaseis-simboules/4-i-ajia-tou-ypnou>

Ειδικά στην περίοδο της κατασκήνωσης όπου το παιδί είναι απασχολημένο συνεχώς από τις 8:00 περίπου το πρωί μέχρι τις 22:30 το βράδυ, οφείλουμε να του παρέχουμε τις απαραίτητες ώρες ξεκούρασης για να μπορέσει να ωφεληθεί από όλα αυτά που αναφέρονται παραπάνω.

Αξίζει δε, να σημειωθεί πως αυτός που θα πρέπει πολύ να προσέχει τον ύπνο του, είναι ο αρχηγός της κατασκήνωσης, διότι είναι αυτός ο οποίος θα κληθεί να λάβει σοβαρές αποφάσεις ή να επέμβει σε ένα περιστατικό υγείας παιδιού κλπ. Όσο πιο ξεκούραστος είναι τόσο πιο εύκολα θα μπορέσει να είναι αποτελεσματικός.

Ο ύπνος στην κατασκήνωση θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 8 ώρες. Θα πρέπει να είναι ήσυχος, άνετος, σε καθαρό αντίσκηνο. Αποτελεί σημείο απαραίτητο για την ξεκούραση των παιδιών από το έντονο ημερήσιο πρόγραμμα, χαλάρωσης από την ένταση της ημέρας και επανάκτηση δυνάμεων για συνέχιση.

Τα κρεβάτια (ράντζα) πρέπει να είναι καθαρά, να ξεσκονίζονται καθημερινά. Αν όμως τα λυκόπουλα κοιμούνται στο έδαφος, αυτό θα πρέπει να είναι μαλακό και επίπεδο. Πάνω απ' όλα όμως αδιάβροχο. Μαλακό μπορεί να γίνει με την τοποθέτηση κουβέρτας ή ελαστικού δαπέδου.

Καλό είναι οι κατασκηνωτές να διαθέτουν ή να αποκτήσουν έναν καλοκαιρινό υπνόσακο, αν δε διαθέτουν να έχουν μαζί τους κουβέρτες και σκουρόχρωμα σεντόνια.

Σε κάθε αντίσκηνο κοιμούνται τουλάχιστον 3-4 παιδιά (ανάλογα την χωρητικότητα του αντίσκηνου). Τα παιδιά το βράδυ στον ύπνο θα πρέπει να φορούν ελαφριά ρούχα, ποτέ όμως δίχως φανελάκι.

Κατά τη διάρκεια όλης της ημέρας αλλά ειδικότερα το βράδυ τα αντίσκηνα θα πρέπει να παραμένουν κλειστά.

Μεγάλη σημασία θα πρέπει να δώσουμε στο πρωινό ξύπνημα. Να είναι ευχάριστο, ήσυχο, με μουσική από κασετόφωνο. Ποτέ με άγριες φωνές ποτέ με χτύπημα της τέντας.

Από την στιγμή που τα παιδιά αποσυρθούν για ύπνο **ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ** δια ροπάλου να τους ταραξουμε τον ύπνο, παρά μόνο για λόγους ασφαλείας ή εκκένωσης της κατασκήνωσης

3.5. Χρήσιμες οδηγίες για δράση στο βουνό

Συνήθως η κατασκήνωση στο βουνό δεν διαφοροποιείται από την κατασκήνωση στη θάλασσα. Δεν υπάρχουν δηλαδή μεγάλες διαφορές όσον αφορά στην ασφάλεια και στην υγιεινή των κατασκηνωτών διότι θα πρέπει να δώσουμε την ίδια προσοχή και εδώ. Η έλλειψη του θαλασσινού στοιχείου, ίσως να αφαιρεί μία παραπάνω ευθύνη από το μυαλό του βαθμοφόρου, αλλάζει όμως το πρόγραμμα και προσαρμόζεται ανάλογα. Η μεγάλη διαφορά που μπορεί να υπάρξει περιορίζεται στο κομμάτι του ύπνου μια και στο βουνό οι θερμοκρασίες το βράδυ πέφτουν αισθητά. Οπότε χρειάζεται καλή ενημέρωση από πριν ως προς τους υπνόσακους και τα θερμοπλαστικά υποστρώματα που πρόκειται να χρησιμοποιηθούν από τους κατασκηνωτές. Παρακάτω ακολουθεί παράρτημα με οδηγίες περί εξοπλισμού και συμβουλές για ντύσιμο, ατομικό φαρμακείο εφοδίων και προσωρινής εγκατάστασης που θα καταλάβετε όλοι πως πιο πολύ αφορούν σε Κοινότητες Ανιχνευτών.

