

PLANEJAMENTO DE ACAMPAMENTO

Viver ao Ar Livre

“Acampar é a parte mais alegre da vida de Escoteiro. Viver neste ar livre que Deus nos deu, entre colinas e árvores, pássaros e animais, junto ao mar e aos rios, isto é, viver com a natureza, tendo sua pequena casa de lona, preparando sua própria comida e explorando os arredores -- tudo isso traz saúde e felicidade, num grau que nunca se consegue obter entre os tijolos e a fumaça da cidade. Excursionar, também quando penetramos cada vez mais longe, explorando cada dia, novos lugares, é uma gloriosa aventura, que nos torna mais fortes e rijos, insensíveis ao vento e à chuva, ao calor e ao frio. Aceitamos o que vier, com uma consciência de nossa capacidade com um sorriso, sabendo que venceremos no fim. Mas, naturalmente, para gostar de acampamentos e excursões é preciso saber como realizá-los adequadamente. É preciso saber como armar uma barraca, ou preparar um abrigo; como preparar e acender o fogo; como cozinhar; como amarrar troncos a fim de fazer uma ponte ou uma jangada; como se”. Orientar e encontrar o caminho a seguir, de dia ou de noite, em lugares estranhos; e ainda muitas outras coisas.” (Baden-Powell Escotismo Para Rapazes.

Objetivo de um 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 jovens.
- 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 Escotismo.

COMO ESCOLHER UM BOM LOCAL PARA ACAMPAR

Ao escolher um local para acampar, algumas considerações se tornam necessárias, tais como:

- a) Observe bem o local e, veja se a área escolhida é em declive com marcas provenientes de passagem de água, o que o colocaria provavelmente no caminho de enxurrada, em caso de temporal;
- b) Verifique, se caso a área não for em declive, as possibilidades de alagamento em caso de chuva;
- c) Observe bem ao redor, pela inclinação de árvores, a direção do vento predominante na região e, se o local pretendido para acampar é suficientemente protegido dos ventos;
- d) Evite acampar sob grandes árvores, pois elas pressupõem idade avançada, existindo a possibilidade de velhos galhos apodrecidos, caírem sobre as instalações do acampamento, com o risco de danos materiais e pessoais;
- e) Não construa nada, utilizando cercas de arame como apoio para bambus ou apoio para estender cordas e sisal, visto que, bambus, cordas e sisal molhados podem ser condutores de eletricidade, caso um raio atinja o arame mesmo que em local distante;
- f) Se o local for próximo à praia, represas, lagos ou rios, não permaneça nem permita que outros permaneçam na água em caso de temporais, acidentes com raios nestas condições, são mais freqüentes do que você imagina.
- g) Devemos armar nossas barracas com a frente virada para onde o vento sopra, e não de frente para o vento.

Enfim, a escolha do local deve possibilitar que as atividades sejam desenvolvidas com segurança e dentro dos padrões escoteiros de acampamento ao ar livre, com os recursos necessários ao bem estar e higiene, tendo-se o cuidado de verificar local ideal para montar barracas, água potável. É importante que ao programar, já se conheça bem o local, podendo-se, desta forma, explorar toda os seus recursos.

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

ACESSO - Estrada 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.

ALIMENTOS - Os alimentos que normalmente ingerimos, são compostos por substâncias nutrientes denominadas: proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas e sais minerais, sendo que cada um destes componentes, desempenha funções importantes no nosso organismo.

As proteínas existem em todos os tecidos e órgãos do nosso corpo e sua ingestão é importante para o fortalecimento dos músculos, sangue, etc... Carnes, leite, ovos, manteiga e soja, são alimentos ricos em proteínas.

Os carboidratos são responsáveis pelo fornecimento de energia ao nosso organismo, sendo que todos os alimentos de origem vegetal contêm carboidratos. Trigo, arroz, milho, batata, pão, macarrão mandioca, açúcar, aveia, dentre outros, são ricos em carboidratos.

Os lipídios (gorduras) são também fontes de energia e ajudam no transporte de algumas vitaminas pelo nosso corpo.

As vitaminas são importantes no auxílio do aproveitamento de nutrientes pelo nosso organismo e são encontradas em quantidade nas hortaliças e frutas.

Os sais minerais são encontrados na água e alimento de origem animal e vegetal. Nos sais minerais encontramos o Ferro, indispensável para o sangue, Cálcio para os ossos e dentes, Fósforo para as células do cérebro, Iodo para o metabolismo (para o bom funcionamento da glândula Tireóide), além de outros como Zinco, Magnésio, Manganês, etc...

Antes de sair para acampar, prepare uma lista criteriosa, dos alimentos que serão utilizados durante a permanência no campo. Estabeleça as quantidades em relação ao número de participantes, de forma a não faltar alimentos ou sobrar em demasia, evitando-se desperdícios.

