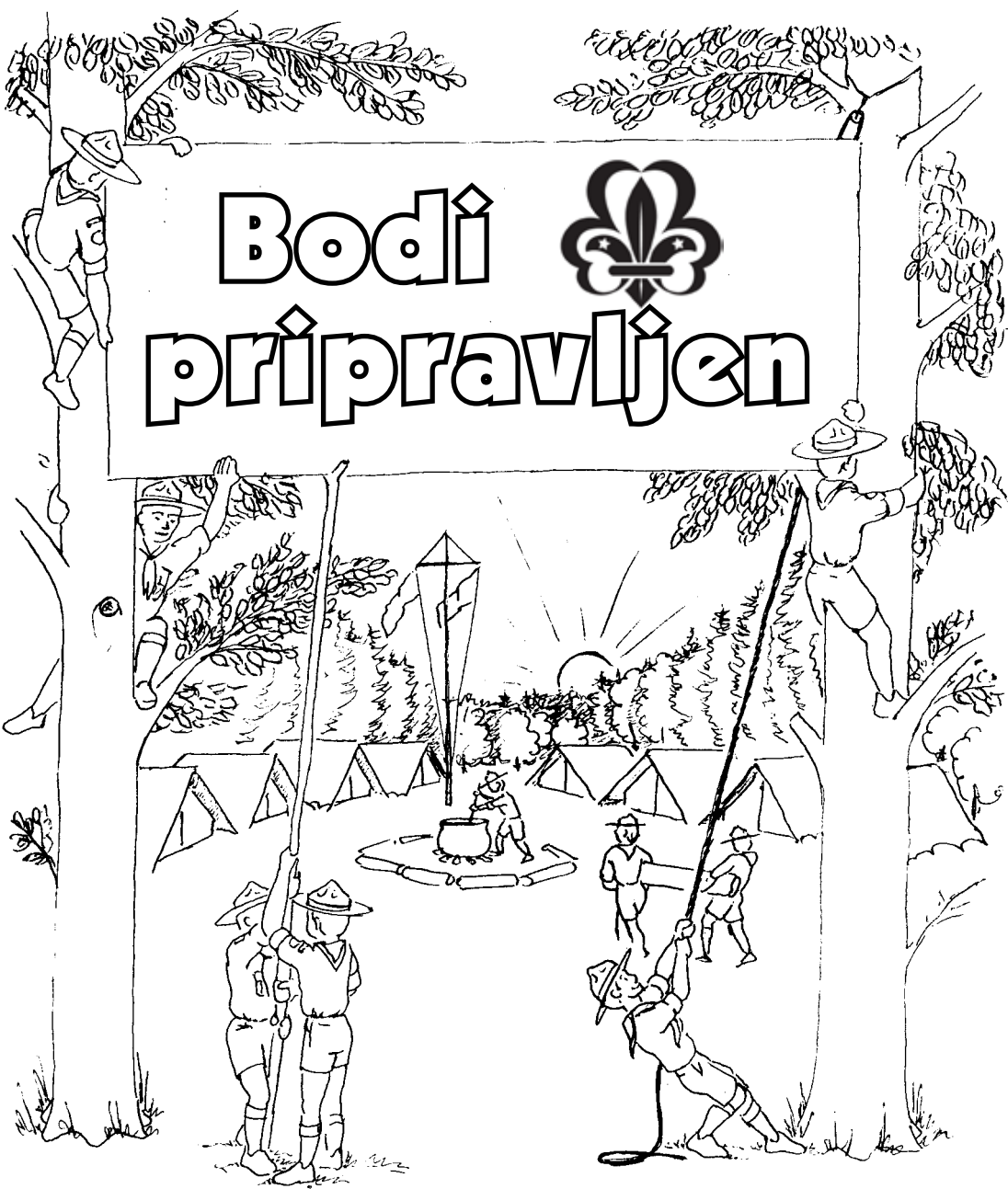


Bodí pripravljén



Skavtski priročnik za življenje v naravi

Bodi pripravljen
Skavtski priročnik za življenje v naravi

Kdo smo skavti?

Skavtstvo je svetovno gibanje, ki ga je na začetku 20. stoletja ustanovil Robert Baden Powell in šteje že prek 40 milijonov mladih. Temeljna ideja ustanovitelja je bila, da so mladi sposobni opraviti vsako nalogo, če se jim le zaupa in da svobodo. Skavte po vsem svetu družijo veselje do življenja v naravi, druženja in pustolovščin ter pripravljenost na izzive, osebno rast in pomoč sočloveku.

Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov (ZSKSS) je slovenska skavtska organizacija. Z več kot 4.400 člani in 700 voditelji v 72 krajevnih enotah po vsej Sloveniji je ena največjih mladinskih organizacij v državi.

ZSKSS je nevladna, neprofitna organizacija, odprta za vse, vodijo jo prostovoljci. Osnovni namen ZSKSS je prispevati k polnemu telesnemu, duševnemu, duhovnemu in družbenemu razvoju mladih ljudi, da bodo lahko postali trdne osebnosti, odgovorni državljani ter člani krajevnih, nacionalnih in mednarodnih skupnosti.

Skavti

Bodí přípravljén

**Skavtski priročnik za
življenje v naravi
3., PRENOVLJENA IZDAJA**

Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov
Ulica Janeza Pavla II. 13, 1000 Ljubljana
tel. + 386 1 433 21 30 / fax. + 386 1 430 02 91 / gsm. + 386 31 210 944
info@skavti.si / <http://skavti.si>

Ljubljana, julij 2016

Slovarček skavtskih izrazov

BOBRI – skupina skavtov, ki so stari od 5 do 8 let.

VOLČIČI – skupina skavtov, ki so stari od 8 do 11 let.

ČETA – skupina skavtov, ki so stari od 11 do 16 let. Združujejo se v posamezne dekliske in fantovske vode. Imenujemo jih tudi **izvidniki in vodnice (IV)**, vodi pa jih četovodja.

KLAN – skupina skavtov, v katero se združujejo **popotnice in popotniki**, stari od 16 do 21 let. V skupino so vključeni skavti obeh spolov in različne starosti. Vodi jih klanovodja.

NOVICIAT – enoletno obdobje priprave na vstop v klan. Vanj so vključeni skavti drugega letnika srednje šole. Vodi jih noviciatovodja.

VODNIK – skavt v četi, navadno najstarejši skavt v vodu, ki vodi posamezni vod s pomočjo podvodnika. Vod se srečuje enkrat tedensko.

VODITELJ – skavt, ki šteje 21 let ali več in se je odločil, da bo postal voditelj. Udeležuje se skavtskih izobraževanj ter odgovorno vodi posamezno skavtsko skupino.

ZSKSS – Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov

Nosilec avtorskih pravic je ZSKSS, Ulica Janeza Pavla II. 13, Ljubljana.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

796.54(035)

BODI PRIPRAVLJEN : Skavtski priročnik za življenje v naravi /
[besedilo Matej Černetič ... [et al.] ; urednica Simona Mušedinovič;
risbe Igor Fortuna ... [et al.] ; avtorja fotografij in barvnih
slik Branko Bakan, Igor Pičulin]. - 2., dopolnjena izd. - Ljubljana:
ZSKSS - Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov, 2005

ISBN 961-91701-0-5614778

1. Černetič, Matej 2. Mušedinovič, Simona
222957312

»Človek, ki je slep za lepoto narave,
je izgubil polovico volje do življenja.« (Baden Powell)

»Torej, če se bomo znašli na pustolovščini v naravi, ni več vprašanje, ali bomo v njej preživeli ali ne, temveč gre zgolj za veščine, ki jih obvladamo oz. jih želimo pridobiti.« (Simona Mušedinovič, danes poročena Cepin, prva urednica priročnika *Bodi pripravljen*, 2003, 2005)

Čuditi se naravi, jo čutiti in spoštovati, znati živeti z njo in v njej, imeti jo rad vedno in povsod, to naj bo moto slehernega prebivalca te naše zemeljske vasi.

Priročnik pred vami je poln nasvetov in zgodb, teorije in prakse, ki vam bo zagotovo pomagala, ko se boste znašli pred izzivi, ki jih prinaša življenje v naravi. Sicer je bolj tehnično obarvan, toda zagotavljamo, da bo navdušil in okrepil tudi tisto znanje, ki se ne skriva le v rokah in možganih, temveč v naših srcih in dušah.

Tokratna izdaja ponuja posodobitev poglavij prejšnje izdaje, saj se je v 13 letih kar nekaj teorije in napotkov bodisi dodelalo bodisi spremenilo. Poglavja smo nekoliko prevrstili in postavili v zaporedje, ki bralcu omogoča, da priročnik prebere tudi od začetka do konca, kot zgodbo, ne zgolj po delčkih, ki ga v tistem trenutku najbolj zanimajo.

»Bodi pripravljen« te spodbuja, da kreneš na pot ven v svet, v naravo (Gibanje v naravi), ni važno v katero smer (Orientacija). Najprej ti postreže z osnovnimi veščinami, ki pridejo prav, ko greš v naravo za čez noč (Pioneristika, Bivakiranje, Ogenj) nato pa te takoj spomni na skrbnost do sebe in narave (Prva pomoč, Skrb za okolje, Varnost pri delu). In to še ni vse! Najbolj zanimivo je skrito v sredini zgodbe - taborjenje in druženje s prijatelji v naravi. Kar nekaj uporabnih nasvetov boš našel za pripravo in izvedbo tako logističnega kot tudi programskega dela skupinskih taborov (Prostor, Program, Oprema, Prehrana). Na koncu pa so štirih poglavjih dodani cukrčki, ki odpirajo oči in ušesa. Priročnik namreč služi kot »priročen« pripomoček :) za opazovanje vsega kar se v naravi skriva - rastlin, dreves, živali, gob. Na koncu pa še bistvo življenja v naravi, ki ga skavti večkrat skrijemo v izrek »ni dobrega in slabega vremena - je le dobra in slaba oprema« (Vremenoslovje).

Pa srečno pot in ...

Bodite pripravljeni.

Barbara Tehovnik, Družabna srna

Vsebina: poglavja

Gibanje v naravi.....	1
Orientacija	14
Sporazumevanje na daljavo	41
Pioneristika	51
Bivakiranje	77
Ogenj in kurjenje v naravi	85
Skrb za okolje	99
Prva pomoč	114
Varnost pri delu.....	133
Taborni prostor in taborjenje	137
Priprava programa za taborjenje	145
Skavtska oprema	157
Prehrana.....	170
Opazovanje narave in stezosledstvo	190
Živali	199
Rastline in gobe.....	209
Drevesa	227
Vremenoslovje	239
Avtorska ekipa	246
Zahvale.....	247
Barvna priloga	251
Na hitro.....	265

Vsebina: vprašanja

Gibanje v naravi 1

Kako hitro hodimo?	1
Izbira poti	1
1. Spremljanje vremena	2
Kako potovati?	2
Kje prečkamo reko?	2
Kako prebrede vodo posameznik?	2
Kako prebrede vodo skupina?	3
Varovanje z vrvjo	3
Kako pa pridemo preko reke suhi?	4
Kdo je izletnik, pohodnik, gornik in alpinist? 5	
Kako izberemo cilj?	5
Kako se pripravimo na pot?	5
Si upaš prehoditi Slovensko planinsko pot (transverzalo)?	5
Po kakšni poti lahko hodimo?	6
Kako se na poti NE izgubimo?	6
Kako hitro hodimo?	7
Kako hodimo po melišču?	7
Kaj storimo na vrhu?	7
Kako sestopamo?	8
Kako počivamo?	8
Kako je v gorah s pijačo?	8
Kaj v gorah jemo?	8
Ali poznaš častni kodeks obiskovalcev gora? 8	
Kakšne nevarnosti nas lahko doletijo?	9
Kako ukrepamo ob nevihti v gorah?	9
Kaj storimo v gorski nesreči?	9
Vpliv višine na človeka	9
Ali bo pihal veter?	10
Katere informacije moramo povedati reševalcem?	10
Kdo so reševalci?	10
Kaj sodi v gorniško opremo?	10
Strela se predstavi;	11
Kako ocenimo, kako daleč od nas je »tresnilo«?	11
Kdo so planinski in gorski vodniki?	12

Orientacija 14

Katere vrste orientacije poznamo?	14
Koliko časa potrebujemo, da premagamo določeno razdaljo?	14
Kako lahko določimo oddaljenost objekta? ... 15	
Kako lahko s korakom izmerimo določeno razdaljo?	15
Bliža se nevihta. Nas bo kmalu dosegla? ..	15
Kako oddaljena je skupina skavtov?	15
Kako najlažje določimo razdaljo do tiste hiše?	16
Koliko je visok tale jambor? (ocenjevanje višine)	16
Optične prevare pri ocenjevanju razdalj ...	17
Kako ukrepamo, ko ugotovimo, da smo se izgubili?	17
Kadar nimamo kompasa, kako se lahko orientiramo?	17
Orientacija po mesecu	19
Kaj je karta?	24
Katera karta je najprimernejša za skavtske potepe?	24
Kaj nam pove merilo?	24
Kaj je številčno merilo?	24
Kaj je grafično merilo?	25
Kaj je opisno merilo?	25
Ali so vsi objekti na karti narisani v točno določenem pomanjšanem merilu?	25
Kaj vse je prikazano na karti?	25
Kako razgiban je teren?	25
Kaj so plastnice?	25
Kako si s plastnicami pomagamo?	26
Kaj so kote?	27
Kako na karti prepoznamo vodne površine? 27	
Kako vemo, ali je območje poraščeno?	27
Kako so na kartah prikazani objekti, naselja ter komunikacije?	27
Kaj nam pove kamnito ali betonsko znamenje na zemljišču, ki ima na zgornji površini	

vklesan križ ali luknjico?.....	27
Na karti sta prikazani 2 koordinatni mreži. Kaj predstavljata? (za PP).....	27
Kaj vse je prikazano znotraj okvirja in kaj izven okvirja karte?	28
Kaj pomenijo posamezni znaki na karti? ...	30
Koliko časa je karta uporabna?	30
Kako je kompas sestavljen?	30
Kako naredimo preprost kompas?	30
Kaj je azimut in kaj kontraazimut?	31
Kako orientiramo karto?	31
Kako merimo azimut med točkama A in B na karti?	33
Kako narišemo znani azimut s točke A?	33
Kako izmerimo azimut med točkama A in B na terenu?	34
Kako prenesemo znani azimut na teren? ...	34
Kako se gibamo po terenu s pomočjo karte in kompasa?.....	34
Na kaj moramo biti pozorni pri hoji in prim- erjavi?	34
Kako natančno določimo stojišče na nezna- nem terenu?	35
Kako se gibamo po azimutu?.....	35
Kaj pa zvižgače pri orientaciji?.....	35
Skrenitev	36
Sledenje plastnici.....	36
Sledenje niti.....	36
In če se vseeno izgubimo?.....	36
Kako se izognemo oviri pri hoji po azimutu? . 36	
Kako najdemo pravo pot?.....	37
Kako izmerimo razdaljo na karti?	37
Kako vemo, na kateri nadmorski višini smo? 38	
Kolikšen je nagib terena?.....	38

Sporazumevanje na daljavo 41

Kako se sporazumevamo na daljavo danes? .. 41	
Kateri so mednarodno priznani in dogovor- jeni kodi znamenj?	41
Kako je sestavljena?	42
Kako se jo lahko hitro naučimo?	42
Kako jo lahko zapišemo na papir?.....	43
Kako lahko sporočamo Morsejevo abecedo?..	

Kako lahko sporočamo, če hočemo, da sprejemnik to sliši?	43
Kako lahko sporočamo, če hočemo, da sprejemnik to le čuti?	44
Kako dolgi naj bodo presledki?	44
Kaj je semafor?	44
Kako lahko sporočimo, da potrebujemo pomoč?	47
Kaj je potrebno sporočiti reševalcem?	48
Kdaj jih uporabljamo?	48
Kako jih postaviti?	48
Kaj je šifriranje?	48

Pioneristika 51

Kako se učiti vozle?.....	52
Tovorni vozle	52
Začetni vozle.....	52
Prusikov in kavbojski vozle.....	52
Napenjalni vozle	53
Ambulantni vozle	53
Tkalski vozle	55
Mrtvi vozle.....	55
Osmica.....	55
Zanka z osmico	55
Kravata	56
Zakaj 3/4 tabornih zgradb razpade že po treh dneh?.....	57
Kako naredimo vezavo?	57
Kakšno vrv izbrati?	58
Vezava za tri palice – trinožnik	58
Kako popraviti ročaj lopate – vzporedna vezava	58
Koliko vrvi potrebujem?	59
Vrvna lestev.....	59
Pritrjevanje deske – izdelava gugalnice	59
Kako izruvat količek	60
Turški vozle – obroček za rutko	60
Opičja pest – kroglica iz vrvi	60
Makrame – zapestnica	61
Roverček.....	61
Uporaba žeblice, klinjenje.....	62
Mrtvi mož (ang. dead man)	62
Klinjenje polena.....	62
Sistem podvajanja klinov	63
Kako se lotiti gradnje?	63
Kako poteka gradnja?	63
Kje dobiti primeren les?	64

Lega	64
Izbira drevesa	64
Priprava jambora	65
Luknja.....	65
Postavljanje.....	65
Vrste stolpov.....	
Natezalni vozec - napenjanje vrvi.....	54
Policijski vozec.....	56
Kako obrnemo jambor?.....	66
Šotor na ploščadi	75

Bivakiranje 77

Kaj je bivač?.....	77
Kam postaviti bivač?	77
Kje prenočiti na prostem?.....	78
Kako si pripravimo udobno ležišče?.....	78
Kaj storimo, da nas v spalni vreči ne bo zeblo?.....	78
Kako se oblečemo za spanje?	79
Kako izdelam talno zatočišče?	79
Kakšne so prednosti in kakšne slabosti talnih zatočišč?.....	79
Nasveti za dober spanec:	79
Zakaj bi postavljali bivake iz šotorskih kril? ..	80
Kako naredimo bivač iz šotorskih kril?.....	80
Kako napnemo ponjavo?	81
Kako zgradimo ogrodje?.....	82
S čim naj bivač prekrijemo?	83

Ogenj in kurjenje v naravi 85

Na kaj vse pazimo pri izbiri prostora za kurjenje?.....	85
Kako pripravimo prostor za kurjenje?.....	85
Kako zavarujemo kurišče?	86
Katere materiale lahko uporabimo za netivo?.....	86
Kaj naredimo, če je vse prej našteto netivo mokro in neuporabno?.....	87
Kako naberemo in pripravimo dračje za kurjavo?.....	87
Kakšen les je najprimernejši za kurjenje? ..	87
Kako naj postavimo ogenj?.....	88
Kakšen ogenj naj postavimo?	88
Kako ogenj zanetimo?.....	89

Kako zakurimo ogenj brez vžigalic?	90
Gnezdo netiva.....	90
Prižiganje ognja z lečo	90
Kresilni kamen in jeklo.....	90
Kako do ognja s svedom in lokom?	91
Kako zakurimo ogenj v snegu?.....	91
Kako pogasimo ogenj?	92
Kako izdelamo baklo iz materialov najdenih v gozdu?	93
Kako izdelamo baklo?	93
Kater tip ognjišča naj postavimo?.....	95
Vkopana pečica	95
Švedska bakla	95
Kateri pripomočki so dobrodošli pri pripravi ognjišča?	96
Kako hranimo drva?	96
Kaj storimo, če zagori v naravi?	97
Kako prijavimo požar?	97
Kako poteka gašenje z gasilnim aparatom?.....	97
Kaj storimo, če zagori olje ali mast v posodi? ..	97
Kaj storimo, če zagori obleka na človeku? ..	97
Kaj storimo, če zagori pod pokrovom motorja vozila?	97
Kaj storimo, če zagori gospodinjski aparat, televizor, pralni stroj ipd.?	97

Skrb za okolje 99

Kako ločevati odpadke na taboru?	101
Kako naredimo kompost?	102
Zakaj ne kurimo po nepotrebnem - trdni delci v zraku (npr. Pm10)?	102
Kaj je dovoljeno in prepovedano odvreči v zabojnike?.....	103
Kam z nevarnimi odpadki?	105
Ali igrača spada v razrede, določene v Pravilniku o ravnanju z odpadno električno in elektronsko opremo.....	106
Kako pomivamo posodo na taboru (na roke)?	108
Čistilo iz pepela (za pomivanje posode, kamina, pečice, čiščenje stekla ...) - recept.....	109
Univerzalno čistilo –kis	109
Odmaševanje odtokov.....	109
Naravni pralni prašek - recept.....	109
Ustna vodica - recept	110
Naravni deodorant - recept.....	110

Piling krema za roke – recept	110
Prhljaj	110
Naravni repelent (pršilo proti komarjem) – recept	110
Domača krema za britje – recept.....	110
Domači vošek za depilacijo – recept	111
Piling za nego obraza – recept	111
Naravna maska proti aknam	111
Naravno odstranjevanje ličil	111
Kako zmanjšam porabo vode?	111
Kako zmanjšam porabo energije?.....	112

Prva pomoč 114

Krvavitev iz nosu	114
Krvavitev iz ušes	114
Tujek v očesu	114
Tujek v ušesu	115
Rana.....	115
Ugriznina	117
Ugriz strupene kače	117
Piki strupenih žuželk.....	117
Vbod klopa	118
Buške	118
Omedlelica.....	118
Nezavest	119
Dušitev	119
Utapljanje	119
Krč	119
Zvin, zlom, izpah.....	119
Poškodba glave.....	120
Poškodba hrbtenice.....	120
Žulj.....	120
Opekline	121
Zmrzline	121
Podhladitve.....	121
Sončarica	121
Snežna slepota	122
Električne poškodbe	122
Zastrupitve.....	123
Kako pokličemo urgentnega zdravnika?..	123
Kaj povemo?	123
Kdaj se odločimo za klic?.....	124
Vročina.....	124
Glavobol	124
Alergija	124
Koprivnica	124
Okužbe zgornjih dihal.....	125
Bruhanje, driska.....	125

Pretres možganov.....	125
Ugotavljanje stanja, položaj nezavestnega	126
Sprostitev dihalne poti – odstranjevanje tujkov.....	127
Umetno dihanje	128
Zunanja masaža srca	128

Varnost pri delu 133

Tehnike varnega rezanja	134
Kako uporabljamo sekiro?	134
Cepljenje s sekiro.....	135
Kako podiramo sušice?	135

Taborni prostor in taborjenje 137

Kakšen prostor izbrati?	137
Na koga se je priporočljivo obrniti pri izbiri tabornega prostora?.....	137
Kaj je potrebno še urediti pred taborjenjem? 138	
Zakaj morajo biti taboreči člani ZSKSS? .	138
Kateri pravni predpisi so pomembni, da taborjenje poteka pravilno?	138
Kakšne so vloge organizatorjev taborjenja?... 139	
Kakšne so vloge taborečih na poletnem taboru čete?.....	140
Izbira prostora za postavitve šotora ali biva- ka	140
Postavljanje šotora	141
Razporeditev šotorov na poletnem taboru 142	
Kratkotrajno bivakiranje	143
Kako lahko zaščitimo taborni prostor pred nepripravi?	143
Kaj nam lahko predčasno konča taborjenje?.. 144	
Kako skrbimo za taborno okolje?.....	144
Kako pospravimo tabor?	144
Kje lahko izvem več o tem?	144

Priprava programa za taborjenje 145

Kako se lahko vod pripravlja na tabor? ..	147
Kaj posameznik potrebuje za 10-dnevni tabor čete?	148
Kaj je izhod in kaj potep v četi?.....	149
Kaj pomenita izhod in potep v noviciatu in klanu?.....	149
V čem je razlika med izhodom v četi in izhodom v noviciatu/klanu?.....	149
Kdaj je potep res dober?	150
Kdaj na potep?	150
Kako izbrati kraj potepa?	150
Kako pripraviti pot?	150
Kako potovati?.....	151
Kako je s hrano na potepu?	151
Kako in kdaj iskati prenočišče?.....	151
Kdo pripravi potep? Jaz sam?	152
Primer načrta potepa/izhoda (narejen je za četo).....	153