[Παράρτημα 1](#)

3.6. Κανονισμός Ασφάλειας Δράσεων

Τα Μέσα και Υλικά που χρησιμοποιούμε

Λέγοντας λοιπόν Ασφάλεια Μελών εννοούμε και είναι η κάθε είδους προστασία που παρέχουμε στα μέλη μας κατά την προετοιμασία και εφαρμογή του προσκοπικού προγράμματος και είναι υποχρέωση όλων των ενήλικων , ανάλογα των καθηκόντων που έχουν, να την παρέχουν σε όλους τους τομείς που δραστηριοποιούνται.

Σε ένα αρκετά μεγάλο κείμενο στον

Κανονισμό Ασφάλειας και Διοικητικών Θεμάτων Δράσεων

αναλύονται όλες οι ενέργειες που πρέπει να γίνονται από τους Αρχηγούς Τμημάτων, Αρχηγούς Συστημάτων και Εφόρους έτσι ώστε ένα τμήμα να υλοποιήσει μια προσκοπική δράση με ασφάλεια λαμβάνοντας όλα τα απαραίτητα μέτρα που εξασφαλίζουν, όπως είδαμε παραπάνω, την αποτροπή κάθε είδους βίας , π.χ. Σωματικής, ατυχήματα σε δράσεις, μέσα σε ένα ασφαλές περιβάλλον.

Είναι υποχρέωση όλων των Ενήλικων Στελεχών και κυρίως αυτών με τα καθήκοντα των Αρχηγών Συστημάτων και Εφόρων να γνωρίζουν τον κανονισμό ασφαλείας και να τηρούν αυτά που αναφέρονται σε αυτόν. Σε γενικές όμως γραμμές πρέπει να έχουμε στο νου μας ότι η υποχρέωση εξασφάλισης της ασφάλειας των μελών μας γίνεται στο χώρο που κινούμαστε :

Στην εστία

Στην πόλη

Στη φύση

Στο Διαδίκτυο

Και στα μέσα που χρησιμοποιούμε :

Σκάφη

Κατασκηνωτικό υλικό

Υλικό προγράμματος

Εποπτικό υλικό

Ηλεκτρολογικά εργαλεία

Ειδικά για τις δράσεις που πραγματοποιούμε στην φύση πρέπει να δίνουμε ιδιαίτερη προσοχή στα μέσα και στα υλικά που χρησιμοποιούμε.

Τα υλικά να είναι τακτοποιημένα, ώστε να αποφευχθεί ο κίνδυνος τραυματισμού και να υπάρχουν συσκευές ασφάλειας

Τα εργαλεία να είναι ασφαλή (όχι φθαρμένα καλώδια στα ηλεκτρικά εργαλεία κατά τη συντήρηση σκαφών-εστιών, κατασκευών, παλιά πριόνια, τσεκούρια κλπ.)

Να υπάρχουν τα απαραίτητα και κατάλληλα υλικά, για να μπορεί να διεξαχθεί ομαλά το πρόγραμμα της συγκεκριμένης εκδρομής, κατάλληλα συντηρημένα (π.χ. σε «ραπέλ» τα σχοινιά να είναι καλό-συντηρημένα, σε τοξοβολία τα μέσα να είναι χρηστικά, τα ποδήλατα να έχουν σωστά φρένα και καλά συντηρημένα, οι διάφορες συσκευές υγραερίου να είναι λειτουργικές κ.λπ.)

Αντίστοιχα ο εξοπλισμός και η ένδυση που φέρουν τα μέλη μας θα πρέπει να είναι ανάλογος με την δράση, την μορφολογία του εδάφους, τις καιρικές συνθήκες.

Ιδιαίτερη μνεία γίνεται για τα σκάφη ώστε να είναι πάντα αξιόπλοα, σύμφωνα με τα περιγραφόμενα στον Κανονισμό Ασφάλειας.

Δραστηριότητες ή μέσα που χρησιμοποιούμε και οργανώνονται ή προσφέρονται από άλλους φορείς ή επαγγελματίες θα πρέπει να έχουν νόμιμες άδειες λειτουργίας και κυκλοφορίας καθώς και να έχουν την αντίστοιχη ασφάλιση.