A escolha dos alimentos e, alguns cuidados no acampamento devem ser observados:

- a) Escolha alimentos nutritivos e, de preparo rápido e fácil;
- b) Evite alimentos que deterioram com facilidade;
- c) Legumes, verduras, cereais, frutas e ovos, devem fazer parte do cardápio;
- d) Evite ao máximo, alimentos enlatados;
- e) Leite, achocolatado, sucos, doces, pães e biscoitos, podem complementar a alimentação;
- f) Evite deixar os alimentos no chão e expostos à chuva e ao sol;
- g) Caso não haja toldo montado, com local apropriado à colocação dos alimentos, improvise uma dispensa, pendurando os alimentos em sacos plásticos à sombra, assim, estarão protegidos também da umidade, insetos e animais;
- h) Evite deixar restos de alimentos em recipientes abertos, que atrairão insetos e animais, principalmente cachorros, quando o acampamento for montado em sítios ou fazendas;
- i) Carnes, aves e peixe, devem ser previamente temperados com sal, alho, vinagre ou limão e, transportados em recipientes fechados e, consumidos no mais breve espaço de tempo.

Plano de Segurança

Cabe ao Escotista encarregado da atividade externa (fora da Sede), elaborar um Plano de Segurança, contendo todas as providências que se fizerem necessárias:

Chefia

- Os chefes e Assistentes possuem capacitação para bem dirigir as atividades programadas (capacitação física, técnica e preparo psicológico);
- Número suficiente;
- Efetivo grau de integração; e
- Conhecimento de primeiros socorros;
- Necessitam do apoio de algum especialista, é necessária a formação de equipes para cozinha, transporte, segurança, primeiros socorros, infra-estrutura, almoxarifado, compras e etc.?
- Existem carros e meios de comunicação no local para qualquer eventualidade;
- Possui as fichas médicas dos membros juvenis atualizadas;
- Estão identificados os portadores de alergia a medicamentos ou picadas de insetos;
- Existe uma relação de convênios médicos dos jovens, como por exemplo: cópia das carteiras e como fazer o encaminhamento, se necessário.

Local

- Reconhecimento, obrigatoriamente, quando a área for desconhecida e, no caso de a última atividade no local ter acontecido há mais de 30 dias;
- Elaborar mapa de acesso, a ser distribuído aos pais;
- Solicitar a autorização, por escrito, do proprietário ou responsável pelo local, com as recomendações que se fizerem necessárias;
- Acesso;
- Meios de comunicação.

Programação

- Estabelecer a data e os horários de saída e do provável retorno, cuidados para não haver atrasos;
- Observar as orientações contidas no livro "Padrões de Acampamento";
- As atividades são compatíveis com a(s) faixa(s) etária(s) dos participantes;
- Observar todas as normas e regras de segurança e medidas de prevenção;
- Há programação alternativa no caso de intempéries? (anexar programação)

Equipamento

- Todos os equipamentos e utensílios a serem utilizados durante a(s) atividade(s) foram checados, inclusive a validade dos medicamentos;
- Adequação a atividade desenvolvida, bem como aos participantes;
- Grau de manutenção;
- Quantidade;
- Disponibilidade de primeiros socorros.

Participantes (Jovens)

- Os jovens estão instruídos tecnicamente e fisicamente para a atividade planejada;
- Condições físicas e psicológicas;
- Possuem material adequado para a atividade planejada.

Pais

- Deram autorização por escrito;
- Estão cientes do horário de saída e retorno;
- Foram informados sobre o local, meio de transporte e quanto às atividades programadas.

Recursos Extras

- Foram obtidos os recursos de pessoal, financeiro e de material necessário.
- Os órgãos policiais, de segurança, de saúde com responsabilidade na área da atividade foram comunicados;
- Existe como acioná-los de imediato, se necessário;
- Todos sabem como fazer isso;
- Foi verificado como obter ajuda imediata no caso de acidentes com animais peçonhentos;
- Há soro antiofídico disponível;
- Foi contatado local de Socorro mais próximo;
- Tem uma lista de contatos com amigos pessoais, outros Grupos, Escotistas, Pais, autoridades, empresas etc., que possam apoiar a atividade e serem acionados se necessário;
- Existe facilidade de Comunicação, telefonia, rádio.

Regras de Segurança

- Foram verificadas?
- TODOS estão cientes das condutas a adotar?
- Foi pedida autorização POR ESCRITO do Coordenador Distrital?

Condutas de Segurança

- Orientação dos participantes quanto às medidas de segurança exigidas para a atividade;
- As atividades de maior risco podem ser limitadas aos membros mais experientes nesse tipo de atividade;