Skavtska oprema 157

Kdo naj uporablja nož?	157
Izbira noža.....	158
Skrb za nož.....	158
Kako nabrusimo nož	158
Oblačila ločimo na naslednje plasti:.....	159
Obutev.....	160
Funkcionalnost:	161
Temperaturna vrednost	162
Puh ali sintetika?	162
Kakšno sekiro kupiti?.....	163
Kako skrbimo za sekiro	163
Kako nasadimo sekiro?	164
Vzdrževanje šotorov in šotorskih kril.....	165
Postopek lepljenja	165
Katero vrv bomo izbrali?.....	166
Vzdrževanje vrvi.....	166
Katero orodje potrebujemo pri postavljanju in pospravljanju tabora?.....	167
Shranjevanje opreme na taboru	167
Kramp	168
Lopata	168
Kladiva.....	168

Sveder za zemljo

168

Prehrana 170

Zakaj občutimo lakoto?	170
Katere hranilne snovi poznamo – prehrabena piramida	170
Energetska vrednost prehrane.....	171
Koliko kilojoulov (kJ) energije potrebujemo na dan?.....	171
Kako dolgo zdržimo brez vode in hrane? ..	174
Kakšen je pomen vode za življenje?.....	174
Kako najdemo pitno vodo v naravi?.....	174
Kako prepoznamo neužitne rastline?.....	175
Za kaj vse lahko uporabimo divje rastline? ...	176
Kako lahko uporabimo gobe?	178
Preprosti in zanimivi recepti	183
Kuhanje v foliji – pečenje v žerjavici.....	184
Kosmiči na mleku	185
Krompir z jajcem.....	185
Krompirjeva juha z ajdovo kašo (Gorenjska) 185	
Ajdova kaša z gobami (Prlekija)	185
Golaž	185
Paradižnikova juha	185
Pečene banane (ali ostalo sadje) na maščobi 186	
Tiramisu.....	186
Rumove kroglice.....	186
Ocvrta jabolka	186
Štrudelj v saču	186
Piškoti brez peke	186
Kaj naj vzame vod na poletni tabor?	187
Kaj ne sme manjkati v kuhinji poletnega tabora?	187
Oprema taborne kuhinje	187
Kako najlažje očistimo posodo?	187
Kako shranjujemo hrano na taboru?	188

Opazovanje narave in stezosledstvo 190

Kaj pravi o opazovanju narave Baden Powell, ustanovitelj skavtov?.....	190
Kako postati dober opazovalec?.....	191
Katera čutila uporabljamo pri opazovanju narave?.....	191

Kako hodimo po gozdu?.....	192
Za starejše stezosledce	192
1. Katero žival slediš?.....	193
2. Kje je bila, kam je odšla?.....	193
3. Kdaj je žival pustila sled?	193
4. Kako hitro se je premikala?	193
5. Kaj je tu počela?	194
Kje najlažje najdemo sledi?.....	194
Kaj nam je v pomoč pri branju sledi?	194
Ko sled izgubimo	194
Kako se gibamo po terenu (nasvet).....	194
Pet nasvetov za uspešno stezosledstvo.....	194
1. Velikost – Kako velika je stopinja?	195
Mavčni odlitek sledi	195
2. Oblika – Kako je stopinja oblikovana?	196
3. Števililo prstov – Kakšno je število prstov? ..	196
4. Odnosi med deli stopinje – Kakšni so	
odnosi med blazinicami?	196

Živali 199

Katere družine zveri poznamo in zakaj so	
pomembne?	200
Kako prepoznati medvedjo sled?	200
Kakšni medvedi živijo v Sloveniji?	200
Kaj storiti ob srečanju z medvedom?	201
Zato strokovnjaki priporočajo:	201
Dobro je vedeti tudi:	201
Kako prepoznati sledi kun?.....	202
Kako prepoznati sledi mačk?	202
Ali je ris nevaren?.....	202
Kako prepoznati sledi psov?.....	203
Kako prepoznati lisico?	203
Kako vemo, da je lisica stekla?	203
Ali je volk najzlobnejša zver, z žarečimi	
rdčimi očmi, ki za prvim grmom čaka na	
nebogljene skavte?	203
Kako prepoznati sledi parklarjev?.....	204
Ali je divja svinja nevarna?	204
Je to jelen ali smjak?.....	205
Kako prepoznati sledi zajcev?	205
Ali je ta kača strupena?	205
Našli smo nebogljeno divjo žival – kaj z njo	
narediti?	206
Zaščita pred klopi in mrčesom.....	207

Rastline in gobe 209

Uporabna dejstva.....	209
Nekaj zlatih pravil o odnosu do rastlin:..	210
Na travniku	210
V podrasti	212
Na kamnitih tleh	213
Ob vodi.....	215
Plevel z vrta	215
Invazivke.....	215
Olesenele rastline	215
Ostale rastline.....	217
Strupene	217
Kako opazimo, da smo se zastrupili z	
gobami?	219
Kako ukrepamo, če pride do zastrupitve: ..	220

Drevesa 227

Vremenoslovje 239

Zakaj naj skavt pozna vreme?	239
Podnebje ali vreme?	239
Kakšno je podnebje v Sloveniji?	239
Katere vremenske pojave poznamo?	239
Oblaki:.....	240
Območja visokega in nizkega zračnega	
pritiška:	241
Topla fronta	241
Hladna fronta	241
Okludirana fronta.....	242
Kaj nam pove vremenska slika?.....	242
Kako lahko sami določimo hitrost in smer	
vetra?	243
Kako lahko sami brez vremenske karte	
napovemo vreme?.....	243
Še nekaj nasvetov	244
• Ko vidimo, da se nam približuje nevihta	
lahko približno izračunamo, kako daleč je	
ta nevihta. Izmerimo čas med bliskom in	
gromom (v sekundah). Čas delimo s 3 in	
dobimo oddaljenost v kilometrih. Nevihte	
in plohe se običajno pojavljajo poleti, v	
drugih letnih časih pa so redke, običajno	
dežuje ali sneži dlje.....	244
Kako se na vremenske spremembe odzivajo	
živali?	244

Nasvet za načrtovanje izhodov in ravnanje na taborih.....	244
Kje dobim dodatne informacije?.....	244

Avtorska ekipa 246

Zahvale 247

Barvna priloga 251

Na hitro 265

Pomembne telefonske številke	265
Seznam opreme, ki naj bi jo imel vsak skavt doma:	266
Kako lahko sami napovemo vreme?	266
Kako pokličemo urgentnega zdravnika? ..	266
Kaj povemo?	266
Kaj je tabor?	269
Kako se lahko vod pripravlja na tabor? ...	269
Kaj je potovalni tabor, zimovanje?.....	269
Kdaj začnemo pripravljati potovalni tabor? .. 269	
Delitev nalog: kdo in kako pripravi tabor? ... 269	
Kam, kako na tabor in za koliko časa?	270
Koliko prehoditi na dan?	270
Skavtski kroj in ostala oblačila:	270
Osebna prva pomoč:.....	270
Toaletni pribor:	271
Šivalni pribor:	271
Pisalni pribor:.....	271
Oprema za spanje:	271
Jedilni pribor:	271
Razno:	271
Osebna oprema na potovalnem taboru popotnikov in popotnic	271
Kako naredimo potovalni tabor zanimiv? 273	
Nekaj zlatih pravil, kako preprečiti zastrupi- tev:	276

Gibanje v naravi

1. PRIPRAVA NA ODHOD IN GIBANJE V NARAVI

Vodja poti pri načrtovanju okvirno oceni, s kakšno hitrostjo bo hodila njegova skupina. Hitrost hoje je odvisna od fizične pripravljenosti skupine, od njene velikosti (večja skupina hodi počasneje kot manjša), pozabiti pa ne gre niti na nahrbtnike, katerih teža nas lahko prav tako upočasnuje.

Kako hitro hodimo?

- S hojo začnemo umirjeno in počasi, dokler se ne ogrejemo.
- Ko se ogrejemo (pred pretiranim znojenjem), v kratkem odmoru odložimo vrhnja (termo-) oblačila.
- S počasnimi začetki začnemo tudi po vsakemu počitku.
- Hodimo enakomerno, hitrost pa določamo po najšibkejših, ki naj hodijo na začetku kolone, tik za vodjo ture.
- Hodimo tako hitro, da se še vedno lahko pogovarjamo.
- V koprnih razmerah skupina po ravnini napreduje s 4 km/h, pri vzponu skupina v strmem svetu napreduje po 300 višinskih metrov na uro, pri sestopu pa 600 višinskih metrov na uro.

Izbira poti

Iz točke A do točke B ponavadi vodi več poti. Vodja poti glede na njen namen in cilj izbira med orientacijsko najlažjo, fizično najlažjo in pa najkrajšo potjo.

- **Orientacijsko najlažja pot** vodi po večjih cestah, skozi naselja, mimo markantnih objektov. Pogosto s hojo po orientacijsko najlažji poti delamo večje ovinke-
- **Fizično najlažja pot** se ponavadi drži iste

Skavti veliko časa preživimo na poti. Vodovi potepi, izhodi na poletnem taboru, potovalni tabori popotnikov in popotnic ter številne ostale dogodivščine v naravi so dogodki, ki se nam za vselej vtisnejo v spomin. Da pa bi bili pobegi v naravo uspešni in varni, se moramo na njih dobro pripraviti. Predpriprava vključuje proučitev načrtovane poti, vremenskih pogojev, poznavanje sistema oblačenja, poznavanje opreme, ki jo imamo s seboj ter okvirnega načrtovanja in prilagajanja planov med samo potjo.

nadmorske višine. Predvsem v gričevnatem in hribovitem svetu je pomembno, da znamo iz karte razbrati pot, ki nam bo pobrala čim manj moči.

- **Najkrajša pot** predstavlja najbolj direktno linijo od štarta do cilja. Ker lahko vodi čez vrhove, reke in druge geografske prepreke, pogosto pobere veliko energije in ni nujno najpametnejša izbira.

1. Spremljanje vremena

Ko se bliža čas odhoda, moramo vse, kar smo pred časom načrtovali, preveriti. V mislih znova prehodimo celotno pot. Zadnje dni vestno spremljajmo vremensko napoved za regijo, kamor se odpravljamo. Pozimi moramo spremljati vreme tudi za nazaj, kajti le tako bomo lahko predvideli, kakšne snežne razmere nas čakajo. Če je vremenska napoved skrajno neugodna, je bolje, da najdemo nov cilj ali prilagodimo program izhoda / potovalnega tabora.

Kako potovati?

Večkrat se na pot odpravimo kar peš, vendar ne pozabimo, da lahko uporabimo tudi druga prevozna sredstva: kolo, kajak, konj, vlak, avtobus, kanu, kombinacije ... V primeru, da potujemo z nečim, kar je vedno z nami (kolo, kanu), se že vnaprej dogovorimo, kje jih bomo med potjo shranili.

Če gremo na izhod z javnimi prevoznimi sredstvi, se ne pozabimo pozanimati, kakšne so povezave.

Kje prečkamo reko?

Prečkanje reke je lahko zelo zahtevna naloga, zato ne bo odveč nekaj koristnih napotkov, kako prečkati reko, da bomo na drugo stran prišli varno in kar se da suho.

1. Najprej si reko ogledamo, preverimo njeno bistrost, pretok, material, ki ga voda nosi s seboj. Preverimo tudi, kakšno je rečno dno in kako poraščeno je obrežje.
2. Izberimo si najkrajši in najlažji način prehoda, tako da bomo prišli čez vodo s čim manj mokre opreme in obleke.

3. Reke nikoli ne prečkamo nad brzcami in slapovi, temveč pod njimi, ko se voda umiri.
4. Reko prebredemo tam, kjer se struga razširi, saj je tam voda plitva in počasna.
5. Izognimo se ostrim zavojem reke. Na zunanji strani zavoja je voda hitrejša in bolj globoka.
6. Dno reke naj bo ravno, brez ostrih skal.
7. Vstop in izstop iz vode naj bo enostaven in ne prestrm.
8. Če pa si bomo izdelali most ali brv, se tega lotimo na najožjem delu struge.



Kako se pripravimo za prehod reke?

Prvo pravilo se glasi: »Zmočimo čim manj obleke in opreme«. Mokra obleka namreč pomeni ohlajanje telesa in v mrzlem vremenu podhladitev. Če je možno, si slečemo čimveč obleke, saj mokra oblačila ovirajo hojo. V mrazu oblečemo samo toplo spodnje perilo. Ostala oblačila stlačimo v PVC vrečko in damo v nahrbtnik. Sezujemo si nogavice. Iz čevljev poberemo vložke in jih shranimo v nahrbtnik. Najbolje je, če reko prebredemo zjutraj, saj imamo potem dovolj časa, da si na soncu posušimo obleko. Če ne gre drugače, pa obleko posušimo ob ognju.

Bočni pas na nahrbtniku obvezno odpnemo. V primeru padca v vodo snamemo nahrbtnik, da nas le-ta ne potegne pod vodo. *Pripravimo si močno palico za reševanje*

Kako prebrede vodo posameznik?

Ta način prehoda je uporaben v primerih, ko nam voda sega do kolen in njen tok ni premočan. Odrežemo si močno dvometrsko palico, ki nam služi za oporo, z njo pa tudi otipamo podvodne ovire in tolmune. Ko vstopimo v vodo, se obrnemo proti toku in postavljamo palico poševno pred seboj. Noge postavljamo trdno za palico in prečkamo reko pod kotom 45°.



Kako prebreme vodo skupina?

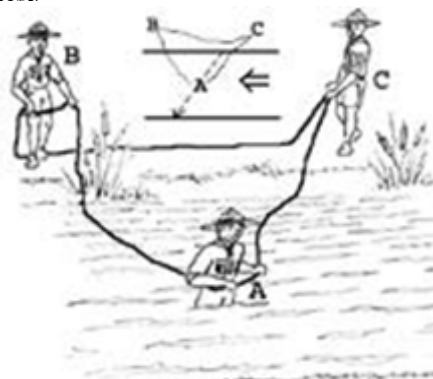
Reko prečkamo v skupini treh do štirih oseb. Zopet potrebujemo dvometrsko močno palico za pregledovanje dna in oporo. To palico z eno roko drži prvi v skupini. Potrebujemo pa še daljšo palico, za katero se z obema rokama primejo ostali člani skupine. Skupina se proti nasprotnemu bregu pomika pod kotom 45° .

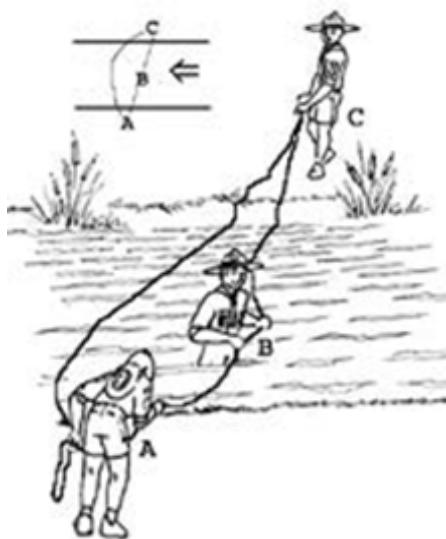
Varovanje z vrvjo

To je najvarnejši način prehoda reke. Uporabimo ga tam, kjer je tok vode močan. Pri tem načinu potrebujemo vrv v dolžini treh širin reke. Vrv lahko privežemo na drevesa pod kotom 45° glede na reko. Če smo na vrv pripeti, nas bo tok reke v primeru padca

prinesel na nasprotni breg. Pri prenosu vrvi na nasprotni bregove pa uporabimo sledečo tehniko. Prva prečka reko oseba A, ki je tudi najmočnejša. Ostali dve ga varujeta. Če osebo A tok potegne pod vodo, oseba B popusti vrv, dokler A ne pride zopet na površje. Če je vodni tok premočan, oseba C potegne osebo A k sebi.

Oseba C varuje osebo B pri prečkanju z rahlo napeto vrvjo. Oseba A vleče za vrv in potegne osebo B k sebi na breg. Oseba A naj bo nižje kot oseba C. Oseba B se pomakne po rečnem bregu navzgor in varuje osebo C. Oseba A vleče za vrv in potegne osebo C k sebi.





Kako pa pridemo preko reke suhi?

Če nam bregovi reke omogočajo, da preko struge napnemo vrv, lahko po vrvi prečkamo reko. Poleg napete vrvi pa posameznik potrebuje 8 mm pomožno vrvico dolžine 6,5 m in eno vponko z matico. S pomožno vrvico in vponko si izdelamo priročen vrvni sedež, ki nas bo varoval pred padcem v vodo. Izdelavo dobro opiše slika.

Pred prehodom najbolj izkušen skavt preveri, da so vrvi dobro pritrjene, vozli pravilno pritrjeni in maticice na vponkah privite.

Pri prehodu lahko uporabimo dve tehniki. Pri prvi se **plazimo pod vrvjo** z rokami in nogami. Pri tem pazimo, da nog ne vlečemo za seboj, ampak jih izmenično premikamo po vrvi. Ta način prehoda zahteva kar precej moči. Drug način pa je manj utrudljiv in se imenuje **plazenje po vrvi**. Na vrv se uležemo. Ena noga prosto visi v zraku, drugo nogo pa skrčimo in jo z gležnjem zataknejo za vrv. Z rokami se vlečemo po vrvi, istočasno pa se odpravimo z nogo ki je zataknjena za vrv. S prosto nogo lovimo ravnotežje.



Kaj pa če pademo v vodo?

Ne ustrašimo se in hitro ukrepajmo. Najprej se znebimo nahrbtnika, da nas ne potegne na dno. Če je voda deroča in plitva, plavajmo z nogami naprej, da se izognemo poškodbam glave. Na bregu skušajmo ujeti vejo ali korenino. Če je kdo padel v vodo, z reševalno palico stečemo ob reki navzdol in pomagamo prijatelju zlesti na kopno.

2. GORNIŠTVO

Pogledi naših prednikov so se velikokrat ustavljali na mogočnih stenah, prepadih in nedosegljivih višinah. Marsikje so verovali, da so gore prebivališče bogov, vil in duhov, zato so jih navdajale s strahom in spoštovanjem. Kljub vsemu je bila radovednost lovcev, nabiralcev, iskalcev rud in trgovcev prevelika, da se ne bi podali v osvajanje tega nekoristnega sveta.

Tako kot so bile gore magnet našim prednikom, so danes tudi nam. Premagovanje samega sebe, druženje s prijatelji, gibanje v naravi, poslušanje vetra in žuborenje studencev, odkrivanje tišine – spoznavanje Božjega stvarstva je razlog, ki vabi, da postanemo izletnik, pohodnik, gornik ali alpinist in si izberemo cilj, ki nas vabi in izziva.

Kdo je izletnik, pohodnik, gornik in alpinist?

- **Izletnik** je na izletu takrat, kadar gre za premagovanje krajše, fizično nezahtevne, časovno kratke razdalje.
- **Pohodnik** je na pohodu, ko odide na daljšo pot, tako po času kot po razdalji in zahtevani fizični zmogljivosti.
- Ko **gornik** odide v gore, kjer mu je cilj osvojiti vrh, premagati steno, obiskati samotnejše zahtevnejše poti, govorimo o gorništvu. Osnovna fizična razsežnost gorništva je višina (cilj je vrh), razsežnost pohodništva pa je daljava (cilj je pot).
- **Alpinistov** cilj je plezanje in hoja na visoke, težko pristopne vrhove, čez težko prehodne stene po neoznačenih in nezavarovanih smereh. Zaradi velike zahtevnosti alpinistične dejavnosti je potreben načrtovan trening in



Si upaš prehoditi Slovensko planinsko pot (transverzalo)?

Slovenska planinska pot (SPP) poteka od Pohorja čez Savinjske Alpe, Karavanke in Julijske Alpe ter se konča v Ankaranu. Markirana je z rdeče-belimi markacijami, ob katerih je številka 1. Povezuje jo 70 kontrolnih točk, dolga je 800 km in povezuje večino pomembnejših vrhov in planinskih koč v Sloveniji. Na točkah ob poti dobite žige, ki jih zbirate v posebnem planinskem dnevniku. Čas za pot ni določen, tako da si lahko turo razdelimo tudi na več let.

Poznamo tudi **Razširjeno Slovensko planisko pot**, ki je sestavljena iz 17 obveznih točk in 20 točk po izbiri. Točke so razporejene po vrhovih in kočah po vsej Sloveniji, tako da jih ne moremo povezati v transverzalo.

usposabljanje, saj je lahko že ob manjši napaki življenjsko nevaren.

2.1. PRIPRAVA, VZPON IN SESTOP

Kako izberemo cilj?

Cilj izberemo pravilno, če:

- ustreza naši psiho-fizični pripravljenosti (kondicija, zdravje),
- imamo dovolj dobro opremo in jo znamo uporabljati,
- imamo zanesljive informacije o vremenski napovedi,
- s skupino hodimo le po poti, ki smo jo že prehodili in jo dobro poznamo,
- smo se dovolj dobro predhodno pripravili.

Kako se pripravimo na pot?

Priprava na pot vključuje:

- zbiranje podatkov o našem cilju s pomočjo poznavalca območja, iz vodnikov, priločnikov, zemljevidov
- spremljanje vremenskih napovedi
- izdelavo časovne sheme ture, kjer poiščemo tudi rezervno možnost morebitnega predčasnega sestopa

- določitev časa odhoda glede na dolžino poti, dostopa, sestopa, dolžino dneva, razmere na poti (vročina, pomrznjen sneg)
- načrtovanje prevozov, prenočišč, prehranjevanja
- načrtovanje stroškov
- zbiranje prijav
- obvestilo o poti in predvidenem povratku (staršem, oskrbnikom na planinskih postojankah)
- pripravo potrebne opreme
- telesno pripravo

Po kakšni poti lahko hodimo?

Označene poti:

- **Nezahtevne označene poti**, na katerih napredujemo brez uporabe rok, izpostavljena mesta so dovolj široka za udobno napredovanje tudi manj izkušenih. Primer je pot na Stol, Viševnik.
- **Zahtevne označene poti**, na katerih moramo za napredovanje preko skalnih skokov uporabiti roke. Pot je opremljena z jeklenicami in klini, ki nam omogočajo varno hojo in niso nujno potrebni za napredovanje. Pot na Špik, Triglav, Brano s Kamniškega sedla.
- **Zelo zahtevne označene poti**, na katerih je napredovanje z uporabo rok nujno. Tehnični pripomočki nam poleg varovanja pomagajo pri napredovanju. Poti so

primerne za izurjene, fizično in psihično pripravljene gornike. V Italiji in tudi pri nas imenujemo take poti tudi ferrate. Za okus in za boljšo predstavo takšne poti se lahko odpravimo na Šmarno goro čez Turnc. Pot na Triglav z Luknje preko Plemenic, Kočna po Kremžarjevi poti s Češke kočice.

Brezpotja in neoznačene poti:

- **zahtevna neoznačena pot** (Repov kot, Gamsov skret)
- **nezahtevna neoznačena pot** (Završnica-Zagon-Srednji vrh)
- **nezahtevno brezpotje** (Srednji vrh-Trupejevo poldne-Bele peči – Srednji vrh)
- **zahtevno brezpotje** (kovinarska kočica, pod SZ steno Debele peči – Debel peč)

Zimske ture delimo na:

- (ne)zahtevne snežne ture
- (ne)zahtevne turne smuke
- (ne)zahtevne ledeniške ture

Kako se na poti NE izgubimo?

- Že s prvimi metri hoje moramo biti prepričani, da smo se odpravili v pravo smer. Preverimo na zemljevidu, vodniku, na smernih tablah, ki nam poleg smeri povedo tudi, kako dolga je pot do cilja in kakšna je težavnost.
- Poti v naših hribih in gorah so markirane z rdečim zunanjim in belim notranjim krogom. **Markacije** imenujemo



Knafelčeve – po Alojzu Knafelcu, začetniku takšnega markiranja. Poleg markacije je lahko tudi številka ali črka, ki nam pove, da tam poteka določena transfazala. (Številka 1 označuje Slovensko planinsko pot.)