Επί πλέον

Δεν επιτρέπεται αναχώρηση τμήματος σε καμία περίπτωση με κακές καιρικές συνθήκες (χιόνι, ομίχλη, θύελλα, καταρρακτώδης βροχή),

Δεν επιτρέπεται η πραγματοποίηση δράσης σε ορεινή περιοχή που υπάρχει κίνδυνος αποκλεισμού λόγω κακών καιρικών συνθηκών,

Σε περίπτωση που οι καιρικές συνθήκες μεταβληθούν προς το χειρότερο και παρουσιαστούν προβλήματα ασφάλειας των μελών, ανακαλείται η δράση,

Στα μέλη του Τμήματος, να τονίζεται ότι οι γνώσεις Α' Βοηθειών, οι βασικοί κανόνες αντιμετώπισης κινδύνου και ασφαλείας στο ύπαιθρο είναι ουσιαστικές προϋποθέσεις για να συμμετάσχουν.

Στον Κανονισμό Ασφάλειας Δράσεων και Μελών υπάρχουν παράγραφοι που καλύπτουν τις παρακάτω καταστάσεις στα αντίστοιχα εδάφια .

5.1. Πυρασφάλεια

5.2. Καταιγίδες

5.3. Μαγειρεία

5.4. Αλλαγή φιάλης υγραερίου

5.5. Πυροφάνια

5.6. Λάμπες θυέλλης

5.7. Ανοικτή φωτιά στο ύπαιθρο (όχι δασική περιοχή)

5.8. Πυρκαγιά στο δάσος

Ενότητα 4

4.1. Επείγουσες καταστάσεις

Κατά τη διάρκεια μιας κατασκήνωσης, πολλοί από τους κατασκηνωτές από κάποια στιγμή και μετά ξεχνούν πως ο κόσμος έξω από την κατασκήνωση συνεχίζει να κινείται να υπάρχει και να δημιουργεί. Κατά συνέπεια, παρά το γεγονός του ότι νιώθουμε πως είμαστε μακριά από την επικαιρότητα, θα πρέπει να έχουμε τα «ραντάρ» μας ανοιχτά και να προσπαθούμε να μαθαίνουμε σε καθημερινή βάση το τι συμβαίνει γύρω μας. Για να γίνουμε πιο συγκεκριμένοι, δεν θα ήταν κακό να υπάρχει ένα ραδιόφωνο στην κατασκήνωση από το οποίο θα ακούμε την τρέχουσα επικαιρότητα και μάλιστα από τοπικό ραδιοφωνικό σταθμό ο οποίος θα περιγράφει την καθημερινότητα της περιοχής στην οποία έχουμε κατασκηνώσει. Στον ίδιο σταθμό θα ακούσουμε φυσικά και τον καιρό της περιοχής αλλά και ότι άλλο συμβαίνει εκεί γύρω και είναι ικανό, άμεσα ή έμμεσα να επηρεάσει την ροή της κατασκήνωσής μας. Στην χειρότερη των περιπτώσεων, θα μπορούσαμε εγκαίρως να ενημερωθούμε για πυρκαγιά που εξελίσσεται κοντά στην κατασκήνωσή μας και θα μας δινόταν ο κατάλληλος χρόνος για να αντιδράσουμε σωστά και άμεσα.

4.2. Αντιδράσεις (Πυρκαγιά)



Δυστυχώς ζούμε σε μία εποχή όπου ή επιτηδευμένα είτε από απροσεξία είναι πολλά τα καλοκαίρια που οι πυρκαγιές είναι ένα από τα καθημερινά θέματα στις σκαλές των δελτίων ειδήσεων. Δυστυχώς η Ελλάδα μας, παλεύει με αυτή τη μάστιγα χρόνια αλλά είναι πολύ δύσκολο να αποφύγουμε κάθε καλοκαίρι ανάλογες τραγωδίες. Κατά συνέπεια σε μία χώρα που οι φωτιές δεν εκλείπουν θα πρέπει εμείς σαν πολίτες της να είμαστε ανά πάσα στιγμή προετοιμασμένοι στο να

αντιμετωπίσουμε τέτοιες καταστάσεις, ειδικά δε σε περίπτωση που συνοδεύουμε ανήλικα παιδιά σε κατασκηνωτικό χώρο ο οποίος σκιάζεται από δέντρα.

Σε περίπτωση λοιπόν που ενημερωθούμε για πυρκαγιά θα πρέπει οι αντιδράσεις μας να είναι συντονισμένες και να έχουν σαν προτεραιότητα την ασφάλεια των παιδιών και των κατασκηνωτών γενικά.