- Rdeče-bele okrogle markacije se dopolnjujejo z rdečimi črtami, ki nam posebno v visokogorju pomagajo iskati poti iz skalnih labirintov.
- Na brezpotjih, v zasneženem terenu in drugih nemarkiranih poteh si gorniki pomagamo s postavljanjem »možicev«. To so kupi zloženega kamenja, ki jih nikakor ne smemo podirati in tudi postavljanje raje prepustimo izkušenim vodnikom in gornikom. Dobrodošlo pa je, če »možicu« pazljivo dodamo kakšen kamen.
- **Bližnjic** ne uporabljamo, ker nas lahko usmerijo v težak neprehoden svet. Zaradi neutrjene podlage prožimo kamenje, s katerim ogrožamo druge ter pospešimo erozijo zemlje.

Kako hitro hodimo?

- S hojo začnemo umirjeno in počasi, dokler se ne ogrejemo.
- Ko se ogrejemo (pred pretiranim znojenjem), v kratkem odmoru odložimo vrhnja (termo-) oblačila.
- S počasnimi začetki začnemo tudi po vsakemu počitku.
- Hodimo enakomerno, hitrost pa določamo po najšibkejših, ki naj hodijo na začetku kolone.
- Hodimo tako hitro, da se po potrebi še lahko pogovarjamo.
- V kopnih razmerah skupina po ravnini napreduje s 4 km/h, pri vzponu skupina v strmem svetu napreduje po 300 višinskih metrov na uro, pri sestopu pa 600 višinskih metrov na uro. Glej tudi poglavje Orientacija.

Kako hodimo po melišču?

Melišča so v naši gorah zaradi krušljivosti dokaj pogosta. Nastanejo ob vznožju sten, kjer se nabirajo večji in manjši kosi kamenja.

Vzpenjanju po melišču se poskušamo

izogniti po njegovem robu. Če se mu ne moremo izogniti, izbiramo pot po večjem kamenju in živi skali.

Sestop je za razliko od mučnega vzpona prava poslastica ter hkrati tudi edina dovoljena bližnjica. Izberemo del melišča z najdrobnejšim kamenjem. Koraki so kratki poskoki, pri čemer pristanemo na peti čevlja. Ob sestopanju potujemo skupaj s plazom kamenja. Pri tem pazimo, da lahko kontroliramo hitrost, da je med gorniki dovolj razmika ter da se pravočasno umaknemo, da ne poletimo s kamenjem v kakšno brezno. Izogibati se poskušamo večjim skalam in delom, kjer se plast kamenja stanjša, saj nam lahko na njih spodrsne.

Zavedati pa se moramo, da se pri takšnih sestopih po melišču pohodni čevlji hitro uničujejo.

Kaj storimo na vrhu?

- Če se vremenske razmere med potjo poslabšajo, če imamo pomanjkljivo tehnično opremo, če opazimo, da omagujemo, se po razsodnem razmisleku odločimo, da bo vrh počakal do naslednjic.
- Na vrhu (in tudi drugje v gorah) ne vpijemo in ne kričimo.
- Čestitamo svojim prijateljem.
- Slečemo prepotena oblačila in se toplo oblečemo.
- Vpišemo se v vpisno knjigo (da ob morebitni nesreči reševalci poznajo smer naše hoje), pritisnemo žig v planinsko knjižico.
- Zaslužno si vzamemo daljši počitek za pijačo, malico in razgled po okoliških vrhovih. Če na vrhu močno piha, se namestimo v zavetrno lego nekje pod vrhom in pomalicamo tam.
- Zavedamo se, da smo s prihodom na vrh naredili šele polovico poti.



Kako sestopamo?

- Pazimo, da nam ne popusti zbranost ob navdušenju po osvojitvi vrha.
- Pred sestopom si ponovno zavežemo čevlje, da nam noga ne pritiska v sprednji del čevlja.
- Tempo držimo umirjen, da preprečimo poškodbe sklepov.
- Če je možno, za sestop izberemo lažjo in bolj sproščeno pot.
- Ob srečevanju drugih gornikov se jim kot sestopajoči umaknemo ob notranji rob.

Kako počivamo?

- Prvi počitek imamo po 1–2 urah hoje.
- Naslednji počitki so pogostejši vendar ne prepogosti (na 3/4 ure do 1 ure).
- Otroci potrebujejo pogostejše, a tudi krajše počitke.
- Mesto počitka izberemo na preglednem, varnem, zavetnem, neizpostavljenem mestu.
- Počitek naj ne bo daljši od 15 minut.
- Pot lažje nadaljujemo, če med počitkom stojimo.
- Med počitkom se vedno toplo oblečemo ali ogrnemo.
- Malo prigriznemo in popijemo.
- Po počitku nadaljujemo s počasnejšim, nato pa enakomernim tempom.

Kako je v gorah s pijačo?

- V dnevih pred turo povečamo količino dnevno popite tekočine, enako naredimo po turi.
- Požirek pijače naredimo, še preden smo žejni. Ko nas telo obvesti o pomanjkanju tekočine, je zmogljivost naših mišic že zelo zmanjšana.
- Pijemo večkrat v manjših količinah.
- Na celodnevni turi v visokogorju moramo popiti od 1,5–2 litra z minerali in vitamini obogatene tekočine.
- V gorah ne pijemo alkohola in pijač, ki vsebujejo CO₂.
- Pokazatelj dehidracije je naša mala potreba. Če postane urin zelo temen, je to resen znak, da nam že kronično primanjkuje tekočine. Potrebno je piti.

Kaj v gorah jemo?

Dan pred odhodom v gore povečamo količino hrane, ki vsebuje ogljikove hidrate (žita, riž, testenine ...) Ne pozabimo na obilen zajtrk! Hrana naj bo preprosta za uporabo in pripravno, čim lažja, prenosljiva, okusna, raznolika, zdrava. Jemo hrano, ki jo imamo radi.

Ali poznaš častni kodeks obiskovalcev gora?

Častni kodeks slovenskih planincev je bonton v visokogorju, ki pa ga mirno lahko uporabljamo tudi kjerkoli drugje.

- **Odnos do narave;** ne vpijemo, ne trgamo gorskega cvetja, ne lomimo dreves ...; omejimo uporabo avtomobilov, motornih koles, upoštevamo pravila parkov, smeti odnesemo nazaj v dolino,
- **Odnos do soljudi;** ne uničujemo markacij in druge planinske infrastrukture, moški pozdravi žensko, mlajši starejšega, vzpenjajoči sestopajočega, v večji skupini pozdravita prvi in zadnji, če je potrebno in smo sposobni, obvezno ponudimo pomoč, v planinski koči upoštevamo pravila skupnega bivanja (nočni mir in red, skromnost).



Vpliv višine na človeka

Težave z višino se najpogosteje pojavijo na višini nad 4000 m, pri posameznikih pa lahko tudi mnogo nižje (npr. na Triglavu, 2864 m). Nižji atmosferski tlak, nižje temperature in suh zrak so atmosferski pogoji, na katere človeško telo ni navajeno, se pa mu lahko do neke mere prilagodi s postopno aklimatizacijo. Aklimatizacija je privajanje na višino, pri čemer se od človeka do človeka razlikuje in NI odvisna od telesne pripravljenosti, izkušenj ali števila pred več kot dvema mesecema (učinki aklimatizacije minejo v 6–8 tednih) opravljenih vzponov na veliko višino. Preventiva proti težavam na višini je počasno napredovanje in zadostna količina popite tekočine (4–6 litrov na dan). Znaki glavobola, nespečnosti, slabosti, bruhanja, občutka strahu, nekritičnosti nam kažejo na **višinsko bolezen**, katere edino in najboljše zdravilo je sestop.

2.2. VARNOST V GORAH

Kakšne nevarnosti nas lahko doletijo?

- **Objektivne** nevarnosti, ki izhajajo iz narave in človek nanje ne more vplivati. Lahko pa se jim izogne oz. jih pravočasno prepozna in ve, kako ob njih ravnati. Vse objektivne nevarnosti lahko postanejo subjektivne, če jih ne jemljemo resno ali jih ne upoštevamo.
- **Subjektivne** nevarnosti izhajajo iz človeka in so plod njegove nevednosti, malomarnosti, raztresenosti, neupoštevanja pravil. Subjektivni vzroki nesreč so najpogostejši.

Prisotna nevarnost še ne pomeni nesreče.

Ob spletu okoliščin, znanih in neznanih dejavnikov, lahko iz nevarnosti nastane nesreča.

Nevarnost nastane:

- zaradi površnosti, nevednosti, podcenjevanja elementov priprave,
- ker nepravilna oprema, neznanje pri uporabi opreme, nepozornost pri hoji povzročijo najpogostejšo nesrečo – **zdrs**
- zaradi vročinske nevihte in vremenskih prebratov.

Kako ukrepamo ob nevihti v gorah?

- Pred odhodom smo pozorni na vremensko napoved za gorski svet.
- Pri časovnem načrtovanju upoštevamo, da vročinske nevihte v poletnih mesecih nastanejo v popoldanskem času.

- Ob znamenjih bližajoče se nevihte (grmenje v daljavi, naelektreno ozračje – pokonci se nam postavijo dlake in lasje) se takoj umaknemo z vrha ali grebena.
- Napredovanje med nevihto je izjemno nevarno in neodgovorno.
- Zaščitimo se pred dežjem.
- Izogibamo se majhnih votlin, klinov in jeklenic, izpostavljenih dreves, previsov.
- Razmeroma varno je čepenje na melišču ali na nahrbtniku.

Kaj storimo v gorski nesreči?

- Pred odhodom v gore o načrtu poti obvestimo starše, prijatelje, sporočilo pustimo na vidnem mestu v parkiranem avtomobilu, vpisujemo se v planinske knjige.
- Ob nesreči moramo ohraniti mirno kri, da lahko nudimo prvo pomoč hitro in preudarno.
- Presodimo, če lahko ponesrečeni z našo pomočjo sestopi v dolino.
- V primeru, da bo poškodba zahtevala pomoč reševalcev, se zavedajmo, da bo do njihovega prihoda preteklo nekaj časa. Zato ponesrečenca, če je le možno, zavarujemo pred mrazom (ovijemo ga z zaščitno folijo, podložimo ga z izolacijsko podlogo iz nahrbtnika; dodatna obleka), padajočim kamenjem (čelada) in vlago (anorak).
- Če imamo možnost uporabe mobilnega telefona, pokličemo na številko 112 – **Center za obveščanje**.
- Če smo v steni, megli ali temi ter ne moremo do reševalcev, opozorimo nase

s svetlobnimi (baterija) ali zvočnimi (klici, piščalka) signali. Oddajamo šest (6) znakov na minuto (na 10 sekund). 1 minuto počakamo na morebiten odgovor, ki je 3 znaki na minuto (na 20 sekund).

- Če je v bližini helikopter, z rokami, dvignjenimi v obliki črke Y, pokažemo, da potrebujemo pomoč, z rokami v obliki črke N pa pokažemo, da pomoči ne potrebujemo.

Katere informacije moramo povedati reševalcem?

Sporočilo, ki ga oddamo reševalcem, mora vsebovati sledeče informacije:

- Kdo se je ponesrečil.
- Kje se je zgodila nesreča oziroma kje se nahaja ponesrečeni.
- Kdaj se je zgodila nesreča in kakšni so vremenski pogoji.
- Kakšne poškodbe ima ponesrečeni in koliko je ponesrečenih.
- Naši podatki in kraj, od koder obveščamo. (Glej tudi poglavje Prva pomoč.)



Ali bo pihal veter?

Pred odhodom v gore moramo preveriti tudi napoved vetra. Vetrovna napoved nas v sončnem vremenu ne bo odvrnila od ture, naj pa bo pomembno opozorilo, da ponovno preverimo, če imamo med opremo dovolj toplih, predvsem pred vetrom zaščitnih oblačil.

Sunkovit veter nam povzroča probleme z ravnotežjem, zmanjša vidljivost zaradi nošenja dežnih, lednih in snežnih delcev, povzroči, da se naše telo ob nizkih temperaturah ohlaja še hitreje.

Si predstavljate temperaturo -34 °C? Pomislite na smučanje ob mrzlem vremenu.

OBČUTEK MRAZA PRI HITROSTI VETRA			
0 km/h	18 km/h	16 km/h	54 km/h
0 °C	-8 °C	-15 °C	-18 °C
-10 °C	-21 °C	-30 °C	-34 °C

Primer: Temperatura v brezvetrju je -10 °C. Ko zapihva veter s hitrostjo 18 km/h, ima gornik občutek mraza kot da je -21 °C.

Kdo so reševalci?

Gorska reševalna služba (GRS) deluje v okviru Planinske zveze Slovenija (PZS). Njeni začetki segajo v leto 1912, ko se je v Kranjski Gori ustanovila prva reševalna skupina. Danes je GRS povezana s policijo, Rdečim križem, civilno zaščito, Ministrstvom za obrambo in drugimi organizacijami. Ekipa gorskih reševalcev so sestavljene iz alpinistov, zdravnikov, letalskih posadk helikopterjev policije in vojske, vodnikov reševalnih psov in drugih prostovoljcev, ki so se pripravljene odzvati našemu klicu ob primeru nesreče, ne glede na vremenske razmere, letni čas ali uro dneva.

Obveščevalne točke GRS so vse planinske kočje PZS, posamezne gorske kmetije, turistični objekti v gorah in policijske postaje. Če ocenimo, da potrebujemo pomoč GRS, jih obvestimo na najbližji obveščevalni točki ali jih pokličemo na telefonsko številko 112.

3. OPREMA IN VODNIKI

Kaj sodi v gorniško opremo?

Opremo izberemo glede na zahtevnost ture, vremenske razmere in letni čas. Dodatno moramo biti pozorni na sledečo opremo:

- **Vetrovka in vetrne hlače:** zaščita pred vetrom in dežjem, narejena iz materialov, ki dihajo (goretex, porotex).
- **Topla obleka:** flis iz posebnih tkanin (polartec), ki so vodoprepustne, dihajo in se hitro sušijo; imejmo raje več tanjših kosov, kot enega debelega; kapa, rokavice.
- **Dokumenti:** osebna izkaznica, denar, planinska izkaznica, zemljevidi, vodniki, transverzalna knjižica, svinčnik, ki deluje v vseh vremenskih pogojih.
- **Osnovna oprema:** baterija z rezervnim vložkom in žarnico, žepni nož, piščalka, vžigalice, vžigalnik, sveča.
- **Zaščitna oprema:** sončna očala, sončna krema, zaščita za ustnice, astronavska folija.
- **Oprema za gibanje na zahtevnih poteh in na snegu:** dinamična vrv debeline 5–6 m,



Strela se predstavi;

jakost toka: do 200.000 A

napetost: nekaj milijonov voltov

življenjska doba: približno tri tisočinke sekunde (0,003 s)

temperatura: do 20.000 °C

Kako ocenimo, kako daleč od nas je »tresknilo«?

Grmenje se sliši od 25 kilometrov daleč. Da ocenimo razdaljo, izmerimo čas med bliskom in gromom. Ker vemo, da se zvok širi s hitrostjo 0,34 km (340 m) na sekundo, pomnožimo hitrost zvoka s časom med bliskom in gromom ter tako dobimo razdaljo.

Primer: Če izmerimo čas 10 sekund, ugotovimo, da je strela udarila 3,4 km stran od nas.

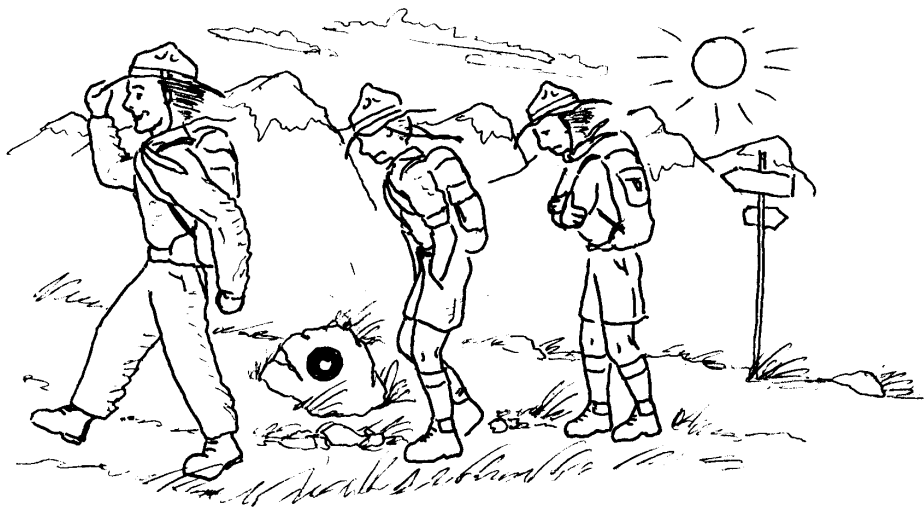
$$L = t \times v = 10 \text{ s} \times 0,34 \text{ km/s} = 3,4 \text{ km}$$

Rek »kot strela z jasnega« naj bo opozorilo, da lahko strela udari zelo nepredvidljivo.

8 mm, 2 vponki z matico, čelada, plezalni pas, cepin, dereze, zložljive pohodne palice.

- **Alpinistična oprema:** poleg opreme za zahtevne poti še plezalna vrv (60–70 m, 9–11 mm), 3–4 vponke z matico, plezalno kladivo, vponke, sklani klini, zatiči, metulji, plezalni čevlji, pomožne vrvice ...
- **Prva pomoč:** obliži (različnih velikosti), 2–3 povoji, sterilna gaza, elastični povoj, trikotna ruta, tablete proti bolečinam.
- **Osebni pribor.**





Kdo so planinski in gorski vodniki?

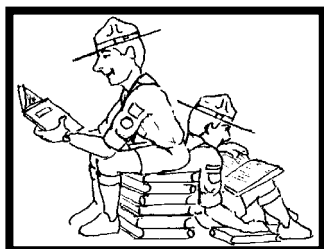
Tako kot nas učitelji naučijo abecedo, tako nas **planinski** in **gorski vodniki** naučijo »skrivnosti« gibanja po gorah. V njihovi družbi je hoja v hribe bolj varna, ob praktičnem prikazu se hitreje in pravilneje naučimo potrebnih veščin, prepustimo jim odločanje ob nepredvidljivih situacijah, pomagajo nam izbrati nam primerno turo, jo pripravijo in izpeljejo.

Planinski vodnik je ljubiteljski vodnik, star najmanj 18 let, ki to postane tako, da ga na tečaj pošlje društvo ali pa se prijavi sam. Po poslušanju obveznih predavanj, opravljenih turah, izpitu in narejeni seminarski nalogi postanejo vodniki pripravniki za določeno kategorijo. Za vsako kategorijo se opravlja svoj tečaj. Po pripravništvu (vodenju petih tur ob vsaj dveh vodnikih, od katerih dobi pozitivno pisno mnenje) šele postane vodnik. Planinski vodnik z (najmanj) A, B in D kategorijo dobi mednarodno licenco.

Kategorije

A, B, C, Č	lahke kopne ture (A), zahtevne kopne ture (B), zelo zahtevne kopne ture (C), kopni plezalni vzponi (Č)
D, E, F	lahke (D), zahtevne (E) snežne ture, zimski plezalni vzponi (F)
G, H	lahki (G), zahtevni (H) turni smuki
I, J, K	ledeniške ture (I), plezalni vzponi (J), turni smuki (K)

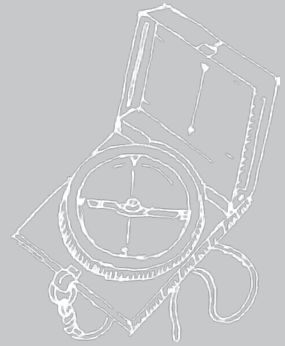
Gorski vodniki se z vodenjem ukvarjajo poklicno (profesionalno), redno ali občasno. Izobraževanje je zelo zahtevno in se izvaja na mednarodnem nivoju. Pot do naziva gorskega vodnika se začne z aktivnim alpinističnim udejstvovanjem. Z gorskim vodnikom se odpravimo na zahtevnejše vzpone, ki so drugače popolnoma v okviru alpinističnih dejavnosti, npr. vzpon po Triglavski steni, obiskovanje vrhov pozimi, vzponi na vrhove v tujini, kot so Grossglockner 3798 m, Mont Blanc 4807 m, Matterhorn 4477 m in mnogi drugi.



Literatura

- U. in A. Stritar: Z otroki v gore: družinski izleti. Ljubljana: Sidarta, 1998.
- T. Golnar: Alpinistična šola. Ljubljana: PZS, 1996.
- J. Drab: Gorniški priročnik: z veseljem in znanjem varno v gore. Ljubljana: PD Lj Matica, 2000.
- T. Mihelič, T. Škarja: Hoja in plezanje v gorah. Ljubljana: PZS, 1984.
- Teze za tečaj za mladinske vodnike. Ljubljana: PZS, 1987.
- S. Kristan: Izletništvo, pohodništvo, gorništvo. Radovljica: Didakta, 1993.
- J. Bele: Proti vrhovom: priročnik za gibanje v gorah. Ljubljana: PZS, 2000.

Orientacija



1. KAJ JE ORIENTACIJA?

Katere vrste orientacije poznamo?

Najbolj poznani in uporabni sta geografska in topografska orientacija.

Pri **geografski orientaciji** določamo predvsem strani neba. Ponavadi določimo samo eno stran neba, najpogosteje je to sever. Strani neba natančno določamo s pomočjo busole ali kompasa, približno pa lahko to storimo tudi s pomočjo sonca, ure, lune, zvezde severnice ter z izstopajočimi objekti in označbami na zemljišču. Ko določimo eno stran neba, ni več težko določiti ostalih strani; če se z obrazom obrnemo proti severu, je desno od nas vzhod, levo zahod ter za nami jug.

Pri **topografski orientaciji** pa določamo stojišče glede na okolico in objekte. Pri tej orientaciji se spoznamo z zemljiščem in okolico, ki nas obdaja. Na zemljišču si določimo orientirje (izrazite objekte v naravi) za lažje določanje smeri gibanja ali stojišča.

2. MERJENJE IN DOLOČANJE RAZDALJ

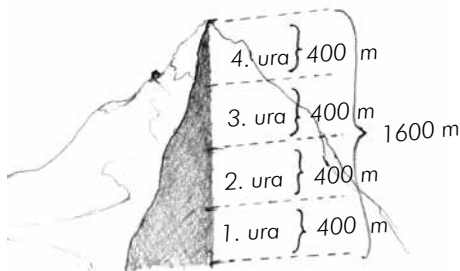
Koliko časa potrebujemo, da premagamo določeno razdaljo?

Najprej s pomočjo zemljevida ocenimo število kilometrov, ki jih je potrebno prehoditi. Ko poznamo približno razdaljo, pa moramo upoštevati še dodaten čas, ki ga potrebujemo za vzpenjanje ali za hojo po težko prehodnem terenu, pri čemer ne smemo pozabiti na čas, ki ga pridobimo s spustom. Pri izračunu časa, ki ga bomo porabili za določeno pot, si pomagamo s spodnjo tabelo. Pri načrtovanju poti računajmo tudi na to, da je hoja v strnjeni skupini navadno počasnejša.

Skupina skavtov sredi gozda. Bliža se noč. Opreme za spanje niso vzeli s seboj, saj so odšli le na enodnevni potep. Nihče ni računal na to, da se lahko izgubijo. Počasi jih začčenja grabiti panika. Kako se že naredi bivak iz vej? Ali pa bi raje našli pot iz gozda?
Skavt brez poznavanja orientacije je kot šotor brez klinov. Ob prvi nevšečnosti se nanj ne moremo več zanesti.

Tabela: Hitrost premagovanja različnih terenov

hoja po ravnem terenu	v eni uri prehodimo med 4 do 6 kilometrov
vzpon	za 300 do 400 m vzpona potrebujemo dodatno uro časa
sestop – zrna strmina	osnovnemu času odštejemo 10 minut za vsakih 300 metrov spusta
sestop – strma pobočja	osnovnemu času prištejemo 10 minut za vsakih 300 metrov spusta



Kako lahko določimo oddaljenost objekta?

Za merjenje kratkih dolžin je pametno poznati svoje **osebne mere** – razdaljo roke od komolca navzdol, razdaljo med členki prstov, širine in dolžine prstov, dlani. Tudi poznavanje dolžine noge je lahko koristna.

V spodnjo tabelo lahko zapišemo nekaj svojih osebnih mer (dolžine podajmo v centimetrih).

Tabela: Moje osebne mere

MOJE OSEBNE MERE	
dolžina stopala	
širina stopala	
dolžina roke - od začetka dlani do komolca	
dolžina mezinca	
dolžina kazalca	
dolžina parnega koraka (gozd)	
dolžina parnega koraka (travnik)	

Kako lahko s korakom izmerimo določeno razdaljo?

Za merjenje razdalje med dvema objektoma, pri tehniki izogibanja oviri ... uporabimo metodo koraka oziroma **parnega koraka**. Korak odraslega človeka je dolg približno **0.75 m** oziroma **1,5 m** v primeru

parnega koraka. Parni korak je dvojni korak, pri katerem najprej stopimo naprej z desno, nato še z levo nogo. Ko se leva noga dotakne tal, smo naredili en parni korak. V praksi se je izkazalo, da je lažje in bolj zanesljivo šteti le dotike ene noge. Da pa to metodo lahko s pridom uporabimo, moramo seveda vedeti, koliko parnih korakov napravimo na razdalji 100 m. Označimo torej razdaljo 100 m, jo šestkrat prehodimo in prešteto število korakov delimo s 6. Dobljeno številko vpišemo na kartonček z osebnimi merami. Dolžina koraka se spreminja v različnih razmerah (hitrost hoje, megla, sneg, vzpenjanje, spuščanje ...), zato je svoj parni korak najbolje izmeriti si v različnih razmerah in okoljih.

Namig izkušenih skavtov: Ne poskušaj si zapomniti števila korakov na celi poti. Raje za vsakih 100 prehojenih metrov v žep vtakni kamenček, napravi vozle na vrstico ali naredi zarezo na palico. Nato za naslednjih 100 metrov ponovno šteje korake od začetka.

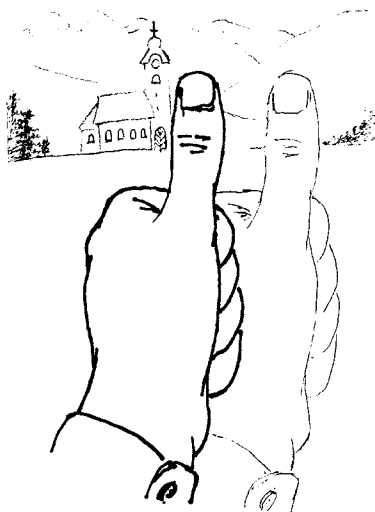
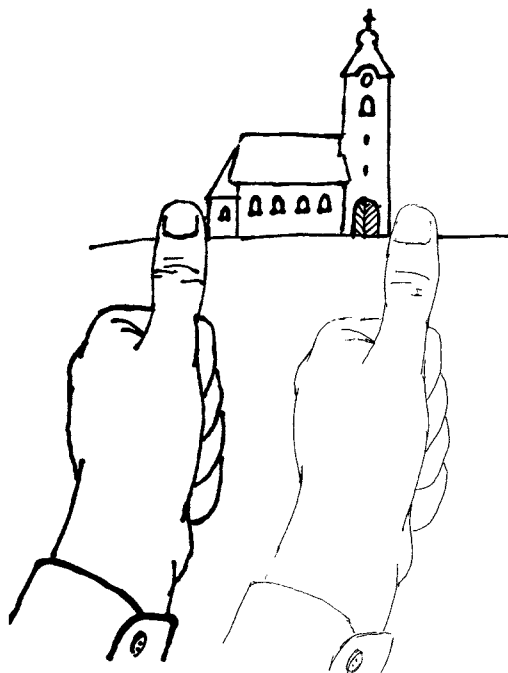


Kako oddaljena je skupina skavtov?

- na 50 m lahko dobro razločimo oči in usta
- na 100 m izgledajo oči kot madeži
- na 200 m še lahko razločimo gumbe in podrobnosti na obleki
- na 300 m še razločimo obraz
- na 400 m razločimo premikanje nog
- na 500 m razločimo barvo obleke

Bliža se nevihta. Nas bo kmalu dosegla?

Če v daljavi zagledamo strelo in nas zanima, kdaj se nam bo približala nevihta, je potrebno oceniti, koliko sekund je poteklo od bliska do groma. Hitrost zvoka je 330 m/s kar velja pri 0°C, medtem ko je pri 20°C več kot 340, zato merjeni ali ocenjeni čas pomnožimo



palčev skok

s 340 m in rezultat je približna oddaljenost nevihte. Čas potovanja svetlobe (bliska) je zanemarljiv, saj blisk potuje s hitrostjo 300 000 000 m/s.

Kako najlažje določimo razdaljo do tiste hiše?

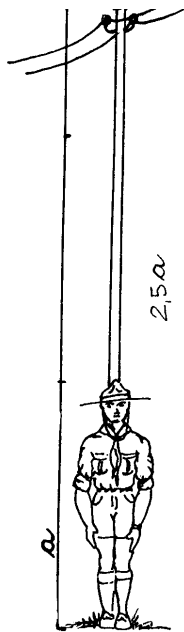
Za določanje razdalj do bolj oddaljenih objektov uporabimo **palčev skok**. Pri palčevem skoku stisnemo pest, iztegnemo roko in dvignemo palec kot za avtostop, da je v ravnini med očesom in objektom, ki ga ocenjujemo. Najprej zapremo levo oko in gledamo le z desnim, nato zapremo desno in gledamo z levim očesom prek palca. Palec pri tem navidezno poskakuje v levo in desno ter tako pokriva širino 7 do 12 m na razdalji 100 m. Širina palca na isti razdalji pokriva približno 4 m.

Primer: Ocenjujemo razdaljo do avtomobila, za katerega vemo, da je dolg približno 4 metre. Če vidimo, da ga pokrijemo s širino palca, potem je od nas oddaljen 100 metrov, če pa ga pokrijemo s polovico palca, potem je avto oddaljen 200 metrov.

Koliko je visok tale jambor? (ocenjevanje višine)

Višino objektov (drevo, jambor, zgradba ...) najlažje izmerimo s primerjanjem z znano višino. Pred telegrafski drog postavimo svojega prijatelja, potem s paličico v iztegnjeni roki izmerimo, koliko njegovih višin pokrije objekt, ki mu želimo določiti višino. Število višin pomnožimo z višino prijatelja in rezultat je višina droga.

Bolj natančno pa višino določimo tako, da primerjamo **velikost sence** znanega objekta in velikost sence objekta, ki mu določamo višino.



Optične prevare pri ocenjevanju razdalj

Kdaj se predmeti zdijo bliže, kakor so v resnici?

- Pri svetli luči, ki sije na predmet.
- Če gledamo preko vode ali snega.
- Če gledamo po bregu navzdol ali navzgor.

Kdaj se nam zdijo predmeti bolj oddaljeni, kakor so v resnici?

- Če se nahajajo v senci.
- Če jih gledamo preko doline.
- Če je ozadje iste barve kot predmet.
- Če opazovalec leži ali kleči.
- Če nad zemljo leži sopara.

Na temnem ozadju se zdi svetel predmet večji kot v resnici, temen predmet na svetlem ozadju pa se zdi manjši.

Višine se zdijo vedno večje, kot so v resnici.

Za pravilno ocenjevanje razdalj, višin ipd. je potrebno precej vaje.

3. ORIENTACIJA BREZ KOMPASA

Kako ukrepamo, ko ugotovimo, da smo se izgubili?

- Ko spoznamo, da ne gremo v pravo smer, se ustavimo in preudarno razmislimo o nastali situaciji.
- Skupina naj pot nadaljuje skupaj, vodstvo pa naj prevzame oseba, ki je najbolj izkušena.,
- Pri orientaciji uporabljamo vsa naša čutila (vid, sluh, vonj), saj lahko odkrijemo sledove naselja, ceste, železnice, kmetije ...
- Izognimo se gosto poraščenim predelom
- Ne spuščajmo se v ozka korita in soteske. Rekam raje sledimo z vrha.
- Ko prispemo na cesto, je ne zapuščajmo.
- Na križišču pojdemo po poti, ki je bolj obljudena.
- Če se približuje noč, začnimo razmišljati o bivakiranju.

Kadar nimamo kompasa, kako se lahko orientiramo?

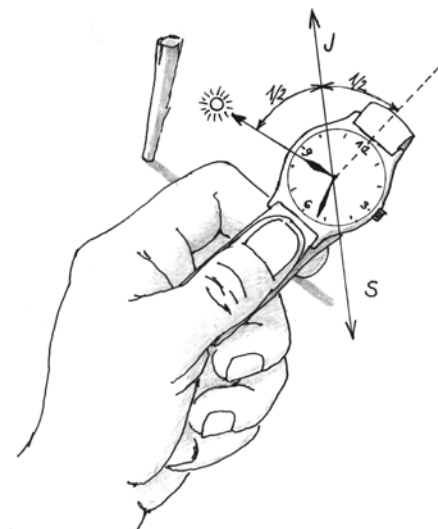
- s pomočjo sonca in ure,
- s pomočjo sonca,
- s pomočjo lune in zvezd,
- po znamenjih na reliefu in vegetaciji,
- po ostalih znakih.

Orientacija s pomočjo sonca in ure

Kadar bi se radi orientirali, pa nimamo kompasa, to lahko storimo s pomočjo **ure** s **kazalci**, vendar le tedaj, ko je na nebu sonce. To naredimo po naslednjih korakih:

1. V tla zapičimo majhno palico, tako da meče senco.
2. Uro položimo na tla, tako da mali kazalec kaže v smeri sence.
3. Na uri poiščemo točko, ki je na sredini med malim kazalcem in 12. uro (v poletnem času med malim kazalcem in 13. uro). Črta iz središča številčnice do te točke kaže proti jugu.
4. Sever leži na nasprotni strani.

Orientacija po soncu



Sonce zjutraj vzhaja na vzhodni strani neba, zvečer pa zahaja na zahodni. Okoli poldneva, ko je najvišje nad obzorjem, je na jugu. To poznavanje nam lahko služi za grobo orientacijo po soncu. Za natančnejšo orientacijo po soncu moramo biti bolj natančni, saj sonce ne vzhaja niti ne zahaja vsak dan v isti točki obzorja.

Orientiramo pa se lahko tudi po sencah, ker je okoli poldneva sonce vedno na jugu, sence predmetov (dimniki, stebri, zvoniki, drevesa ...) pa opoldne vedno kažejo proti severu.

Po vzhodu in zahodu sonca se lahko natančno orientiramo le štiri dni v letu. Spomladi 21. 3. in jeseni 23. 9. vzhaja sonce natančno na vzhodu in zahaja natančno na zahodu. V začetku poletja, ko je pri nas najdaljši dan (okoli 22. 6), vzhaja na SV in zahaja na SZ. Na začetku zime, ko je noč najdaljša (okoli 22. 12.), pa vzhaja na JV in zahaja na JZ.

Znano je, da sonce obkroži Zemljo v 24 urah ter da je ob 12. uri nad jugom** (pri tem moramo biti pozorni na zimski in poletni čas). Če je ob 12. uri nad jugom, je torej ob 6. uri nad vzhodom in ob 18. uri nad zahodom.

Tabela: Položaj sonca glede na strani neba

SMER NEBA	POLETNI ČAS	ZIMSKI ČAS
vzhod	7.00	6.00
jug**	13.00	12.00
zahod	19.00	18.00
sever**	1.00*	24.00*

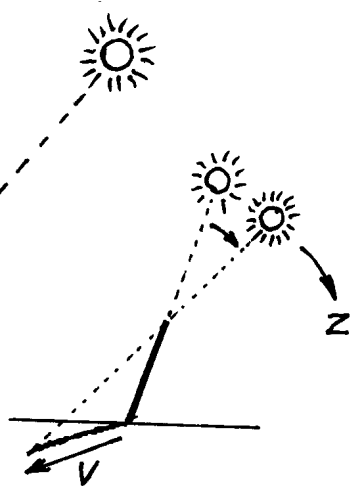
* sonce je pod obzorjem!!

** velja za severno poloblo

Orientacija s pomočjo sence

Ošiljeno palico (količek) zapičimo v tla, usmerjeno direktno proti soncu, tako da palica ne daje nobene sence. Počakamo nekaj minut, da se pojavi senca, ki vedno kaže proti vzhodu.

Pri drugi izpeljanki te iste metode, v tla zapičimo palico dolžine približno pol metra, ki meče senco. Konec sence označimo (s kamenčkom, palčko, ...). Ko preteče 10 minut se bo konec sence premaknil. Če sedaj z levo nogo stopimo na prvotni položaj sence in z desno nogo na trenutnega gledamo naravnost proti severu.



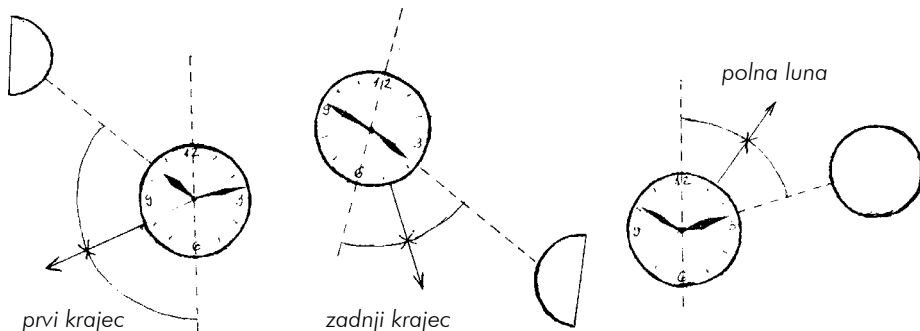
Orientacija po mesecu

Orientacija po mesecu je manj zanesljiva kot orientacija po soncu ali zvezdah.

Tabela: Lunine mene in njihova lega na nebu (ure so podane za zimski čas, za preračun v poletnega moramo prišteti eno uro)

LUNINA MENA	VZHOD	JUG	ZAHOD	SEVER
polna luna	18.00	24.00	6.00	12.00
prvi krajec »D«	12.00	18.00	24.00	6.00
zadnji krajec »C«	24.00	6.00	12.00	18.00
mlaj	6.00	12.00	18.00	24.00

Branje tabele: Če je polna luna in je ura 12.00, je mesec na severu.



Orientacija po zvezdah

Ponoči se lahko orientiramo po zvezdah, če je le nebo jasno. Da se tega naučimo, potrebujemo nekaj časa, da zvezde opazujemo in v njih začnemo prepoznavati dogovorjene oblike. Lahko pa najdemo tudi svoje oblike in ugotovimo, kako bi se po



njih lahko orientirali. Ko se v orientaciji po zvezdah že malo izurimo, za okvirno orientacijo zadostuje katera koli zvezda.

Na **severni polobli** nam najbolj prav pride **zvezda Severnica**, ki leži blizu severnega nebesnega pola, zato z njeno pomočjo določimo sever. Severnico običajno iščemo s pomočjo drugih ozvezdij, ki so hitreje prepoznavna. V različnih letnih časih lahko za določanje smeri neba poiščemo tudi druge zvezde.

Za orientacijo na **južni polobli** je potrebno malce več iznajdljivosti, ker ni zvezde, ki bi bila zelo blizu južnemu nebesnemu polu, tako kot je na severu Severnica. Med najbolj znana ozvezdja za orientacijo na južni polobli sodi **Južni križ**.

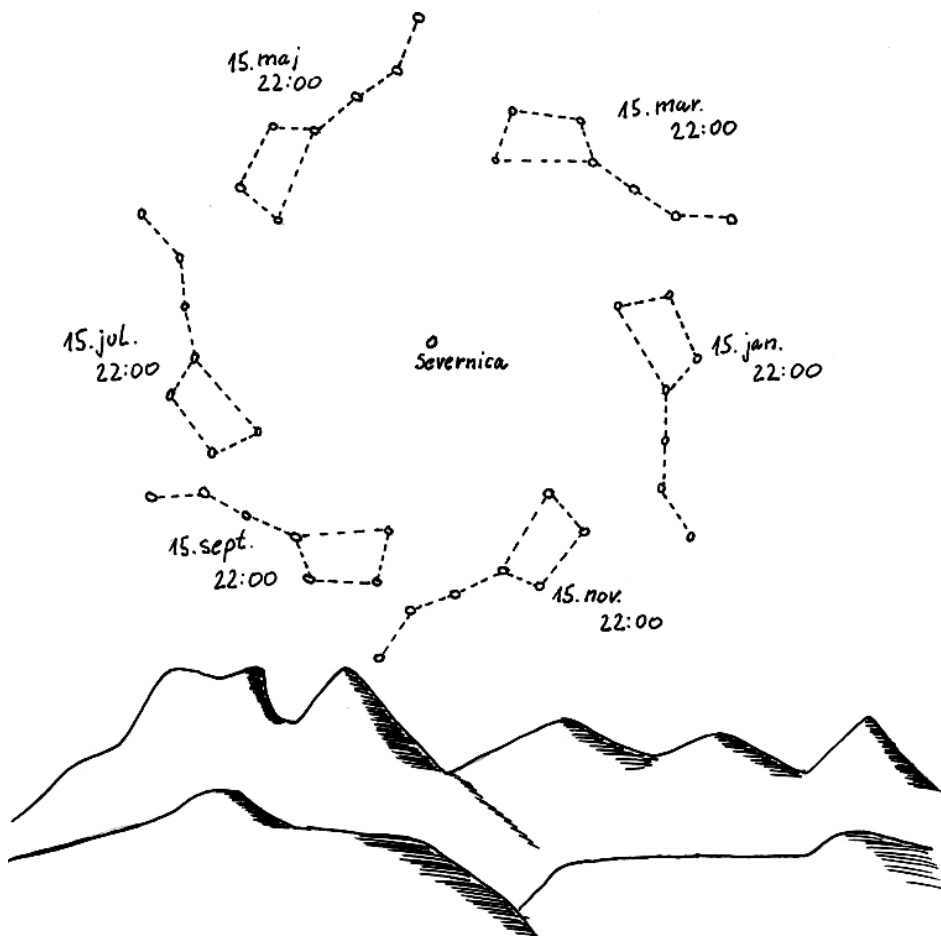
Za orientacijo po zvezdah je potrebno vedeti, da se Zemlja premika, zato ozvezdij ne vidimo ves čas na istem mestu. Navidezno se vrtijo okoli Severnice v smeri nasproti urinega kazalca. Vsako noč in v vseh letnih



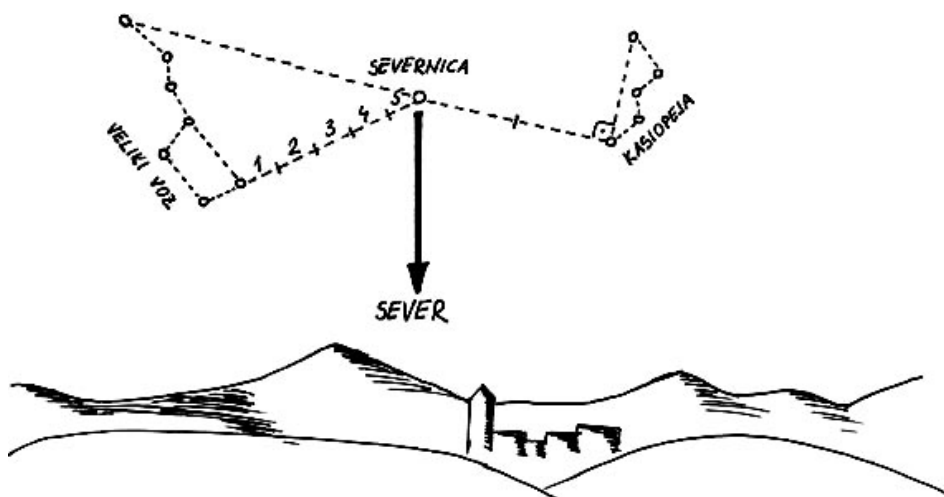
časih spreminjajo svojo lego. Veliki voz je tako jeseni ob 21.00 čisto pri tleh in se ponoči dviguje nad Severnico, spomladi pa je ob isti uri nad našo glavo in se ponoči spušča proti tlam, pod Severnico. Zato si z nekaterimi ozvezdji lahko pomagamo le v letnem času, ko so nad obzorjem, nekatera ozvezdja (npr. Veliki voz, Kasiopeja) pa so nad obzorjem ves čas. Zanimivo je, da se vse v vesolju premika tako, da ozvezdij ne vidimo ves čas na istem mestu, le da se to opazi šele po mnogo letih in ne za časa enega življenja. Tako gledamo zvezdo Severnico kot najbližjo severu zdaj, včasih pa so bile to druge zvezde in bodo tudi v prihodnosti.

Mali voz

Ozvezdje Malega voza je sestavljeno iz 7 zvezd v obliki voza. Prva zvezda vlečnega droga je Severnica, ki leži v smeri severa – od nje potegnesh črto pravokotno na obzorje in tam, kjer se stikata obzorje in namišljena črta, je sever. Vendar so zvezde Malega voza bolj šibke, zato niso vedno vidne. Nekatera druga ozvezdja so sestavljena iz bolj svetlih zvezd in nam lažje pomagajo pri iskanju Severnice.



Veliki voz v različnih letnih časih



kako poiščemo severnico z Velikim vozom in Kasiopejo

Veliki voz

To je ozvezdje, s katerim običajno poiščemo Severnico. Sestavljeno je iz 7 precej svetlih zvezd v obliki voza in nikoli ne zaide. Razdaljo med zadnjima dvema zvezdama v vozu (imenujeta se α in β) prenesemo v smeri nad vozom skoraj petkrat. Tam se nahaja svetla zvezda Severnica. Zelo natančno oko bo videlo, da namišljena črta ne zadane točno Severnice, vendar je dovolj blizu, da Severnico prepoznamo.

Kasiopeja

Še eno ozvezdje, ki nikoli ne zaide. Sestavljeno je iz 5 zvezd v obliki črke W ali M, odvisno, kako je obrnjeno. Leži v Rimski ali Mlečni cesti (svetlejši trak, ki poteka po nebu), skoraj nasproti Velikemu vozu glede na zvezdo Severnico. Med prvo in zadnjo zvezdo potegnemo črto in nanjo naredimo pravokotnico iz prve zvezde (če vzamemo, da je v obliki črke W). Na pravokotnico nanese približno dvakratno razdaljo med obema zvezdama in tako pridemo do Severnice.

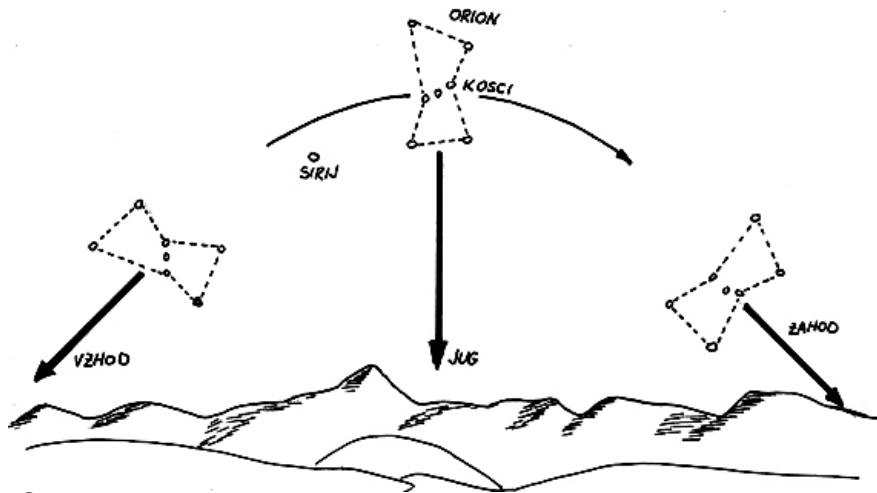
Prva zvezda v vlečnem drogu Velikega voza, Severnica in prva zvezda v Kasiopeji ležijo v skoraj ravni črti.