- Ο τρόπος με τον οποίο θα σημάνουμε συναγερμό θα πρέπει να έχει οριστεί εξ' αρχής και να είναι γνωστός σε όλα τα μέλη της κατασκήνωσης. (π.χ. παρατεταμένα σφυρίγματα ή χρήση κόρνας με αέριο)
- Γενικά οι χώροι συγκέντρωσης θα πρέπει να έχουν εντοπιστεί και οριστεί πριν την έναρξη της κατασκήνωσης καθώς επίσης, πρέπει να έχουν οριστεί και οι βαθμοφόροι οι οποίοι θα οδηγήσουν τα παιδιά στους χώρους συγκέντρωσης
- Σε περίπτωση που η κατασκήνωση δεν έχει κοντά της θάλασσα θα πρέπει να είμαστε ακόμα πιο προσεκτικοί στην επιλογή του χώρου συγκέντρωσης ο οποίος πρέπει να μας εξασφαλίζει την σωματική ακεραιότητα των κατασκηνωτών μας
- Κάποιος ή κάποιοι βαθμοφόροι θα πρέπει να έχουν οριστεί υπεύθυνοι στο να απομακρύνουν από τον χώρο της κατασκήνωσης υλικά τα οποία θα μπορούσαν να

επιδιώκουν τη φωτιά (φιάλες υγραερίου, παραφίνη για τις λάμπες θυέλλης, μικρά φιαλίδια γκαζιού για τις λάμπες γκαζιού και γενικά κάθε είδος υγρού ή στερεού καυσίμου

- Φυσικά η ασφαλέστερη διαφυγή είναι να πάρουμε τα παιδιά με γρήγορες κινήσεις και να μετακινηθούμε προς την παραλία.
- Σε περίπτωση που η φωτιά έχει ξεκινήσει μέσα από την κατασκήνωσή μας, μόνο οι ενήλικοι επιτρέπεται να αποπειραθούν την κατάσβεσή της (αν υπάρχουν και μάνικες σε πυροσβεστικές φωλιές ακόμα καλύτερα) ενώ παράλληλα δίχως να χάνουμε χρόνο ενημερώνουμε την Πυροσβεστική Υπηρεσία καλώντας το 199.
- Σε καμία περίπτωση δεν οργανώνουμε ομάδα η οποία θα συμμετέχει στην κατάσβεση της φωτιάς επανδρωμένη από ανήλικα στελέχη.

Ειδοποιούμε στο 199 το Συντονιστικό Κέντρο της Πυροσβεστικής. Φυσικά ενημερώνουμε πως είμαστε από την κατασκήνωση των Προσκόπων και ορίζουμε ακριβώς την τοποθεσία μας για να μας βοηθήσει με οχήματά της και για κατάσβεση και για την εκκένωση της κατασκήνωσης. Αν έχουν ακολουθηθεί σωστά τα βήματα σχετικά με την αλληλογραφία με τις αρχές και τις δημόσιες σχέσεις, το τοπικό τμήμα της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας λογικά θα ξέρει ακριβώς το σημείο στο οποίο βρισκόμαστε.

Πάνω απ' όλα πρέπει να κρατήσουμε την ψυχραιμία μας, να δώσουμε οδηγίες προς τους κατασκηνωτές σχετικά με την ένδυσή τους:

- Καλύπτουμε τα εκτεθειμένα μέρη του σώματός μας (φοράμε φόρμα , κατεβάζουμε μανίκια, φοράμε καπέλο, αφού το βρέξουμε, κλειστά παπούτσια με κάλτσες) και έχετε στα χέρια μαντήλι ή πετσέτα βρεμένη.
- Αποφύγετε την εισπνοή καπνού. Αν δεν μπορεί να αποφευχθεί, κρατήστε τη βρεγμένη πετσέτα μπροστά σας και περπατάτε σκυφτά (ο καπνός πηγαίνει προς τα πάνω).

Ιδανικά καλό θα ήταν οι παραπάνω οδηγίες ή να έχουν μοιραστεί ή να αναρτημένες σε εμφανές σημείο μέσα στην κατασκήνωση

Σε κάθε περίπτωση δεν χρειάζονται ούτε πειραματισμοί ούτε ηρωισμοί. Προσπαθούμε να αντιμετωπίσουμε την κατάσταση μέχρι εκεί που φτάνουν οι γνώσεις μας και όσο μας το επιτρέπουν οι συνθήκες.