Orion

Na Mlečni cesti so še druga ozvezdja, s katerimi lahko določimo smeri neba. Najdemo jih lahko tako, da sledimo svetlemu traku po nebu. Eno najbolj znanih je Orion, tik zraven Mlečne ceste, ki ga vidimo tako na severnem kot na južnem polu. Na severnem polu z njim določimo vzhod, zahod ali jug, zvečer pa je viden med oktobrom in aprilom (sredi noči je viden že avgusta).

Najbolj vidnih je 7 zvezd. Pri orientaciji pomagajo srednje 3, ki jim pri nas rečemo Rimščice ali Kosci, nekateri narodi jih imenujejo Tri Marije. Kosci vzhajajo skoraj točno na vzhodu, čez 6 ur so najvišje in takrat kažejo jug, čez nadaljnjih 6 ur pa zahajajo blizu zahoda. Vzhod lahko določiš tudi še potem, ko se Orion dviguje – potegneš črto levo od sredine Koscev pod kotom 45° proti obzorju in kjer črta pride do obzorja, je vzhod. Pri zahajajočem Orionu potegneš črto na desno stran od sredine Koscev pot kotom 45° in tako določiš zahod.

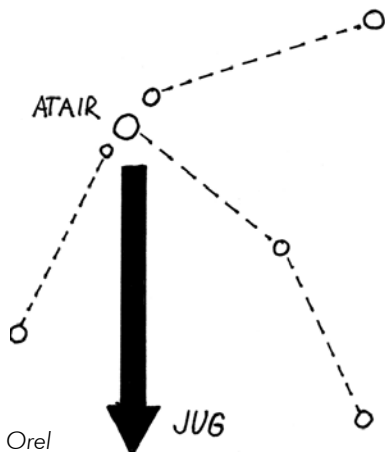
Če med Kosci potegneš črto in jo podaljšaš v levo, prideš do najsvetlejših zvezd na nebu, do zvezde Serij, ki leži v ozvezdju Velikega psa.



Orion

Orel

Pri ozvezdju Orla, ki leži na Mlečni cesti, si z njegovo najsvetlejšo zvezdo Atair lahko pomagamo tako kot s Kosci v Orionu. Atair namreč vzhaja blizu vzhoda in zahaja blizu zahoda. Konec aprila vzhaja opolnoči in proti koncu oktobra zahaja opolnoči.

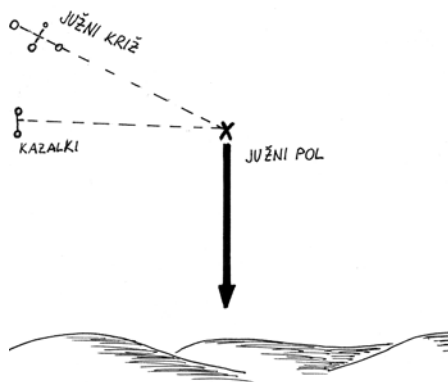


Orel

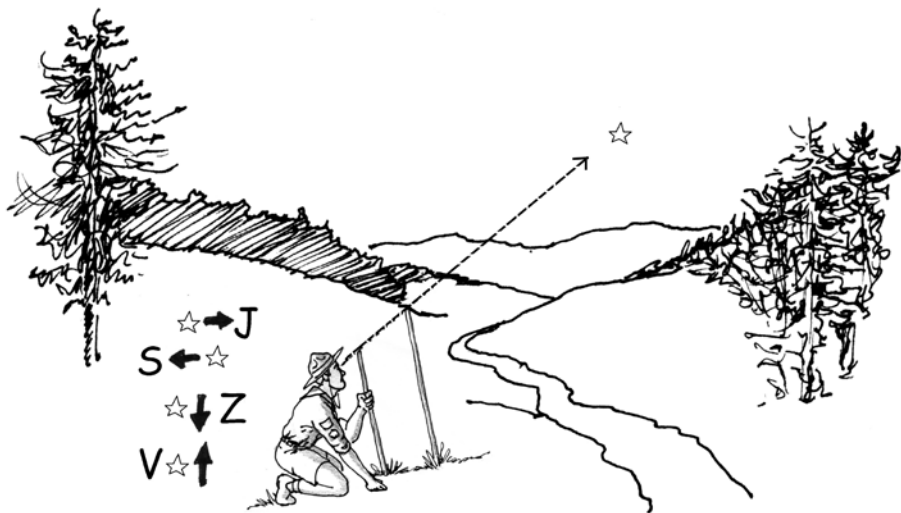
Južni križ

Južni nebesni pol določimo malo težje kot severnega, ker se v bližini ne nahaja nobena zvezda. Pri tem nam pomaga ozvezdje Južnega križa, ki ga najdemo ravno tako na Mlečni cesti, le da na južnem delu. Zavede nas lahko ozvezdje Lažni križ, vendar ima Južni

križ na svoji levi temno packo, ki se imenuje Vreča oglja – to so gosti oblaku prahu, ki zastirajo pogled na zadaj ležeče zvezde. Poleg tega ležita na Mlečni cesti tudi dve zvezdi, ki ju v angleščini imenujejo »The Pointers«, Kazalki (Hadar in Rigil Kentauri), saj kažeta, kje najdemo Južni križ. Ko ga najdemo, povežemo zvezdi, ki imata daljšo razdaljo, in to črto podaljšamo. Namišljena črta se seka z namišljeno črto, ki jo potegnemo še od Kazalk – na mestu, kjer se sekata, je južni nebesni pol. Od tam potegnemo črto proti obzorju in tako določimo jug.



Južni križ



orientacija po eni zvezdi

Orientacija po eni zvezdi

Za okvirno določitev smeri neba si na Zemlji določimo dve točki (z majhno razdaljo, ne preveliko) ali postavimo dve palici in opazujemo zvezdo, ki jima je blizu. Predvsem opazujemo smer gibanja zvezde, ker nam to gibanje lahko pokaže smeri neba. Če se zvezda dviguje, je na vzhodni strani, če se spušča, je na zahodni. Če gre proti desni, je na jugu, in če gre proti levi, je na severu. Na južni polobli je obratno.

Orientacija po reliefnih znamenjih in vegetaciji

Pri orientaciji po reliefnih pojavih ali vegetaciji gre za razne pojave, ki so posledica delovanja sonca. Tudi orientacija po teh znamenjih ni tako zanesljiva kot orientacija po soncu in zvezdah.

Severna stran navpičnih predmetov ni nikoli obsijana s soncem. Zato včasih opazimo:

- **Mravljišča** v večini primerov ležijo na južni strani dreves.
- **Mah** leži na severni strani dreves, skal ali ruševin (to ne drži vedno, saj mah v primernih pogojih raste tudi krog in krog debla, od vrha do tal, ponekod pa sploh ne

raste).

- **Severne stene** poslopj so včasih vlažne, na njih se lahko nabira soliter v obliki belih oz. sivih madežev.

Sonce vpliva na rast rastlin:

- Nekatero rastline so **obrnjene proti sončni strani** (npr. cvet sončnice).
- Drevesa imajo običajno **redkejšo letnico** na južni strani (na gostoto letnic vpliva tudi veter ter relief in struktura tal).

V hribih ločimo severno pobočje od južnega:

- Na severnem **sneg obleži precej dlje** kot na južnem.
- Severna pobočja so večkrat **manj porasla in bolj strma**. To je zaradi geološkega nastanka gora, značilnost Slovenije. Vedno moramo biti pozorni, kako so na določenem področju nastale gore. O tem se pozanimamo pred odhodom na določeno področje.
- **Drevesa** na severnih pobočjih rastejo počasneje kot na južnih.
- **Gozdna meja** in ostali vegetacijski pasovi na severnih pobočjih ležijo nižje kot na južnih.
- **Planine in travnate senožeti** so praviloma domene južnih pobočij.

Ponovno je potrebno opozoriti, da so te metode **nenatančne** in da se na njih težko zanesemo. Našteti pokazatelji veljajo le v nekaterih idealnih razmerah. Na primer, veliko večji vpliv na širino letnic ima relief in struktura tal kot pozicija neba. **Te metode naj se ne uporabljajo za orientacijo**, lahko pa skavtu/inji popestrijo sprehod skozi naravo, ko opreza za naštetimi znaki.

Orientacija po znamenjih urbanizacije in načinu gradnje

- Ponoči, zlasti pri oblačnem nebu (visoka in srednja oblačnost), opazimo **odsev luči večjih naselij**.
- Nekateri **objekti** imajo v prostoru posebno lego zaradi tradicije ali religije. Oltarji pravoslavnih cerkva so npr. večkrat obrnjeni proti vzhodu, katoliški pa proti zahodu. Pri džamijah je minaret navadno na jugu, vhod pa na severu. Na jug je po tradiciji obrnjen tudi spomenik muslimanskega groba, medtem ko so starejši krščanski grobovi obrnjeni v smeri vzhod – zahod.

4. BRANJE KARTE

Kaj je karta?

Zemljevid ali **geografska karta** je pomanjšana grafično ponazorjena risba dela zemeljskega površja, gledanega iz zenita (iz višine pravokotno na zemeljsko površje) in prenesenega na ravno ploskev. Karta je osnoven pripomoček pri spoznavanju zemeljskega površja in razlaganju pojavov in njem.

Katera karta je najprimernejša za skavtske potepe?

Za orientiranje v naravi je najboljši pripomoček večbarvna **topografska karta**

(TK) v merilu **1 : 25.000**, na kateri so prikazani vsi značilni elementi izbranega območja. Uporabimo lahko tudi topografske karte v merilu **1 : 50.000** ali **1 : 100.000**, na katerih je prikazano večje območje, a zato manj podrobno.

Kaj nam pove merilo?

Merilo nam pove, kolikokrat je neka razdalja na zemljevidu manjša od razdalje v naravi. Večje je merilo (npr. **1 : 5.000** imenujemo veliko merilo, **1 : 100.000** je srednje merilo in **1 : 1.000.000** je majhno merilo), bolj podrobna in natančna je karta. Vedno se vprašamo, koliko je 1 cm na karti »dolg« v naravi. (Če je merilo karte **1 : 50.000**, je 1 cm na karti dolg 50.000 cm v naravi.) Odgovor v metrih pa dobimo, če delitelj (drugi številki pri merilu) odvezemo 2 ničli.

Primer: Če merilu **1 : 25.000** odvezemo 2 ničli, dobimo, da je 1 cm na karti enak 250 m v naravi.

Merilo, napisano na spodnjem robu karte, je lahko podano kot:

- številčno merilo,
- grafično merilo ali
- opisno merilo.

Kaj je številčno merilo?

Številčno ali numerično merilo je napisano v obliki razmerja (**1 : 50.000**) ali ulomka (**1/50.000**). Število 1 pomeni enoto dolžine na karti, 50.000 pa pove, kolikokrat je razdalja v naravi večja kot pri prikazu na karti.

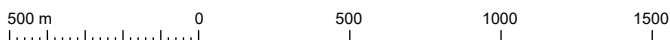
Tabela 4: Merilo in razdalje

MERILO	RAZDALJE
1 : 25.000	1 cm na karti je 250 m v naravi
1 : 50.000	1 cm na karti je 500 m v naravi
1 : 100.000	1 cm na karti je 1000 m v naravi

Opozoriti moramo, da številčno merilo velja le v primeru originalne karte. Pri fotokopiranju zemljevidov, se le ti navadno pomanjšujejo in povečujejo, kar rezultira v neveljavnem številčnem merilu.

Merilo 1 : 25 000

1 cm na karti ustreza 250 m v naravi



Kaj je grafično merilo?

Grafično merilo je na kartah prikazano kot daljica z naneseno in oštevilčeno razdelitvijo.

Je bolj praktično za uporabo, saj z neposrednim prenašanjem razdalje s karte na merilo dobimo razdaljo v naravi.

Kaj je opisno merilo?

Opisno ali neposredno merilo je podano z besedno razlago. Primer: 1 mm na karti merila 1 : 50.000 je 50 m v naravi. Če karto pri fotokopiranju povečujemo in manjšamo, opisno merilo ne velja v kolikor podaja informacijo na enak način kot numerično.

PRIMER: Na karti v merilu 1 : 25.000 smo od točke A do točke B izmerili 8 cm in 7 mm. Koliko je to v naravi?

$$\begin{array}{r} \text{Račun:} \quad 8 \times 250 \text{ m} = 2\,000 \text{ m} \\ \quad \quad 7 \times 25 \text{ m} = 175 \text{ m} \\ \hline \text{skupaj} \quad 2\,175 \text{ m} \end{array}$$

Odgovor: Od točke A do točke B je 2.175 metrov.

Ali so vsi objekti na karti narisani v točno določenem pomanjšanem merilu?

Ne, saj bi se v nekaterih primerih zaradi pomanjševanja lahko zgodilo, da manjši, a pomembni objekti na kartah ne bi bili vidni. Če bi na karti z merilom 1 : 25.000 risali pot tako pomanjšano, kot rišemo teren, bi bila široka desetinko milimetra! Zato ponavadi narišemo širšo. Temu postopku pravimo **generalizacija** ali **redukcija**.

Hiše, posebej posamezne, so močno povečane. Posamezni še manjši objekti, na primer spomeniki, pa so prikazani s posebnimi znaki (pogojni znaki), ki so pojasnjeni v legendi karte.

Kaj vse je prikazano na karti?

Na topografskih kartah so prikazani naslednji osnovni elementi:

- relief
- vodovje
- poraslost

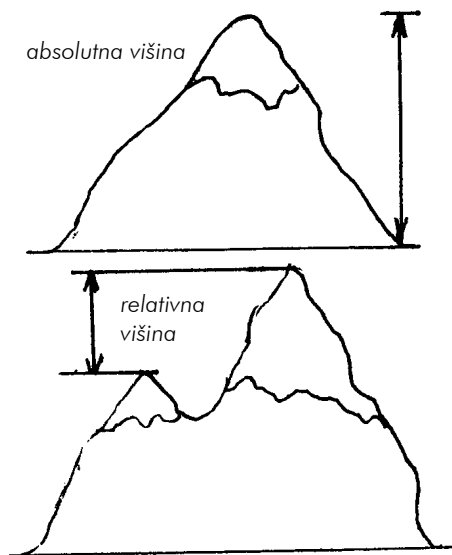
- komunikacije
- posamezni objekti in naselja
- trigonometrične točke
- koordinatne mreže
- medokvirna in izvenokvirna vsebina
- topografski znaki
- uporabnost karte

Kako razgiban je teren?

Bistveno za poznavanje reliefa je obvladanje višinskih razlik in absolutnih višin.

Absolutna ali nadmorska višina je v metrih merjena navpična razdalja med povprečnim nivojem morske gladine, ki si jo predstavljamo podaljšano pod kopnim, in izbrano točko.

Razlika med dvema absolutnima višinama je **relativna višina** ali **višinska razlika**.



Kaj so plastnice?

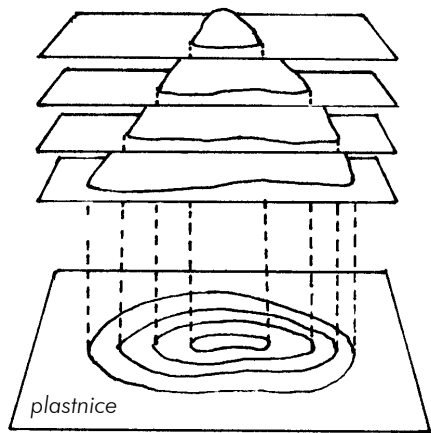
Relief je na topografskih kartah prikazan s plastnicami in kotami, včasih pa tudi s senčenjem.

PLASTNICE (izohipse, horizontale) so neprekinjene krive črte, običajno rjave barve, ki povezujejo vse točke z enako nadmorsko višino. Nastanejo tako, da npr. hrib presekamo z vodoravnimi, med seboj enako oddaljenimi ravninami.

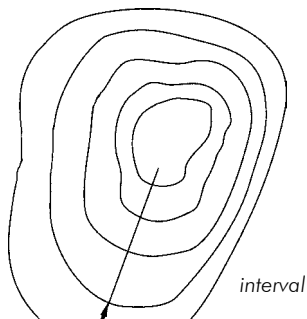
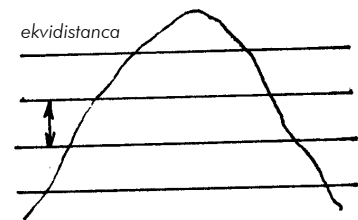


Navpično razdaljo med dvema sosednjima plastnicama imenujemo ekvidistanca (E). V naravi pomeni višinsko razliko med višinami, ki jih predstavljajo plastnice. Velikost ekvidistance je odvisna od merila topografske karte in je:

- na kartah merila 1 : 25.000 $E = 10 \text{ m}$
- na kartah merila 1 : 50.000 in 1:100.000 $E = 20 \text{ m}$
- na kartah merila 1 : 200.000 $E = 100 \text{ m}$



Najkrajša razdalja med dvema sosednjima plastnicama, merjeno na karti v pravokotni smeri, je **interval (i)**. Velikost intervala je odvisna od strmine reliefa. Čim večja je strmina, manjši je interval in obratno.



Na kartah razlikujemo osnovne, glavne in pomožne plastnice.

Osnovne plastnice odgovarjajo celotni vrednosti ekvidistance. Na kartah so prikazane s tanko neprekinjeno krivo linijo (rjave barve).

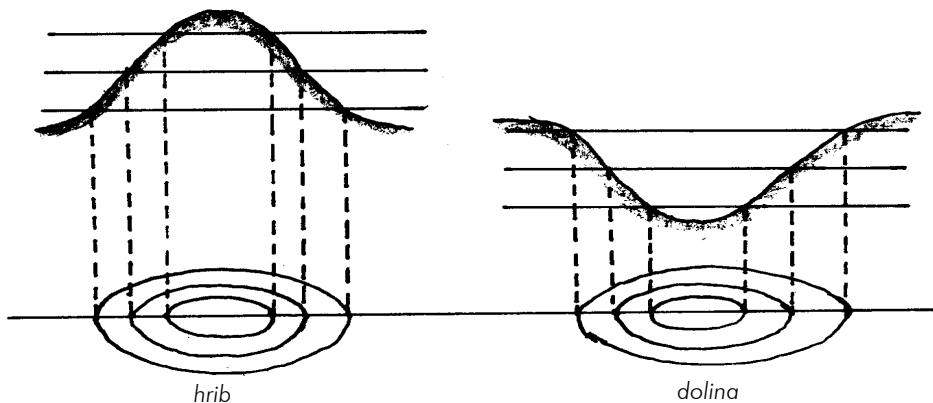
Glavne plastnice odgovarjajo večkratni vrednosti ekvidistance. Na kartah so prikazane kot neprekinjene debelejšje rjave linije. Nekatere imajo vpisano tudi nadmorsko višino.

Pomožne plastnice odgovarjajo $\frac{1}{2}$ ali $\frac{1}{4}$ vrednosti ekvidistance in se ne uporabljajo na običajnih kartah. Navadno so prekinjene (črtkane) črte, prikazane le na določenih predelih vzpetin.

Kako si s plastnicami pomagamo?

Za lažje **branje reliefa** s pomočjo plastnic moramo poznati nekaj pravil:

1. Vse točke ene plastnice imajo enako nadmorsko višino, kar pomeni, da se plastnice ne morejo križati. To so zaprte krive črte.
2. Oblika reliefa je tem višja, čim več plastnic jo prikazuje. Število plastnic določa višino, interval pa strmino.
3. Plastnica, ki se zapira na majhnem prostoru, predstavlja vrh ali vrtačo. Pri vrtači je znotraj zadnje plastnice vpisan znak minus (-).
4. Grebeni in doline so prikazani kot ostri zavoji plastnic. Za lažje razlikovanje grebenov in dolin uporabljamo padnice, in sicer na zunanji ali notranji strani zavoja. Padnica je črtica, ki se dotika plastnice na tisti strani, kjer relief pada.
5. Relief vedno pada proti tekočim in stoječim vodam in v smeri vodnega toka.
6. Podrobnosti reliefa, ki se ne morejo prikazati s plastnicami (zelo strma pobočja, melišča, majhne vrtače, udornice), se prikazujejo s posebnimi pogojnimi znaki.



Kaj so kote?

KOTE so točke na zemljišču, za katere je določena nadmorska višina. Na zemljišču so to ponavadi markantni objekti (križišča, zgradbe, mostovi ...). Prikazane so z večjo črno točko (•) ali z objektom in dopisano nadmorsko višino.

Kako na karti prepoznamo vodne površine?

Na kartah je vodovje (vodotoki, vodne površine, naravno in umetno zgrajeni vodni objekti) običajno tiskano v modri barvi.

Kako vemo, ali je območje poraščeno?

Gozdovi, grmičevje, žive meje, skupine dreves, posamezna drevesa, nasadi (sadovnjaki, vinogradi, hmeljišča) in drugo rastlinje je na kartah prikazano z odgovarjajočimi pogojnimi znaki (v zeleni in rjavi barvi). Prikazana je tudi vrsta tal (kamnita, močvirna).

Kako so na kartah prikazani objekti, naselja ter komunikacije?

Zgradbe, ki so pomembne za orientacijo in jih je naredila človeška roka, so črne barve.

Naselja so na kartah razdeljena na mesta, vasi in kraje začasnega bivanja (vikendi, kolibe).

Na topografskih kartah so prikazane tudi železniške proge, avtomobilske ceste, poti in steze ter objekti na cestah in železnicah.

Kaj nam pove kamnito ali betonsko znamenje na zemljišču, ki ima na zgornji površini vklesan križ ali luknjico?

To je **trigonometrična točka**. Gre za geodetsko točko, za katero je določen natančen položaj in nadmorska višina, njeno mesto pa je trajno obeleženo na zemljišču. Trigonometrične točke so označene z betonskimi stebri, ki so pogosto zaraščeni ali pa je površina tako poškodovana, da jih le težka najdemo.

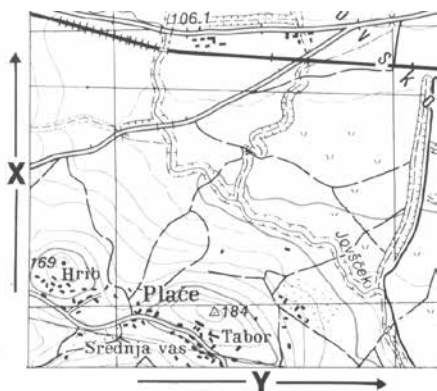
Na karti sta prikazani 2 koordinatni mreži. Kaj predstavljata? (za PP)

Na topografskih kartah srednjega in velikega merila sta prikazani dve med seboj odvisni koordinatni mreži:

- geografska
- pravokotna

Geografska mreža je prikazana v obliki geografskega okvirja lista karte, minutne razdelitve in mreže poldnevnikov in vzporednikov (ne velja za karto merila 1 : 25.000).

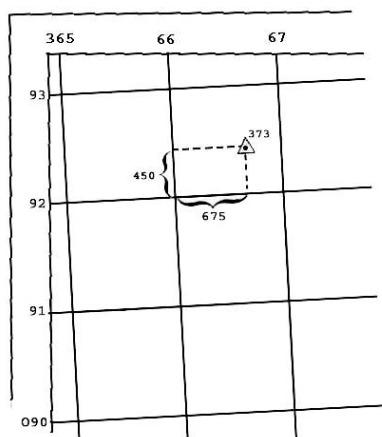
Pravokotno koordinatno mrežo v ravnini določata dve premici – koordinatni osi, ki se med seboj sekata pod pravim kotom. Njuno presečišče se imenuje koordinatno izhodišče. Koordinatna os, ki ima vodoraven položaj, je ordinata ali **Y** os, navpična os pa abscisa ali **X** os. Pozitivna smer osi je desno za **Y** os in navzgor za **X** os.



Mrežo tvorijo vzporednice obeh osi. Razdalja med njimi je odvisna od merila karte, na topografskih kartah odговarja celemu številu kilometrov v naravi.

Primer: Na TK merila 1 : 25.000 pomeni razdalja 4 cm (med vzporednicami v kilometrski mreži) v naravi 1 km.

Številke na robovih kart, ki so pripisane koordinatni mreži, pomenijo vrednost abscise in ordinate v koordinatnem sistemu. Mreža nam omogoči natančno določanje vsake točke na karti. Primer uporabe najboljše razumemo, če proučimo sliko.



Kota 373 je v kvadratu, ki ga omejujejo kilometri 66 in 67 smeri y in kilometri 92 in 93 v smeri y. Dogovorimo se, da predstavlja kvadrat vedno točka v skrajnem levem in skrajnem spodnjem kotu kvadrata. Ta ima koordinate y 66 in x 92. Pri navajanju kvadrata najprej navedemo ime karte (nahaja se na zgornjem desnem robu) in nato še koordinate kvadrata. Za naš primer: karta DOLSKO, kvadrat 6692.

Položaj kote 373 določimo tako, da najprej določimo odmik kote 373 od y in x osi. V našem primeru znaša odmik od y osi 675 m in odmik od x osi 450 m. (To metrsko razdaljo izračunamo tako, da z ravnilom na karti izmerimo razdaljo v milimetrih. Nato jo pomnožimo z merilom karte in delimo s 1000.)

Položaj kote podajamo z imenom kote in petmestnimi številčkama. Prvi dve mesti predstavljata oznako kvadrata, ostala tri mesta pa so odmik od osi. PRIMER:

KOTA 373 (66675, 92450)

Za matematike je zamenjava osi x in y nekoliko nerodna, a jo je treba razumeti. To je posledica uporabe Gauss-Krügerjeve projekcije za topografske karte. Koordinata x pomeni razdaljo od ekvatorja, koordinata y pa, povečano za 500.000 km (da ne bi imeli negativnih števil), razdaljo od izbranega poldnevnikarja (pri nas 15.).

Kaj vse je prikazano znotraj okvirja in kaj izven okvirja karte?

Ker ima karta običajno dvojni okvir, opis delimo na dve skupini:

- **Medokvirna vsebina** na vseh kartah ni enaka. Običajno so vedno podane: geografske koordinate, koordinate pravokotne koordinatne mreže, podatki o večjih krajih na sosednjih listih.
- **Izvenokvirna vsebina** vsebuje elemente, ki nudijo potrebne podatke o karti. Ti so: nomenklatura karte (ime in številčna oznaka), podatki o projekciji, kartometrični podatki (merilo, ekvidistanca, magnetna deklinacija itd.), kolofon založnika (lastnik karte, založnik, leto izdelave, dopolnitve), skica zveze s sosednjimi listi in legenda.

	Reka, širša od 5 m z otokom		Kota, sedlo
	Reka, potok -ožji od 5 m -občasna		Izohipse (plastnice)
	Prekop, širši od 5 m		Nasip -večji
	Prekop ali struga, ožja od 5 m		-manjši
	Jezero, lokev		Kras (vrtače)
	Prehodno močvirje -s trstičjem -brez trstičja		Skalovje, melišče, ledenik
	Težko prehodno močvirje, neprehodno močvirje		Osamljena skala, jarek
	Slap, jez, kaskada		Podzemna jama -z vodo -brez vode
	Izvir, močan izvir, ponikalnica		Brezno, kup kamenja
	Vodnjak, črpališče, vodohran		Trigonometrična točka
	Cisterna -s staino, -z občasno vodo, vodohran na stolpu		Park, grmovje, osamljeno drevo
	Svetilnik, boja za privez		Drevored, težko prehodno bodičasto grmovje
	Sidrišče za velike ladje, za majhne ladje		Igljast, listnat, mešan gozd
	Pomol, soline		Sadovnjak, vinograd, hmeljišče
	Dvotirna železniška proga, - elektrificirana		Mejniki, državna meja
	Enotirna železniška proga, -elektrificirana		Zgradba, blok zgradb, ruševina
	Železniška postaja		Planinski dom, stan, baraka p.l.d.
	Žičnica, vzpenjača		Cerkev, samostan, kapela
	Avtocesta, cesta v gradnji		Versko znamenje, osamljen grob
	Cesta, rezervirana za promet z motornimi vozili		Spomenik, spominska plošča
	Cesta z -brezprašnim voziščem -gramoznim voziščem		Grad, trdnjava, razvalina
	Boljši kolovoz, slabši kolovoz		Pokopališče, razgledni stolp
	Steza, pešpot		Kozolec, silos
	Predor, galerija		Ograja -zidana -žična
	Most -na stebrih -brez stebrov		Lesen plot, živa meja
	Brv, prepust		Tovarna -z dimnikom -brez dimnika
	Letališče		Rudnik, opuščen rudnik
	Daljnovod, antenski steber		Kamnolom, gramoznica
			Hydroelektrarna, termoelektrarna

20
15
10
9
8
7
0 cm

Kaj pomenijo posamezni znaki na karti?

To so **topografski znaki** oz. dogovorjeni simboli, ki ponazarjajo različne terenske objekte in pojave. Prilagojeni so merilu karte in pojasnjeni v njeni legendi.

Koliko časa je karta uporabna?

Podoba terena se z razvojem prometne mreže, novimi gradnjami, z rušenjem in izginjanjem starih objektov hitro spreminja. Zato je zelo pomemben podatek o **reambulaciji karte**. Ta nam pove, kdaj je bila karta nazadnje dopolnjena.

5. KOMPAS

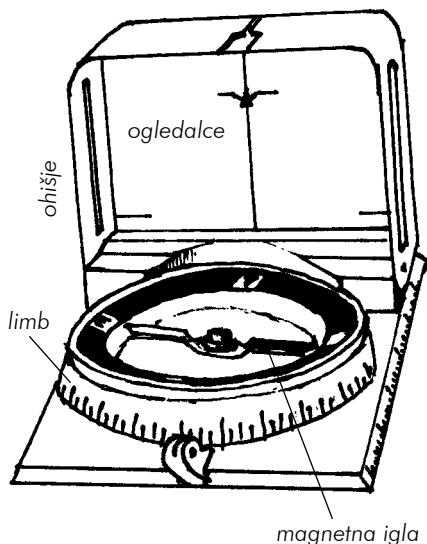
Kako je kompas sestavljen?

Navaden kompas sestavljajo ohišje, magnetna igla, limb ali vetrovnica in ogledalce. **Ohišje** je običajno iz nemagnetne (neželezne) snovi. Služi predvsem zaščiti ostalih delov kompasa, na strani pa ima lahko označeno merilo vizirja. **Magnetna igla** je glavni del kompasa. Za pravilno delovanje se mora igla prosto gibati, v bližini kompasa pa ne sme biti magnetov ali kovinskih predmetov. Magnetna igla kaže v smeri sever - jug (severni del igle je navadno bolj poudarjen).

Limb je vrtljivi del kompasa. V njem je magnetna igla, na obodu pa je razdelitev po stopinjah, ki nam služi za določitev azimuta. Polni krog je 360 ločnih stopinj. Nekateri kompasi (M53) pa imajo tudi razdelbo v tisočih. Cel krog vsebuje 6400 tisočink.

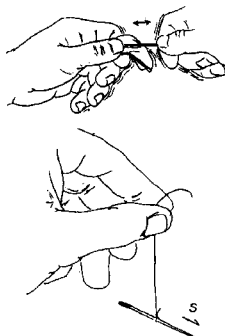
Del kompasa je navadno tudi **ogledalce**, ki nam pomaga pri natančnejši določitvi azimuta.

Sever ni en sam in enoten pojem, temveč je v tej besedi nekakšna trojnost. Ločimo magnetni sever, ki ga kaže igla kompasa, geografski sever, ki predstavlja namišljeno točko, v katero je vpeta zemeljska os (geografski severni tečaj), in projekcijski sever, ki ga nakazujejo navpične linije pravokotne geografske mreže na topografski karti. V Sloveniji lahko te razlike zanemarimo, saj razlika znaša približno 1,5 stopinje.



Kako naredimo preprost kompas?

Iz pribora za šivanje vzamemo iglo in konček sukanca. Z ostrim delom igle nekajkrat potegnemo po suhi tkanini, iglo pa na sredini privežemo na sukanec. Če potem držimo za sukanec, se bo igla obmila v smeri sever - jug. Kateri konec igle kaže na sever, pa ugotovimo po drugih naravnih znamenjih (sonce, zvezde ...). Iglo vedno vlečemo v isti smeri - stran od sebe. Enak učinek dobimo, če z iglo drsamo po magnetu, prav tako samo z enim koncem in samo v eno smer. Pomembno je vedeti, da bomo sever videli v povsem napačni smeri, če bomo to počeli v bližini kakega železa ali električnega daljnovoda.



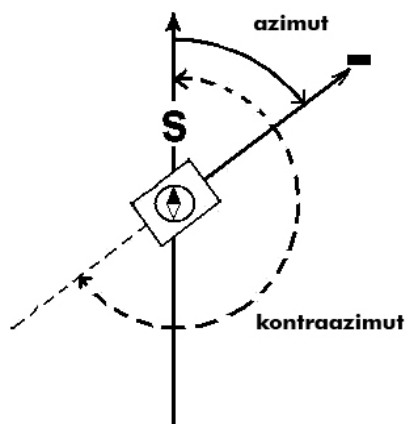
6. UPORABA KOMPASA IN KARTE

Kaj je azimut in kaj kontraazimut?

Azimut je kot med severom in izbrano smerjo (slika 10) in ga merimo v smeri vrtenja urinega kazalca, torej od severne smeri proti vzhodu. Podajamo ga v kotnih stopinjah.

Kontraazimut (nasprotni azimut) pa je kot med severom in smerjo, ki je nasprotna tisti, katere azimut merimo. Izračunamo ga tako, da našemu poznanemu azimutu prištejemo 180° , kadar je naš azimut manjši od 180° , in odštejemo 180° , kadar je naš azimut večji od 180° .

Na primer: Če je naš azimut 38° , je nasprotni azimut 218° ($38^\circ + 180^\circ = 218^\circ$). Če pa je naš azimut 274° , je nasprotni azimut 94° ($274^\circ - 180^\circ = 94^\circ$).



OSNOVNE VAJE S KARTO IN KOMPASOM

Kako orientiramo karto?

Karta je orientirana, kadar se smer severa na karti ujema s smerjo severa v naravi. Tedaj se vsi koti na karti ujemajo s koti v naravi.

To lahko dosežemo na štiri načine:

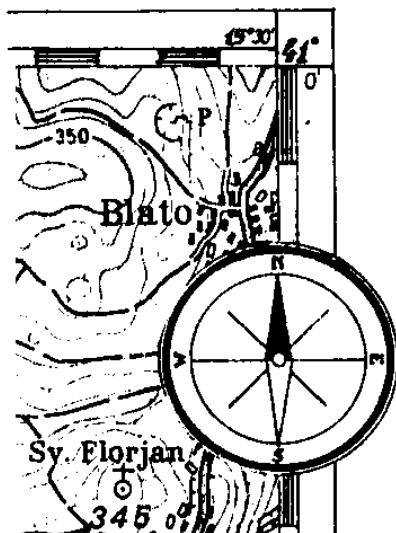
a) Orientiranje karte po naravnih znakih

Po znakih na terenu (Sonce, Severnica, mah na drevesih, mravljišča) določimo sever. Karta je približno orientirana, kadar obrnemo

njen stranski rob v smer, ki najbolj ustreza severu v naravi.

b) Orientiranje karte s kompasom

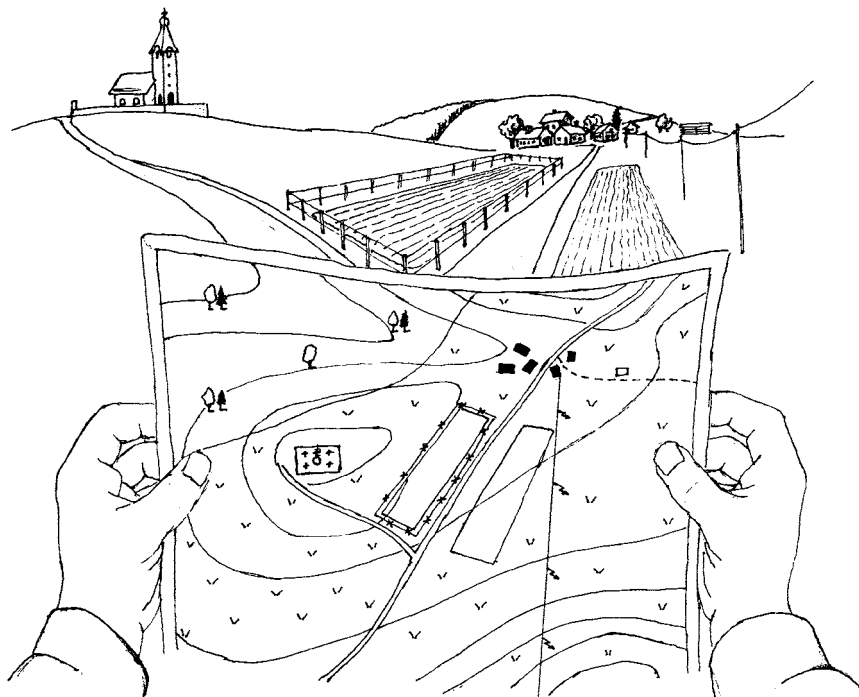
Postopek orientacije s kompasom ali busolo je preprost. Kompas postavimo na navpično črto (poldnevnik) ter hkrati vrtimo karto in



na njej položen kompas ali busolo toliko časa, da se črta na karti in magnetna igla pokrijeta.

c) Orientiranje karte po linijah

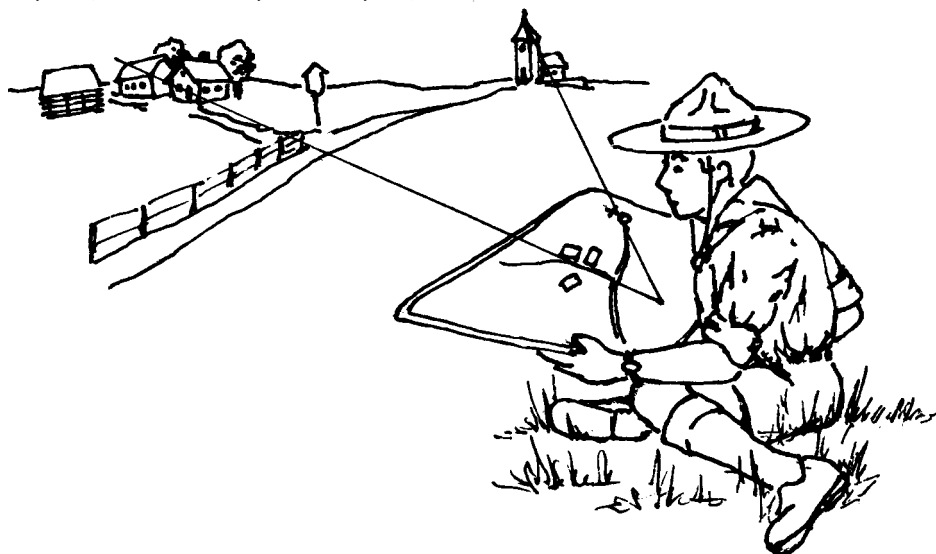
Orientiranja karte po linijah se navadno poslužimo, kadar ne razpolagamo s kompasom ali busolo. Poleg tega mora biti teren v tem primeru pregleden, vidni pa morajo biti ravni odseki linijskih objektov (ceste, poti, železniške proge itd.). Postopek je naslednji: Najprej smo s primerjanjem karte in terena ugotovili, katera črta na karti ustreza črti na terenu. Nato karto toliko časa obračamo, da se linije na karti in v naravi pokrijejo. Pri tem postopku je dobro, da za usmerjanje izberemo več linijskih objektov. Kolikor so črte, po katerih orientiramo karto, daljše, toliko natančneje je karta orientirana.



d) Orientiranje karte po smereh proti objektom

To je najnatančnejši način orientiranja, kadar nimamo pri roki kompasa, poznamo pa stojišče (točko na karti, kjer se nahajamo). V

naravi in na karti poiščemo markantne točke (cerkev, vrh, križišče, hišo, most ...). Karto obračamo toliko časa, dokler se izbrane smeri v naravi ne ujemajo z ustreznimi smermi na karti.

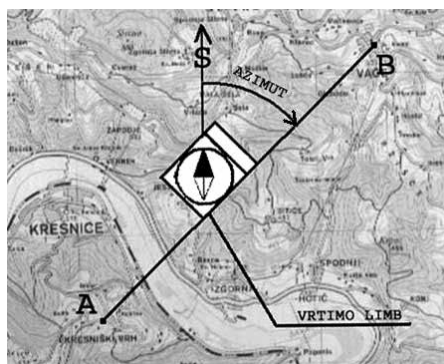


Najpogostejši načini uporabe azimutov

Kako merimo azimut med točkama A in B na karti?

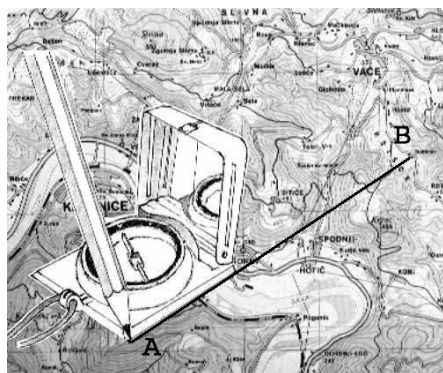
Merjenje azimuta na topografski karti s kotomerom je zelo enostavno, natančno in hitro, saj karto med delom lahko premikamo. Priporočljivo je uporabljati kotomer s čim večjim premerom, ker se s tem natančnost merjenja bistveno poveča. Paziti je potrebno, da med merjenjem natančno prenesemo smer severa v dano točko.

Če pa kotomera nimamo, si pomagamo s kompasom. Karto najprej orientiramo. Med točkama A in B narišemo daljico, ob katero prislonimo rob kompasa Nato z roko nekoliko pritisnemo na karto, da je ne premaknemo. Z drugo roko vrtimo limb z vetrovnico toliko časa, dokler severni konec magnetne igle ne pokrije oznake za sever na limbu. Ko smo to dosegli, na limbu odčitamo ustrezeni azimut med točkama A in B



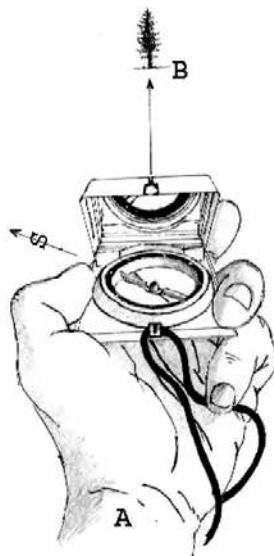
Kako narišemo znani azimut s točke A?

Z znane točke A na karti je potrebno narisati poznani azimut na še neznano točko B. Karto najprej orientirajmo, nato pa na kompasu nastavimo poznani azimut. Tako nastavljenega limba ne smemo več premikati. V točko A prislonimo spodnji del kompasa in ga toliko časa vrtimo okoli točke, dokler severni konec magnetne igle ne pokrije oznake za sever. Iz točke A nato potegnemo premico. Tako smo znani azimut prenesli na karto.



Kako izmerimo azimut med točkama A in B na terenu?

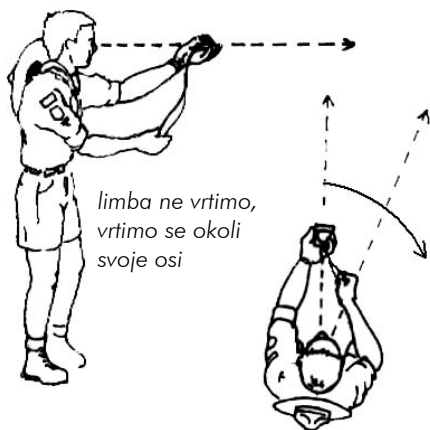
Ta naloga je pogosta pri gibanju na terenu, ko hočemo s pomočjo karte identificirati posamezne objekte s primerjavo azimutov. Točka A je v našem primeru naše stojišče. Kompas držimo vodoravno pred seboj. Obrnemo ga tako, da gledamo preko osi igle in vizirja proti točki B, katere azimut bi radi izmerili. Ko se magnetna igla umiri, obrnemo limb tako, da se sever na igli prekriva z 0° na limbu. Številka, ki se seka z linijo os igle - vizir nam pove azimut točke, ki smo jo merili.



*vrtimo samo limb,
kompas je stalno usmerjen
proti drevesu*

Kako prenesemo znani azimut na teren?

Azimut, ki ga moramo določiti s točke A, nastavimo tako, da zavrtimo limb na določeno vrednost. Nato se skupaj s kompasom vrtimo toliko časa, dokler se severni konec magnetne igle ne pokrije z oznako za sever na limbu. V tem trenutku preko vizirne odprtine pogledamo v iskano smer in si določimo objekt (drevo, znamenje, hiša ...) v tej smeri. To nalogo uporabljamo na orientacijskih tekmovanjih, pri hoji v megli ...



Kako se gibamo po terenu s pomočjo karte in kompasa?

Ko se gibamo po neznanem terenu, imejmo karto vedno v roki. Na karto položimo kompas in jo orientirajmo. Karta naj bo obrnjena tako, da nam kaže teren pred nami (glej slike o orientiranju karte). Na karti preberimo podrobnosti, kot so ceste, vodotoki, močvirja, jase, vzpetine ... Dobro je, da si jih zapomnimo. Na poti opazujemo okolico v naravi in jo primerjajmo s karto. Najlaže je, da s palcem označimo svoj položaj na karti in potem z njim sledimo svoji poti. Karto in teren redno primerjajmo in tako bomo vedno vedeli, kje smo.

Na kaj moramo biti pozorni pri hoji in primerjavi?

1. Komunikacije – ceste, železnice, križišča, kolovozi, daljnovodi ...
2. Razni objekti – hiše, mostovi, cerkve, ograje, gradovi, spomeniki, mlini, žage ...
3. Rastje – gozdovi, grmovje, polja, vinogradi, sadovnjaki, močvirja ...
4. Vodovje – reke, potoki, izviri, vodnjaki, mlake, močvirja, jezera ...
5. Relief – griči, hribi, grebeni, grape, slemena, sedla, doline, vrhovi, vrtače ...
6. Čas hoje in z njim povezano razdaljo ter višinsko razliko, ki smo jo prehodili.

Pri orientaciji nas ne sme zavesti dejstvo, da je v naravi precej objektov in komunikacij, ki jih na karti ni; da je voda odnesla most, vrisan na karto, da ne najdemo več mlina, da je grmovje že davno preraslo kolovoz, po katerem smo se namenili. Letnica izdaje je prav tako važen podatek o karti kot njeno merilo.

V primeru, da nismo dovolj pazljivi in premalo uporabljamo karto, se zgodi, da včasih zaidemo s prave poti in nam potem svojega stojišča v naravi ne uspe najti tudi na karti.

Samo približna določitev stojišča pa nam za zahtevnejše topografske naloge na slabo preglednem in morda še težjem prehodnem terenu ponavadi ne zadošča.

Kako natančno določimo stojišče na neznanem terenu?

Smo nekje na Ljubljanskem barju. Najboljša orientacijska točka, ki se je ne da zamenjati s čim drugim, je 1107 m visoki Krim. Poleg Krima opazimo še mnogo ostalih objektov, npr. cerkvice, vzpetine ... Izberemo si dve nepoznani cerkvi.