Βοηθητικό θα ήταν εάν είχαν προηγηθεί κινήσεις πρόληψης για να βοηθήσουμε παραπάνω την όλη κατάσταση, ιδιαίτερα όσον αφορά στην διάσωση του κατασκηνωτικού υλικού... Αφού όμως πρώτα έχουμε σιγουρευτεί πως οι κατασκηνωτές μας είναι όλοι σώοι και ασφαλείς.

Όπως έχει αναφερθεί και παραπάνω μέσα στον χώρο της κατασκήνωσης καλό θα ήταν να έχουμε 2-3 καίρια σημεία πυρασφάλειας σε ετοιμότητα. (Ιδανικά θα μας άρεσε στον χώρο να υπάρχουν πυροσβεστικές φωλιές)

Ένα από αυτά τα σημεία είναι σαφέστατα το μαγειρείο της κατασκήνωσης, εκεί που υπάρχουν οι φιάλες υγραερίου για το μαγείρεμα.

Εκεί από πριν θα πρέπει να έχουμε κάνει τις παρακάτω κινήσεις:

- Είναι απαραίτητο να υπάρχει στο μαγειρείο πυροσβεστήρας τύπου «Υγρών Καυσίμων», μεσαίου μεγέθους ή δύο μικροί ανά εστία μαγειρέματος (ακόμα και όταν πολλές εστίες είναι στον ίδιο χώρο) και 1 ειδική πυρίμαχη κουβέρτα.
- Πάνω από την εστία υγραερίου πρέπει ο χώρος να είναι ελεύθερος από κλαδιά ή τέντα σε ύψος τουλάχιστον δύο (2) μέτρων. Η φλόγα του μαγειρέματος δεν φθάνει βέβαια τόσο ψηλά.
- Η πιθανότερη όμως αιτία πυρκαγιάς είναι η ανάφλεξη λαδιού κατά το τηγάνισμα/τσιγάρισμα κ.λπ.

Στην περίπτωση αυτή ΠΟΤΕ μην ρίξετε νερό για να την σβήσετε, διότι η φωτιά θα δυναμώσει και συγχρόνως θα πεταχτούν καυτά σταγονίδια λαδιού που θα προκαλέσουν εγκαύματα και ίσως δευτερογενείς φωτιές γύρω. Σκεπάστε το σκεύος που πήρε φωτιά με μεταλλικό καπάκι που να υπερκαλύπτει το σκεύος. Για αυτό, ιδίως όταν τηγανίζετε, να έχετε πάντοτε πρόχειρο ένα κατάλληλο καπάκι. Εάν δεν επαρκεί το καπάκι καλύψτε όλη την εστία με την πυρίμαχη κουβέρτα ή χρησιμοποιήστε τον πυροσβεστήρα, αλλιώς ρίξτε αμέσως χώμα στο καιόμενο φαγητό.

- Ο καυστήρας της εστίας εκπέμπει υψηλή θερμότητα και προς τα κάτω. Γι' αυτό, εάν η εστία είναι πάνω σε ξύλινη επιφάνεια πρέπει να τοποθετήσετε στην επιφάνεια αυτή και κάτω από τον καυστήρα ένα χαρτόνι από χαρτόκουτο τυλιγμένο δύο φορές σε αλουμινόχαρτο.
- Γύρω από την εστία σε απόσταση 1.5μ δεν πρέπει και πάλι να υπάρχει εύφλεκτο υλικό/ξερά χόρτα.
- Μετά το μαγείρεμα η εστία πρέπει να καθαρίζεται με σαπούνι, ώστε να αφαιρούνται ελαιώδη και λιπαρά υπολείμματα.

(Ευχαριστούμε τον Εθελοντή Δασοπυροσβέστη & Υπαρχηγό Κοινότητας του 2^{ου} Συστήματος Προσκόπων Ξάνθης, Χρήστο Μπακαλάρο για τις πολύτιμες συμβουλές του)

4.3. Αντιδράσεις (Καύσωνας - νεροποντή)

Ας επιστρέψουμε λοιπόν στο ραδιοφωνάκι το οποίο είναι συντονισμένο με τον τοπικό ραδιοφωνικό σταθμό. Ήρθε η ώρα να ακούσουμε τον καιρό. Τα Ελληνικά καλοκαίρια συνήθως είναι αρκετά ζεστά με διάφορες εξάρσεις από καύσωνες αλλά και σε ορισμένες περιπτώσεις έντονες βροχοπτώσεις. Και τα δύο είναι «εχθροί» μας διότι και στα δύο εκτός του ότι κινδυνεύει το πρόγραμμά μας, ελλοχεύει πάντα και ο κίνδυνος κάποιας αδιαθεσίας ή μικρού ατυχήματος.

Οφείλουμε λοιπόν να είμαστε προετοιμασμένοι και για αυτές τις περιπτώσεις. Αρχικά να υπενθυμίσουμε πως στην εκπαιδευτική ενότητα **Κ2. (Φάκελος δράσεων – Άδεια – Αρχές – Δημόσιες σχέσεις – Φάκελος κατασκήνωσης)** γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στο πρόγραμμα της κατασκήνωσης για δύο εναλλακτικά προγράμματα, ένα για ημέρα καύσωνα

και ένα για ημέρα νεροποντής. Είναι προφανές πως δεν μας απασχολεί μόνο η ροή του προγράμματός μας αλλά πάνω από όλα η ασφάλεια των κατασκηνωτών μας.

Νεροποντή



Για να είμαστε έτοιμοι να ανταπεξέλθουμε σε ενδεχόμενη νεροποντή, θα πρέπει να έχουμε μεριμνήσει για μία σειρά πραγμάτων και κινήσεων πριν καν η νεροποντή μας πλησιάσει και αποτελέσει πραγματικό γεγονός μια μέρα της κατασκήνωσής μας.

Αρχικά θα πρέπει πάρουμε ως παραδοχή πως ο χώρος που έχουμε επιλέξει για να στηθεί η κατασκήνωσή μας να μην είναι σε γούβα και φυσικά να μην είναι στημένη μέσα ή κοντά σε χείμαρρο. Από πριν θα πρέπει να έχουμε μοιράσει στους χώρους των Εξάδων ή των Ενωμοτιών μεγάλα κομμάτια αγροτικού νάιλον, έτσι ώστε να καλυφθούν οι σακιδιοθήκες έτσι ώστε να εξασφαλίσουμε πως τα προσωπικά αντικείμενα των κατασκηνωτών θα παραμείνουν στεγνά και ασφαλή.

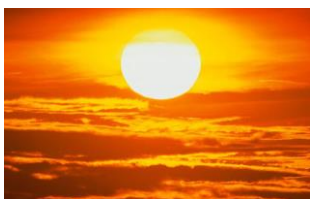
Οι κατασκευές ανέσεων θα πρέπει εξ' αρχής να είναι καλά στερεωμένες στο έδαφος με τις σχετικές αντιστηρίξεις που δημιουργούμε με σχοινιά δεμένα σε πασσάλους.

Το αυτό ισχύει και για τα αντίσκηνα τα οποία πρέπει να είναι εξίσου καλά στερεωμένα με πασσάλους στο έδαφος, με αγροτικά νάιλον να μεσολαβούν μεταξύ του πάτου τους και του εδάφους για καλύτερη στεγανότητα, και φυσικά, καλό τέντωμα και κλειστά όλα τα φερμουάρ. Εννοείται πως υπάρχει γύρω από κάθε σκηνή το σχετικό αυλάκι το οποίο παίζει τον ρόλο του καναλιού απορροής υδάτων. Σε περίπτωση που ο ύπνος πραγματοποιείται σε σκηνές στρατιωτικού τύπου (δίχως πάτο), ισχύουν οι ίδιοι κανόνες ασφαλείας ακριβώς. Οι κατασκηνωτές οφείλουν να φορέσουν τα αδιάβροχά τους και να μαζευτούν σε στεγασμένο χώρο, για να απασχοληθούν δημιουργικά με αυτά που προστάζει το εναλλακτικό πρόγραμμα. Αυτός ο χώρος θα μπορούσε να είναι ο χώρος της τραπεζαρίας ο οποίος πρέπει να προστατεύεται πάντα από μεγάλη τέντα και για προστασία από τον ήλιο αλλά και από τη βροχή.

Στην αποθήκη τροφοδοσίας (στην περίπτωση που αυτόν τον ρόλο τον παίζει μεγάλο αντίσκηνο στρατού δίχως πάτο), όπως περιγράφεται και στην εκπαιδευτική ενότητα **Κ3.Διαιτολόγιο – Ποσοτολόγιο δράσεων** όλα τα τρόφιμα εκτός του ότι είναι πολύ καλά συσκευασμένα, βρίσκονται σε στάθμη ψηλότερη από την στάθμη του εδάφους έχοντάς τα τοποθετημένα πάνω σε παλέτες ή σε ράφια dexion για να τα προστατέψουμε από το νερό.