- Izmerimo azimute z naše stojne točke do vseh treh objektov.
- Na karti s točke Krima potegnemo premico pozicije v smeri kontra azimuta.
- Sedaj na premici s sklepanjem iščemo točko, na kateri bi se izmerjena azimuta cerkvic skladala z azimutoma cerkvic na karti. Če smo prvo cerkvico na karti zamenjali s kako drugo, bomo dobili napačen položaj, zato se bo azimut druge cerkvice na karti razlikoval od njenega

dejanskega azimuta, kar je znak, da smo prvo cerkvico napačno določili.

- Šele po pravilni določitvi prve cerkvice na karti določimo našo pravo pozicijo, na kateri se vsi izmerjeni kontraazimuti ujemajo. Če se premice ne sekajo v eni točki, je naše stojišče sredi nastalega lika. Pri tej nalogi je pomembno, da meritve in risanje opravimo z največjo natančnostjo.

Kako se gibamo po azimutu?

Na terenu, ki ni močno razgiban in je pregleden ter prehodan, je možna hoja po azimutu. V nasprotnem primeru ali če ni poti, uporabljamo način izbire poti glede na najugodnejše možnosti. Izbiramo poti, ki nam bodo omogočile najlažji in najhitrejši dostop do iskane točke, četudi niso v skladu z idealno smerjo do nje (hoja po orientacijsko najlažji poti, hoja po najlepši poti, hoja po najkrajši poti).

Radi bi prišli z našega stojišča A na točko B, ki jo sicer imamo na karti, na terenu pa ne vemo, v katero smer se moramo podati. Kako ravnamo?

Najprej na karti izmerimo azimut točke B (s točke A, ker je A stojišče). S tem azimutom s pomočjo busole določimo smer pohoda na terenu. Pri prenosu azimuta na teren ne bomo takoj videli točke B, do katere smo namenjeni, pač pa nam bo naša smer pokazala druge objekte, ki so sicer v tej smeri, vendar bližje našemu stojišču. V takem primeru si npr. zapomnimo, katero drevo smo določili s prvim viziranjem. Ko pridemo do drevesa, postopek ponovimo in tako postopoma dosežemo točko B, h kateri smo namenjeni.

Če nam dreves ali podobnih znakov zmanjka, kar se nam pogosto zgodi ponoči in v megli, je najbolje, da pošljemo v to smer prijatelja, dokler ga vidimo, ter ga sproti usmerjamo. Ko je dovolj daleč, nas mora počakati na mestu. Ko pridemo do njega, postopek nadaljujemo.

Kaj pa zvižace pri orientaciji?

Obstaja nekaj zvižac, s katerimi si olajšamo gibanje po zahtevnem terenu. Uporabimo jih samostojno ali v kombinaciji.

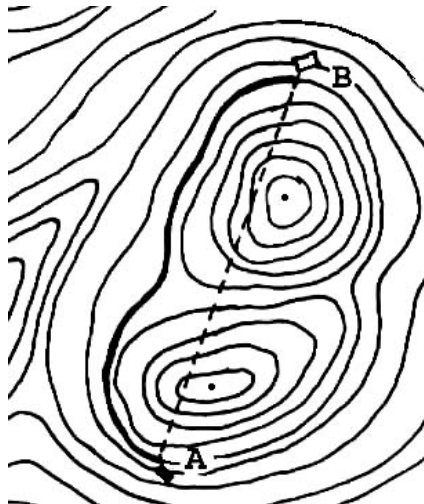
Skrenitev

Smer, določeno s kompasom, lahko sledimo le 10 do 20 stopinj natančno. Če se namenimo natančno do križišča, lahko zaradi napak dospemo do ceste bodisi na spodnji ali na zgornji strani in tako ne vemo, kje smo. Azimutu do križišča dodamo 20 stopinj in tako bomo zagotovo vedeli, na kateri strani križišča se nahajamo.



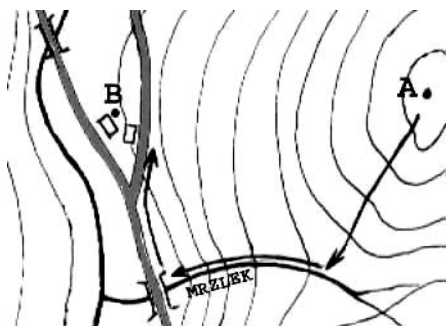
Sledenje plastnici

Pot navzgor in navzdol je naporna, zato se skušamo temu izogniti. Točki A in B sta približno na isti nadmorski višini. Če bomo sledili isti plastnici, bomo z najmanj napora prišli do zelene točke B. Ta metoda je posebno uporabna v gozdu.



Sledenje niti

Točki A in B povezuje potok, ki nam služi kot nekakšna »niti«. Hoja po azimutu je v tem primeru preveč zamudna in imamo veliko možnosti, da točko B zgrešimo. Najbolje je, da do znamenja sledimo potoku..



In če se vseeno izgubimo?

V goščavi pomeni izgubiti se že to, da skrenemo s poti za nekaj metrov, na drugačnem terenu pa, da zgrešimo smer za nekaj kilometrov. Lahko smo sicer prepričani, da

natančno vemo, kje smo, in da so nas zbegale zgolj natančnosti na zemljevidu, vseeno pa se v podobnih primerih vedno ustavimo in se natančno prepričajmo o svojem položaju.

Kako najdemo pravo pot?

Na ravnem gosto poraslem področju ali pa v gosti megli oziroma v zelo oblačnem vremenu, ko je vidljivost zelo slaba, se je lahko izgubiti.

Če približno poznamo meje širšega področja, na katerem se nahajamo, bomo seveda lažje našli pravo pot.

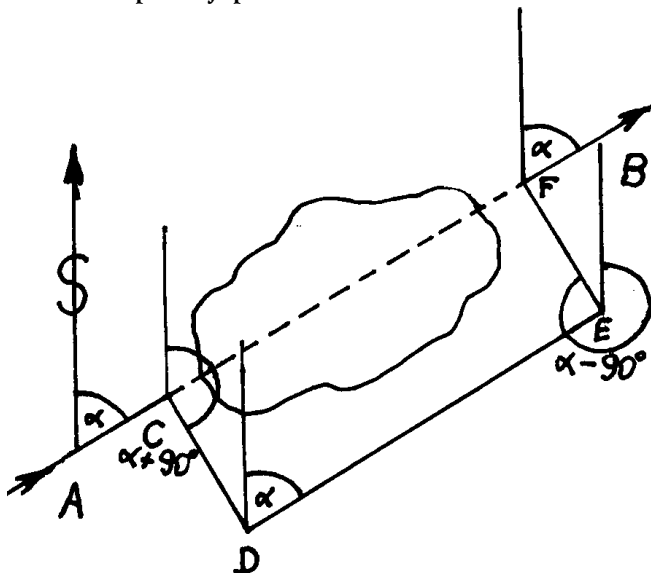
1. Na zemljevidu označimo meje sosednjega področja, da bomo hitro ugotovili, če jih bomo prečkali. Pod pogojem, da ne bomo prečkali meja, ki smo jih določili, bomo vedeli, da smo se izgubili na omejenem, natančno definiranim predelu.

2. Sledimo smeri, ki smo si jo določili s kompasom, do najbližje prepoznavne ločnice področja. Če pa se bomo slučajno zmedli, se vrnimo s pomočjo kompasa na isto mesto in določimo novo smer.



Kako se izognemo oviri pri hoji po azimutu?

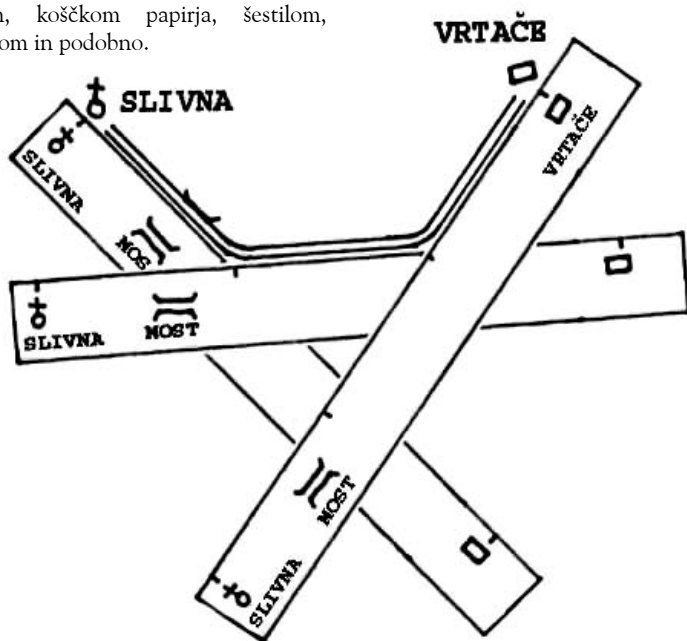
Oviro, na katero naletimo, je treba obiti. Oviri se izognemo tako, da spremenimo smer hoje za 90° in gremo v novi smeri določeno število parnih korakov. Spet se obrnemo za 90° in hodimo v smeri prvotnega azimuta tako daleč, da prehodimo razdaljo, ki je večja od širine ovire. Spet se obrnemo za 90° , a tokrat v nasprotni smeri kot prvič, in odmerimo enako število dvojnih korakov. Zdaj smo na drugi strani ovire in lahko nadaljujemo pot v prvotni smeri hoje.



Bodi pripravljen

Kako izmerimo razdaljo na karti?

Dolžino ravnih črt merimo najpreprosteje z ravnilom, koščkom papirja, šestilom, krivinomrom in podobno.



S pomočjo ravnila lahko izmerimo razdaljo med cerkvijo v vasi Slivna in šolo v vasi Vrtače.

Razdalja na karti merila 1:50 000 je 43 mm. V tem primeru pomeni 1 mm na karti 50 m na zemljišču, torej je razdalja 43-krat daljša ali 2150 m.

S šestilom ali s pomočjo prerinovanja razdalje na papir je postopek enostavnejši. Šestilo z eno konico zabodemo v cerkev v Slivni, drugo konico pa v šolo v Vrtačah. Tako dobljeno razdaljo med iglami prenesemo na grafično merilo pod karto ter takoj dobimo ustrezno razdaljo (2150 m).

Merjenje neravnih črt je nekoliko zahtevnejše. Take črte razdelimo na toliko približno ravnih delov, da je vsak del videti bolj ali manj raven. Večja ko je ukrivljenost, več delov bo treba izbrati. Za to delo je najbolje imeti trak papirja.

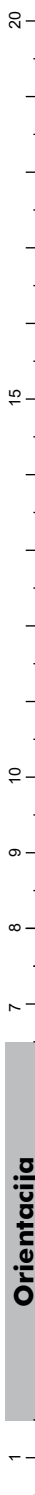
Na karti moramo spet meriti razdaljo po poti med cerkvijo v vasi Slivna in med šolo v

vasi Vrtače. Začnemo na robu papirja, tako da poravnamo rob papirja s smerjo poti od cerkve v Slivni. Z ošiljenim svinčnikom označimo prvi zavoj smeri. Papir nato obračamo okoli svinčnika, dokler se rob ponovno ne poravnava s smerjo. Označimo naslednji zavoj in sproti zabeležimo podrobnosti na poti. Postopek risanja ponavljamo, dokler ne pridemo do šole v Vrtačah. Tako smo zarisali celotno pot. Razdaljo nato odčitamo na grafičnem merilu in tudi označimo razdalje do pomembnih objektov na poti.

Kako vemo, na kateri nadmorski višini smo?

Določanje višin je naloga, ki zahteva predvsem veliko vaje v branju karte, poznavanju reliefa in ocenjevanju višin.

Natančne absolutne višine so določene samo za pomembnejše in vidnejše točke. Vse druge višine določimo glede na višinske točke in izohipse na naslednji način:

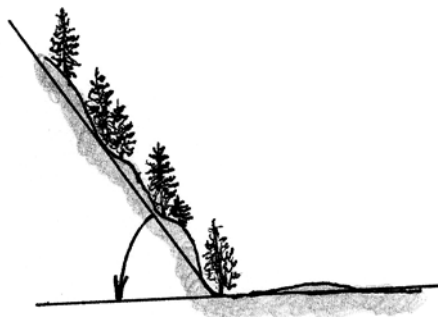


Če točka, katere absolutno višino iščemo, leži na izohipsi, je njena absolutna višina enaka absolutni višini izohipse.

Če točka leži med obema izohipsama, višino ocenimo približno. Seveda je osnoven podatek za določanje višin ekvidistanca med izohipsami.

Kolikšen je nagib terena?

Nagib ali naklon terena je kot med horizontalno ravnino in ravnino pobočja.



Merimo ga v kotnih stopinjah, kadar je izražen kot razmerje (ulomek), pa v tisočinkah ali odstotkih. Vedno ga merimo v smeri vzpenjanja (ne spuščanja) pobočja.

Najlažje in najtočneje ga določimo računsko:

$$x = \frac{h \text{ (m)}}{d \text{ (km)}}$$

x = nagib (v tisočinkah)

h = višinska razlika 2 točk (v metrih)

d = medsebojna tlorsna oddaljenost točk (v km)

Primer: Planinski dom je od stojišča oddaljen 2 km, višinska razlika med stojiščem in planinskim domom je 100 m.

Nagib je torej:

Določamo ga lahko tudi s tabelarnim preračunavanjem in z uporabo nagibnega merila.

V posebnih tabelah so že podane vrednosti za nagnjenost terena. S karte odčitamo naslednje podatke: merilo, interval (izmerimo za izbrani teren).

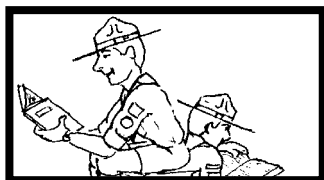
Primer: Če je na karti 1 : 50.000 interval

med dvema sosednjima izohipsama 1 cm (500 m na terenu) in ekvidistanca med izohipsama 20 m, znaša nagib $2,4^\circ$.

$$x = \frac{h}{d} = \frac{100 \text{ m}}{2 \text{ km}} = 50 \text{ tisočink}$$

Tabela: Nagib na karti merila 1:50.000 z ekvidistanco 20 m

INTERVAL (l)	NAGIB ($^\circ$)	NAGIB (%)
10 mm	$2,4^\circ$	4%
8 mm	$2,8^\circ$	5%
6 mm	$3,8^\circ$	7%
4 mm	$5,7^\circ$	10%
3 mm	$7,7^\circ$	13%
2 mm	$11,5^\circ$	20%
1 mm	$23,6^\circ$	40%



Literatura

- M. Prosen: Orientacija. Ljubljana: Math d. o. o., 1991.
- A. Dvoršak: Preživetje v naravi. Ljubljana: ČZD Kmečki glas, 1995.
- S. Kristan: Osnove orientiranja v naravi. Radovljica: Didakta, 1994.
- U. Herlec et al: Taborniški priročnik, Orientacija. Novo mesto: Komisija za založniško dejavnost pri predsedstvu Zveze tabornikov Slovenije, 1983.
- T. Banovec: Topografski priročnik. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1983
- H. McManners: Vodnik za pustolovce – Z nahrbtnikom po svetu. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1997.
- H. McManners: S šotorom v nahrbtniku. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1997.
- Steg Logatec 1, četa Sove – Howki: Priročnik za življenje v naravi. Logatec: Steg Logatec 1 (gradivo za interno uporabo), 2001.
- Steg Nova Gorica 1, Četa zahodne straže: Korak k skavtstvu. Nova Gorica: Steg Nova Gorica (gradivo za interno uporabo), 2002.
- US ARMY: FM 21-26 MAP READING AND LAND NAVIGATION, 1993.
- U. Ihrlec, Ž. Šmit: Orientacija. Ljubljana: Komisija za založniško dejavnost pri predsedstvu Zveze tabornikov Slovenije, 1990.
- M. Prosen: Orientacija. Ljubljana: Math, 1991.
- J. W. Ekrutt: Zvezde. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1990.
- M. Prosen: Zvezde, zvezde. Ljubljana: Jutro, 2005.
- http://kr.rutka.net/pomoc_vodnikom/pomoc_vodnikom.html
- <http://ro.zrsss.si/projekti/geo/kartog&orient/kartografija/znaki.htm>

Sporazumevanje na daljavo



Kako se sporazumevamo na daljavo danes?

V današnjem času najbolj pogost in najbolj popularen način komuniciranja na daljavo poteka prav gotovo s pomočjo **mobilnih telefonov ter interneta**. Ta dva načina sporazumevanja sta ponudila človeku veliko ugodnosti ter omogočila hiter in učinkovit pretok informacij po celem svetu. Napaka današnjega človeka pa je, da se vse prepogosto zanašamo le na različne tehnološke pripomočke, ki imajo to slabo lastnost, da lahko odpovejo ravno takrat, ko jih najbolj potrebujemo. Zato je dobro, da poznamo tudi ostale načine sporazumevanja, ki nam bodo morda že jutri pomagali preživeti. Načini sporazumevanja, ki so navedeni v tem priročniku, niso odvisni od sodobne tehnologije, temveč predvsem od našega znanja in iznajdljivosti.

1. MEDNARODNO PRIZNANI ZNAKI ZA SPORAZUMEVANJE

Kateri so mednarodno priznani in dogovorjeni kodi znamenj?

- morsejeva abeceda
- semafor
- mornarske zastavice
- znaki zemlja-zrak
- klic v sili

1.1. Morsejeva abeceda

Morsejevo abecedo je leta 1837 izumil **Samuel Finley Breese Morse**. Morse je bil fizik, izumitelj in profesor slikarstva na Newyorški univerzi. Rojen je bil leta 1791 v kraju Charelstown v ZDA, umrl pa leta 1872.

Eden od Morsejevih izumov je tudi električni telegraf, ki so ga v tedanjih časih uporabljali zlasti na poštah in v

Pri sporazumevanju pogosto prihaja do nepredvidenih težav, ki jih skušamo rešiti na različne načine. Kadar pa se sporazumevamo na daljavo, so te težave še toliko večje. Najpogostejše težave so: velika oddaljenost, nepoznavanje znamenj, slaba vidljivost ter hrup. Ljudje so zato tekom časa razvili veliko različnih načinov, s katerimi so skušali odpraviti ali vsaj zmanjšati te težave. Tako poznamo danes po svetu kar nekaj mednarodno priznanih načinov sporazumevanja na daljavo.

Kako jo lahko zapišemo na papir?

Pri zapisovanju Morsejevih znakov moramo biti pozorni na presledke, ki ločujejo črko in besede med seboj (glej spodnji primer).

Kako lahko sporočamo Morsejevo abecedo?

S pomočjo vidnih, slušnih in čutilnih znakov.

Kako lahko sporočamo, če hočemo, da sprejemnik to vidi?

- z **baterijsko svetilko** (oddajamo kratke in dolge bliske): uporabno predvsem ponoči, podnevi pa le, če smo v temnejšem predelu kot okolica. Oddajanje bliskov dosežemo s prižiganjem in ugašanjem svetilke ali pa z ročnim prekrivanjem snopa svetlobe.
- z **ogledalom** (oddajamo kratke in dolge bliske - zajčke): uporabno le ob sončnem dnevu in še to samo pri pošiljanju iz svetlejšega predela v temnejši predel. Ogledalo približamo obrazu. Roko stegnemo predse, tako, da dlan gleda proti nam. Roko, oziroma dlan usmerimo proti sprejemniku. Ogledalo usmerimo tako, da najprej "zajčka" zagledamo na naši dlani. Nato zajčka rahlo dvignemo in blisk svetlobe je usmerjen natančno proti sprejemniku.

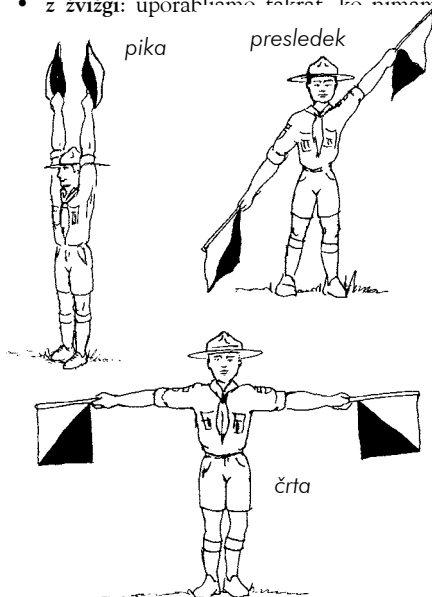
NOVA SLIKA: OGLEDALO PRIBLIŽAMO OBRAZU



- z odkrivanjem in prikrivanjem ognja: uporablja se na daljše razdalje (do nekaj kilometrov), zlasti ponoči. Priporočljivo je signale oddajati na vzpetini oziroma na vidnem mestu. Pri tem opravilu je potrebno imeti dovolj veliko »kuliso« oziroma platno za prekrivanje plamena ognja. Ognja se ne prekrije direktno, temveč se v smeri oddajanja dviga in spušča kuliso nekaj metrov stran od ognja. Paziti je potrebno tudi na enakomerno gorenje ognja. Tu kakšen starejši skavt ne bo odveč!
- z **zastavicami**: za kratek znak (piko) dvignemo obe zastavi navpično navzgor. Za dolg znak (črto) zastavi dvignemo z iztegnjenima rokama v vodoravni položaj. Za presledek med črkami zastavi dvignemo v diagonalo. Če nimamo zastavic, si lahko pomagamo tudi samo z rokami.

Kako lahko sporočamo, če hočemo, da sprejemnik to sliši?

- s **piščalko**: najlažje in najhitreje sporazumevanje, uporabno podnevi in ponoči.
- z **žvižgi**: uporabljamo takrat, ko nimamo



piščalke.

- s **trkanjem**: v primeru trkanja en dolg znak predstavlja dva kratka znaka brez presledka.

Kako lahko sporočamo, če hočemo, da sprejemnik to le čuti?

- z **vrvico**: zelo preprost način, vrvico le cukamo. Za dolg signal vrvico pocukamo dvakrat brez presledka. Pomembno je le, da se vrvica lahko premika brez motenj.

Pri izbiri načina oddajanja signalov moramo paziti na **svetlobo** (svetloba je lahko problem pri vidnem sporočanju), **hrup okolice** (hrup lahko moti ali pa preglasi piščalko) in **pomembnosti informacije** (jo lahko zazna vsak ali le tisti, kateremu je sporočilo namenjeno).

Kako dolgi naj bodo presledki?

Pri vseh načinih sporočanja pa so pomembni časovni presledki.

Za začetnike je priporočljivo, da si za oddajo sporočila vzamejo več časa. Tako naj kratek znak traja 1 sekundo, dolg znak pa 3 sekunde. Presledki med črkami naj znašajo 3 sekunde, med besedami pa 5 sekund.

1.2. Semafor

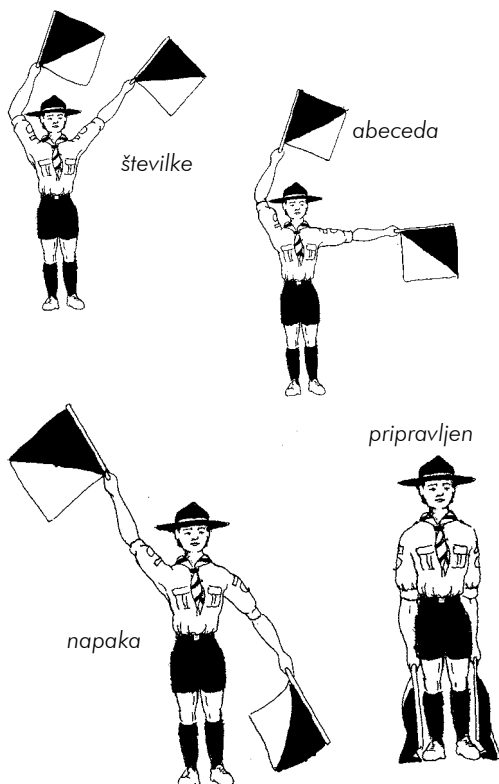
Kaj je semafor?