Σε περίπτωση που η νεροποντή φτάνει τα επίπεδα θεομηνίας, τότε πλέον μιλάμε για άμεση επικοινωνία με την πυροσβεστική υπηρεσία ώστε να επέμβει και να διασφαλίσει την σωματική υγεία και ακεραιότητα των κατασκηνωτών.

Καύσωνας



Όπως ήδη έχει αναφερθεί, το φαινόμενο του καύσωνα τις ημέρες του Ελληνικού καλοκαιριού δεν είναι κάτι το οποίο πρέπει να μας ξενίζει. Εκ των πραγμάτων και λόγω της γεωγραφικής θέσης της χώρας μας και λόγω της γενικότερης περιβαλλοντολογικής αστάθειας των τελευταίων ετών η θερμοκρασία σε ολόκληρο τον πλανήτη μας σταδιακά αυξάνεται. Κατά συνέπεια στατιστικώς μέσα σε δέκα – δώδεκα μέρες κατασκήνωσης υπάρχει πάντα η πιθανότητα να συναντήσουμε μία ή δυο μέρες που το θερμόμετρο θα έχει ξεπεράσει τις κανονικές τιμές. Σε αυτή την περίπτωση δεν μας απασχολεί ιδιαίτερα το πόσο καλά θα είναι στημένη η κατασκήνωση και ούτε παίρνουμε επιπλέον μέτρα μια και δεν απειλούμαστε από νερό που παρασέρνει τα πάντα αλλά από μεγάλες θερμοκρασίες. Σε αυτή την περίπτωση όπως είπαμε και πριν, βάζουμε σε λειτουργία το εναλλακτικό πρόγραμμα καύσωνα και στις ιδιαίτερα ζεστές ζώνες της ημέρας (Β΄ Πρωινή και Α΄ Απογευματινή) το εφαρμόζουμε. Εννοείται πως μέσα το πρόγραμμα θα πρέπει να εμπεριέχει παιχνίδια που έχουν άμεση σχέση με το νερό, έτσι ώστε τα παιδιά να βρέχονται συνεχώς ενώ παράλληλα θα βρίσκονται σε όσο πιο σκιερά και δροσερά μέρη γίνεται. Αν μας επιτρέπεται, θα μπορούσαμε να πούμε πως το «μπουγέλωμα» είναι μία δραστηριότητα που στην περίπτωση του καύσωνα δεν θα πρέπει να μας τρομάζει. Απλά θα πρέπει να έχουμε στον νου μας την προστασία του κατασκηνωτικού υλικού από τα νερά αλλά πάνω από όλα την ασφάλεια των παιδιών. Για αυτόν τον λόγο θα πρέπει να υπάρχουν όρια ακόμα και σε αυτή την ανέμελη και χαρούμενη διαδικασία. Σημασία έχει πάνω από όλα να ασχοληθούμε με κάτι το οποίο θα μας προστατέψει από ενδεχόμενη θερμοπληξία και φυσικά τις ώρες που θα βρεθούμε στη θάλασσα οφείλουμε να τηρήσουμε (και όχι μόνο σε περίπτωση καύσωνα αλλά πάντα) κατά γράμμα τους κανόνες ασφαλείας (καπέλο - ανοιχτόχρωμη μπλούζα - αντηλιακό) για να αποφύγουμε ανεπιθύμητα εγκαύματα και ηλιόσεις.



Σεισμός



Άλλη μία παραδοχή για τον Ελλαδικό χώρο είναι και η εξής. Είμαστε μία σεισμογενής χώρα. Από καιρό σε καιρό έχουν, δυστυχώς, σημειωθεί εντυπωσιακοί (από άποψη έντασης) σεισμοί με τελευταίο τον σεισμό της Λευκάδας με μέγεθος 6,5 βαθμών Ρίχτερ σημειώθηκε στις 17 Νοεμβρίου 2015 .

Είναι γνωστό ότι ζούμε σε μία χώρα με υψηλή σεισμικότητα. Καθημερινά, εμείς οι σεισμολόγοι

παρακολουθούμε τη σεισμική δραστηριότητα και καταγράφουμε δεκάδες σεισμούς -άλλους μικρής έντασης, που δεν μας ανησυχούν, κι άλλους μεσαίας ή μεγαλύτερης έντασης, που μας κάνουν να προβληματιστούμε. Σχεδόν κάθε χρόνο έχουμε έναν σεισμό της τάξης των 6 Ρίχτερ και για αυτό το λόγο είμαστε η χώρα με την υψηλότερη σεισμικότητα στην Ευρώπη.

Πολλές φορές ακόμη και με τον μικρότερο σεισμό, ορισμένοι πανικοβάλλονται. Αυτή η ανασφάλεια δείχνει έλλειψη γνώσης. Τα κτίρια σκοτώνουν, όχι ο σεισμός. Στις τεχνολογικά πιο προηγμένες χώρες, όπως στην Ιαπωνία, Η ΠΡΟΛΗΨΗ είναι το «φάρμακο» για την καταπολέμηση των φυσικών καταστροφών, όπως επίσης η ΓΝΩΣΗ μέσα από την ιστορία, τις παρατηρήσεις και τα αποτελέσματά του (και το μάθημα αυτό ξεκινά από την παιδική ηλικία, από το Δημοτικό σχολείο). Πιο σημαντικό απ' όλα, βέβαια, τα μέτρα πρόληψης και προστασίας.

Δρ. Γεράσιμος Χουλιάρης

Διευθυντής Ερευνών του Εθνικού Αστεροσκοπείου Αθηνών

Στη δική μας περίπτωση δεν υπάρχει ιδιαίτερος λόγος ανησυχίας μια και είμαστε σε κατασκήνωση και ας μας επιτραπεί η έκφραση, όχι σε «κατασπίτωση». Άλλωστε οι εμπειρότεροι εξ υμών γνωρίζουμε πως σε περιόδους σεισμούς οι σεισμοπαθείς φιλοξενούνται σε ανοιχτούς χώρους (γήπεδα – αλάνες κλπ) μέσα σε μεγάλα αντίσκηνα του Ελληνικού Στρατού ή του Ερυθρού Σταυρού. Οπότε οι σκηνές ενδείκνυνται ως το καταλληλότερο κατάλυμα για αυτές τις περιπτώσεις.

Σαφέστατα, σε περίπτωση σεισμού θα πρέπει να προσέξουμε πολύ την συνδεσμολογία της φιάλης γκαζιού στο μαγειρείο μας για να μην έχει προκληθεί κάποια διαρροή και από εκεί και πέρα το πρόβλημά μας να πάει αλλού. Σε περίπτωση που το φαινόμενο συμβεί βράδυ, θα πρέπει από την πλευρά μας να σιγουρευτούμε πως όλες οι λάμπες μας είναι όρθιες και δεν έχουν γίνει εστίες φωτιάς. Για αυτό προληπτικά οφείλουμε έτσι κι αλλιώς να τις στερεώνουμε πάρα πολύ καλά, κάθε βράδυ.

Σε περίπτωση που η κατασκήνωση είναι στημένη δίπλα σε απότομη πλαγιά, έχουμε πάντα το νου μας για πιθανές κατολισθήσεις.

Θα πρέπει επίσης να χαλιναγωγήσουμε κάθε μορφή πανικού των κατασκηνωτών και να τους διαβεβαιώσουμε πως είμαστε στον ασφαλέστερο χώρο για φαινόμενα όπως αυτό του σεισμού. Φυσικά αν στην κατασκήνωση υπάρχουν κτηριακές εγκαταστάσεις αποφεύγουμε να κυκλοφορούμε κοντά τους για ευνόητους λόγους.

Σύνοψη

Σκοπός αυτής της εκπαιδευτικής ενότητας ήταν να εξηγηθεί στα ενήλικα στελέχη του Προσκοπισμού πως κάθε είδος δράσης που πραγματοποιούμε με το τμήμα μας, θα πρέπει να δίνουμε πάντα προτεραιότητα στην ασφάλεια των μελών μας. Όχι μόνο με το να έχουμε μαζί μας ένα φαρμακείο αλλά έχοντας προληπτικά πάρει όλα τα απαραίτητα μέτρα από αρχής έτσι ώστε να είμαστε έτοιμοι ανά πάσα στιγμή να επέμβουμε και μάλιστα να επέμβουμε με επιτυχία, κάνοντας έτσι, πράξη το ρητό μας, Έσο Έτοιμος και Αιέν Αριστεύειν.