Semafor je neposredni način vizualne komunikacije na daljavo, pri katerem uporabljamo **znamenja z rokami**. Zato si bomo s semaforjem težko pomagali v slabi vidljivosti (noč, megla) ali tam, kjer se sporazumevajoči ne vidijo. Zelo pogost pripomoček pri semaforju sta dve barvni zastavici, ki ju držimo vsako v svoji roki in ju uporabljamo predvsem pri komunikaciji na daljše razdalje, saj so tako naša znamenja bolj vidna.

Semafor ima podobno kot Morsejeva abeceda za vsako črko svoj znak. Morda se kdo sprašuje, zakaj torej sploh obstaja semafor, ko pa se lahko s pomočjo dveh zastavic in znanjem Morsejeve abecede na lažji način sporazumemo, in sicer tako, da uporabimo en znak z zastavicama za piko in drug znak za črtico.

Prednosti semaforja

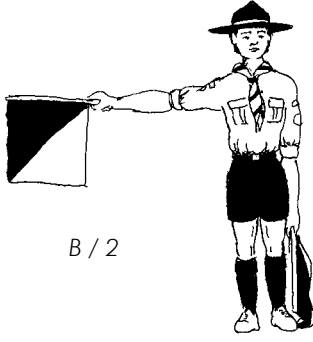
Toda semafor začneš ceniti šele, ko želiš poslati nekoliko daljše sporočilo, saj kmalu ugotoviš, da ima semafor to prednost, da za eno črko obstaja samo en znak in ne dva, trije ali štirje, kot je to pri Morsejevi abecedi. Prednost semaforja je tudi, da za pošiljanje sporočila ne potrebuješ drugega kot samo dve roki. Kot že rečeno, pa je pomembno, da tisti, ki sporočilo sprejema, vidi naše gibe z rokami. Če pa uporabljamo zastavice, naj bodo takih barv, da bodo glede na okolje čimbolj vidne.



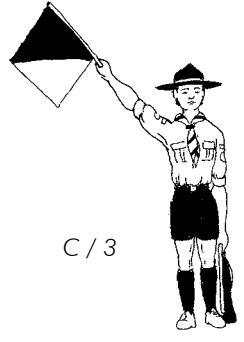
A/1



B/2



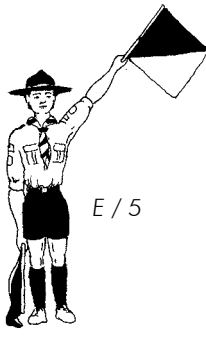
C/3



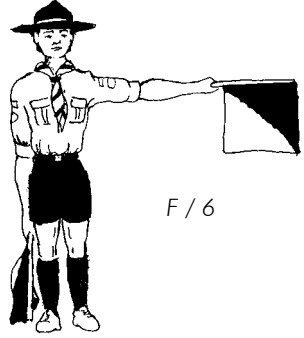
D/4



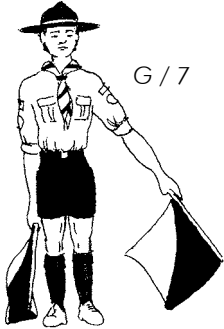
E/5



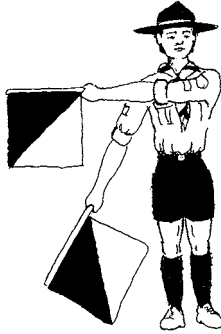
F/6



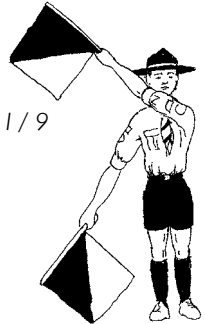
G/7



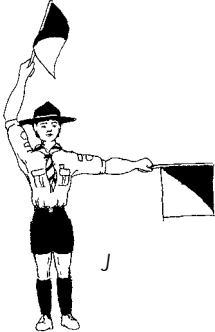
H/8



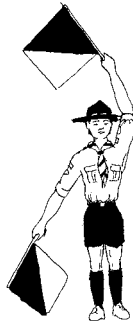
I/9



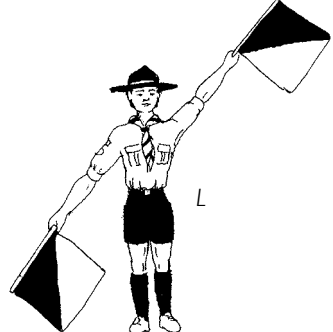
J

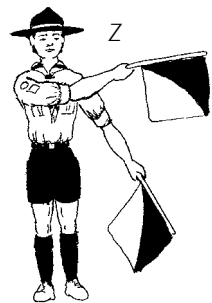
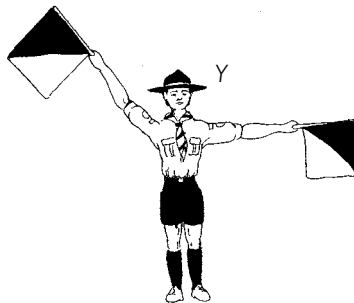
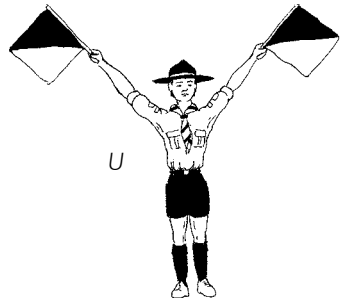
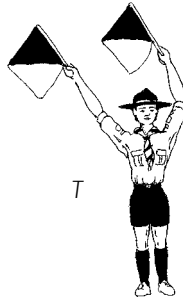
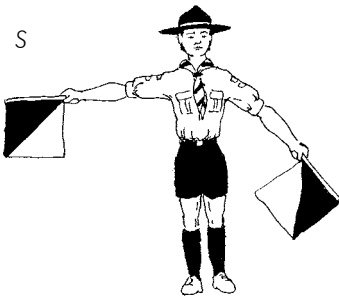
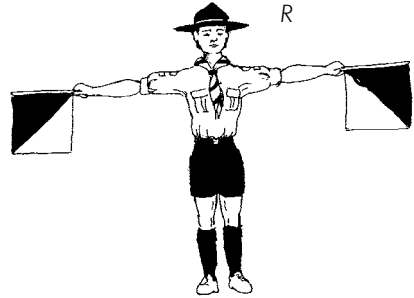
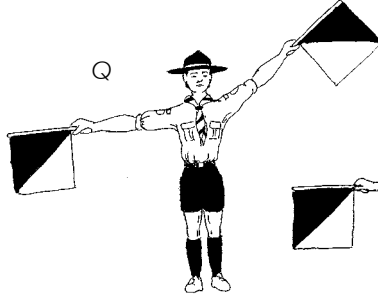
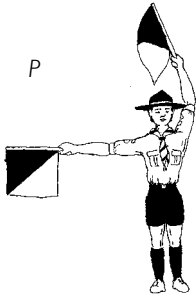
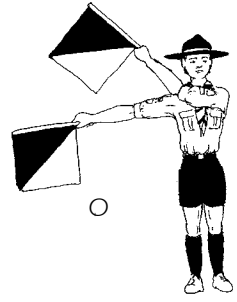
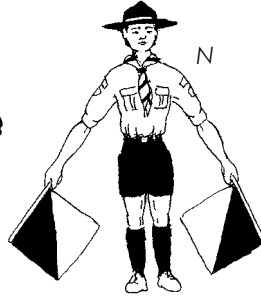
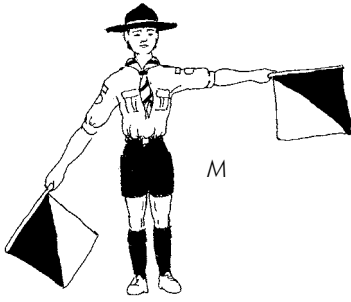


K/O

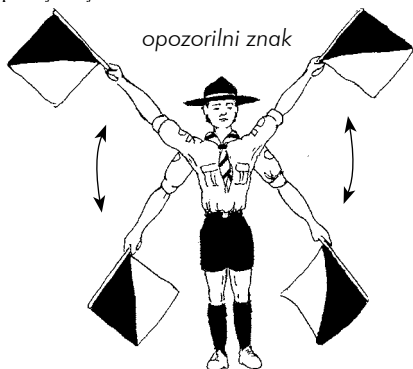


L

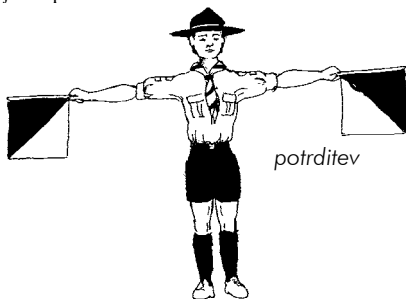




Za začetek komunikacije s semaforjem pošiljatelj z **OPOZORILNIM ZNAKOM**



opozori prejemnika, ki mu z znakom za **POTRDITEV** potrdi, da je pripravljen za sprejem sporočila.



Nato pošiljatelj z znakom za **PRESLEDEK** prične s pošiljanjem posameznih črk ter na koncu vsake besede položi roke v položaj za **PRESLEDEK**. Prejemnik pa po vsaki sprejeti besedi to potrdi z znakom za **POTRDITEV**.

1.3. Mornarske zastavice

Včasih so jih uporabljali predvsem mornarji za sporazumevanje med ladjami, danes pa niso več toliko v uporabi. Za vsako črko v abecedi obstaja različna zastavica, ki je značilne barve in oblike. Zastavice so mornarji privezovali na vrvi, ki so jo dvigovali na jambor.

1.4. Znaki zemlja-zrak

Ti znaki se uporabljajo pri reševanju, pri katerem sodelujejo zračna plovila, še zlasti

helikopterji. Dobro bi bilo, da bi vsak skvart poznal te znake, saj bi tako znal pravilno ravnati v primeru nesreče in s tem tudi pomagati reševalcem. Oznake pripravimo iz priročnega materiala (kamenje, veje, obleka, oprema), seveda pa morajo biti znaki dovolj veliki in se razlikovati od podlage, da jih pilot lahko brez težave opazi. Pri izbiri materiala za izdelavo znakov je potrebno paziti na to, da jih helikopter ne bo odpihnil, zato jih po potrebi obtežimo.

Najpomembnejši znaki zemlja-zrak:

1.5. Klic v sili

Kako lahko sporočimo, da potrebujemo pomoč?

V primerih klica v sili se uporablja mednarodna kratica **SOS – Save Our Souls** (rešite naše duše).

SOS lahko sporočimo z Morsejevimi znaki **/•••/- - -/•••/** ali pa ga v primeru helikopterskega reševanja s pomočjo kamenjev zapišemo na tla.

Če imamo radioamatersko postajo, kličemo mednarodni klic **MAY DAY** [mej dej].

LL	vse je v redu
NY	ne
JL	da
KL	nismo razumeli sporočila
←	nadaljujemo pot po tej smeri
K	pokažite nam smer
□	potrebujemo zemljevid in kompas
F	potrebujemo vodo in hrano
X	ne moremo nadaljevati poti
	potrebujemo sanitetni material
—	potrebujemo zdravniško pomoč
△	na tem mestu lahko pristanete

Če imamo pri sebi telefon, lahko pokličemo na telefonsko številko 112 - regijski obveščevalni center. Iz centra lahko pošljejo gasilce, zdravniško pomoč, policijo, gorsko reševalno službo, jamarsko reševalno službo, aktivirajo civilno zaščito ...

Kaj je potrebno sporočiti reševalcem?

Če kličete pomoč, obvezno povejte:

- kdo kliče
- kaj se je zgodilo
- kje se je zgodilo
- kdaj se je zgodilo
- koliko je ponesrečencev

Pri tem ostanite na zvezi, dokler operater ne zaključi. Mogoče bo potreboval še kakšno informacijo. Klic na 112 je brezplačen.

(glej poglavje GIBANJE V NARAVI - GORNISTVO ter poglavje o ognjih.) **A TUKAJ SE ČRTA "GLEJ POGAVJE O PRVI POMOČI"**

2. DODATNE MOŽNOSTI ZA SPORAZUMEVANJE

2.1 Potna znamenja



Zavedati pa se je potrebno, da je zloraba zgoraj naštetih klicev v sili kazniva. Zato se kliče na pomoč le takrat, ko ni druge možnosti.

Kdaj jih uporabljamo?

Potna znamenja uporabimo takrat, kadar vemo, da bo za nami šla še ena skupina, ki ji želimo nekaj sporočiti. Opozorimo jih lahko na pitno vodo, skrito pismo, nevarnost in podobno.

Kako jih postaviti?

Potna znamenja postavljamo vedno ob desni strani poti. Postavljena naj bodo tako, da jih lahko drugi hitro vidijo. Lahko pa znamenja

postavljamo tudi tako, da z njimi preizkušamo opazovalne sposobnosti skavta, ki pride za nami. Ponavadi je to največja puščica.

Za postavljanje znamenj uporabljamo **naravne materiale** (les, kamenje, trava, zemlja, storži, veje ...), če pa teh materialov ni pri roki, uporabimo svojo iznajdljivost. Vsekakor pa velja, da za postavljanje potnih znamenj ne uničujemo narave.

2.2 Šifriranje

Kaj je šifriranje?

Šifriranje je skrivanje vsebine sporočila. Sporočilo lahko razberejo le tisti, ki poznajo naš način šifriranja.

Na kakšne načine lahko šifriramo sporočila, je opisano v nadaljnjem besedilu.

- **Šifrirano sporočilo:** Nahrbtnik /15,2,24/20,12,17/9,2,4/ Ali mogoče veš, kaj sporoča?

Najprej oštevilčimo črke besede, nato pa še preostale črke abecede po vrsti. Iz kombinacij števil dobimo besedilo. »JAZ SEM CAR«

N	A	H	R	B	T	N	I	K	C	Č	D	E	F
1	2	3	4	5	6	1	7	8	9	10	11	12	13

G	J	L	M	O	P	S	Š	U	V	Z	Ž
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25

- **Papagajščina**

Pajazpaipamampaenpavepalikpanapahr abtpanikpa

Ali po slovensko: Jaz imam en velik nahrbtnik.

Recept: Med vsak zlog vrinemo PA.

- **Prekritje sporočila z nevidnim črnilom**

Za nevidno črnilo lahko uporabimo sok limone, sok čebule, kis ali mleko. Najbolje je, če je sporočilo napisano na navadnem belem papirju med že napisanimi vrsticami nekega drugega teksta. Pisavo lahko preberemo, če pismo za nekaj trenutkov poddržimo nad plamenom sveče, žarnice in podobno.

Sicer pa več o tem ne bomo napisali, sicer boste lahko vsi vsem prebirali šifrirana sporočila.

Zato si naredimo svoj sistem šifriranja, da ga bomo poznali le mi in naši prijatelji.



pojdi v tej smeri



sporočilo 2 koraka
v to smer



hitro pojdi v tej smeri



pitna voda 3 korake
v to smer



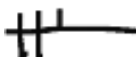
teci v tej smeri



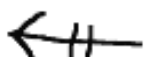
nepitna voda



napreduj zelo počasi



vrnemo se čez
2 uri in pol



pojdi preko ovire



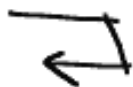
NEVARNOST!



ne hodi po tej poti



tabor



vrni se



dobra pot



ne ustavi se tu



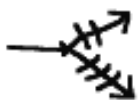
slaba pot



počakaj na tem mestu



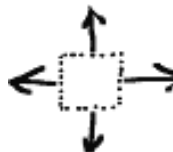
pojdi domov



razdelili smo se:
2 levo, 3 desno



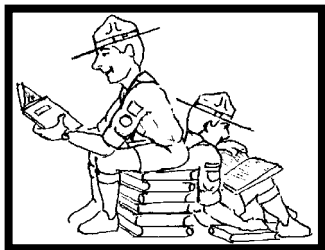
bodi previden



smo v teh smereh



razpršite se



Literatura

- The scout handbook. Great Britain: The official handbook of the scout association. 1972.
- The boy scout handbook. ZDA: Boy scout of America, 1990.
- A. Dvoršak: Preživetje v naravi za vse, ki žele ali morajo preživeti v naravi z najskromnejšimi pripomočki. Ljubljana: Kmečki glas, 1995.
- I. Štajdohar: Tabornikov priročnik. Ljubljana: Komisija za založniško dejavnost pri P RK ZTS, 1988.
- M. Černetič: Kaj moram znati za skavtski izpit. Ljubljana: Steg Ostrorogi Jelen, Brezovica 1, 1993.

Pioneristika



Pioneristika – idealna skupinska aktivnost

Dobra lastnost pioneristike je, da **ne zahteva veliko predhodnega znanja** ali posebnih spretnosti. Ustvarja lahko vsak, ki vsaj približno pozna vozle, vezave in zna uporabljati žago in sekuro. Vozli in teoretično znanje so zgolj pripomočki, ki pa lahko prihranijo precej časa in truda.

Postavljanje zgradbe je tudi **zabavna in koristna skupinska aktivnost**. Člani skupine se ob delu sproščeno spoznavajo, se učijo skupinskega dela, krepijo medsebojno zaupanje in občutek odgovornosti. Ob vsem tem pa si še okrepijo mišice in na koncu ponosno uživajo ob pogledu na opravljeno delo. Vod, klan ali skupina pred tem še nepovezanih skavtov lahko precej okrepi skupinski duh ob uspešno zgrajenem objektu, ki jim je še dolgo lahko v ponos.

Taboreči si s postavljanjem tabornih zgradb in pripomočkov pravzaprav sami ustvarjajo življenjski prostor, kjer se počutijo domače. Dejstvo, da so si vse zamislili in postavili sami, jim okrepi **samozaupanje** in jih navda z upravičenim ponosom, da znajo sami poskrbeti zase in za udobje v taboru.

S pioneristiko se lahko ukvarjamo **kjerkoli in kadarkoli**. Lahko na srečanju namesto igre zvežemo stolp iz leskovih palic, postavimo vhodno zgradbo pred skavtsko sobo, udoben bivač za prenočevanje na večdnevem izhodu ali si uredimo pravo kuhinjo na taboru.

1. PETNAJST NAJBOLJ UPORABNIH VOZLOV

Obstaja nešteto vozlov. Za skavta je v večini situacij povsem dovolj, da jih zna približno petnajst. Ali vsaj deset. Mnogo skavtov že kar nekaj časa nosi rutko za vratom, pa se še vedno ne morejo pohvaliti s tovornim ali mrtvim vozlom. Eden izmed pomembnih razlogov za to je gotovo

V času odkrivanja novih celin in novih ozemelj so bili pionirji posebne ekipe izurjenih ljudi, ki so pripravili pot npr. vojski ali ostalim ljudem, ki so se naseljevali na prej neobljudeni zemlji. Pionirji so izkrčili gozd, zgradili ceste, mostove in podobno nujno potrebno infrastrukturo. Večino so opravili s pomočjo materiala, ki so ga nesli s seboj ali našli ob poti. Pioneristika je dejavnost, pri kateri skupina ustvarja s pomočjo lesa, vrvi in svoje domišljije. Je pravzaprav ena izmed dejavnosti, ki so skavtska posebnost, in je ravno zato nemalokrat zaščitni znak skavtstva. K pioneristiki sodijo vozli, vezave, spretnosti z vrvo in zgradbarstvo. Pri zgradbarstvu gre za povezovanje lesenih palic in hlodov v najrazličnejše zgradbe – mostove, vhodne zgradbe, stolpe, taborne kuhinje ipd.

način učenja. Že Baden Powell je poudarjal, da se moramo vozle in ostale pioneristične spretnosti učiti na praktičnih primerih. Vozli sami po sebi so večinoma neuporabni (razen morda v okrasne namene). So samo sredstvo. Srečanje voda, noviciata ali klana lahko prestavimo v gozd, kjer preizkušamo posamezne vozle, postavimo kakšno zgradbo, se spuščamo po vrvi, tekmujejo v zvezovanju rok, naredimo most iz vrvi ali karkoli nam pač pade na pamet.



Vozle se je najlažje učiti v majhni skupini, tako, da so »učenci« za tistim, ki kaže vozle (vidijo, kot da bi sami delali vozle). Najbolje je, da naenkrat spoznamo samo nekaj vozlov in ne kar vse. Vedno pa moramo pokazati vozle na ustreznem primeru uporab, npr. tovorni na začetku vezave, natezaln pri napenjanju vrvi ipd. Upoštevati je treba tudi, da se nekateri po naravi precej težje učijo vozle kot drugi in potrebujejo več ponavljanja. Tisti, ki mu gre bolje, naj pomaga ostalim.

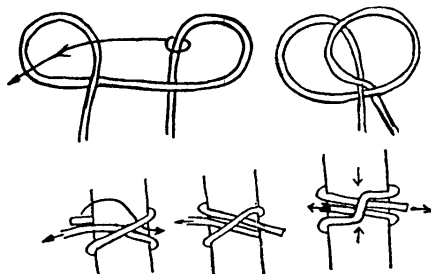
Kako se učiti vozle?

Bistvo vozlanja je, da uporabimo pravi vozle v pravem trenutku in da ga naredimo pravilno. Dober vozle drži, ko je to potrebno, in se hitro odveže, ko to želimo. Pomembna je tudi estetika - če bodo vrvi lepo prepletale, je vozle verjetno dober. Slab vozle pa se pri obremenitvi razveže ali se zategne, da ga ni moč odvezati.

Tovorni vozle

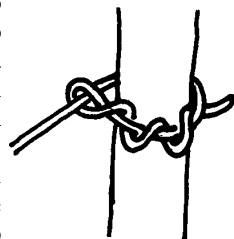
To je eden izmed najuporabnejših vozlov v zgradbarstvu. Uporablja se ga v primerih, ko vozle ne sme drseti navzdol ob palici ali drevesu, npr. pri napenjanju vrvi čez potok. Običajno se s tem vozlov začne večina vezav. Vozle lahko zavežemo na dva načina; lahko ga naredimo na sredini vrvi in ga nataknejo na količek (slika) ali pa uporabimo konec vrvi (slika). V drugem primeru moramo še posebno paziti, da prosti konec po drugem ovojju speljemo pravilno. Pravilnost vozla preverimo z močnim potegom. Tovorni vozle zdrži samo

vodoravni poteg (pravokotno na palico), zato v primeru, da vlečemo vrv pod kotom, raje okrepimo vozle s polvozlov ali dvema na glavni vrvi. To je še posebej priporočljivo v primeru majhnega trenja in gladkih vrvi.



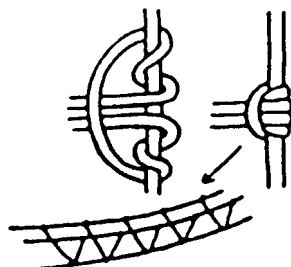
Začetni vozle

Ta vozle se lahko uporabi namesto tovornega vozla na začetku vezave ali pa za pritrdjevanje vrvi na splošno (slika). Je preprostejši od tovornega vozla, je samozategujoč in ob razvezovanju takoj popusti. Njegova največja prednost je ta, da v primeru debelega drevesa, na katerega delamo vozle, porabimo mnogo manj vrvi kot pri tovornem.



Prusikov in kavbojski vozle

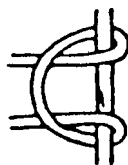
Prusikov vozle se uporablja predvsem za pritrdjevanje manjših vrvi na debelejšo. Kadar je vozle obremenjen, krepko drži in ne drsi, ko pa ga razbremenimo, ga lahko premikamo navzgor ali navzdol ob debelejši vrvi. Z nekaj





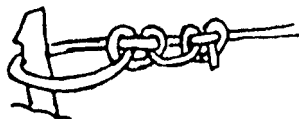
vrvicami, zvezanimi v neskončno zanko (oba konca zvezana skupaj), lahko z nekaj spretnosti plezamo po vrvi navzgor in navzdol (slika)

Še bolj preprost od prusikovega je kavbojski vozel. Kadar delamo vozel za dalj časa (npr. pri opičjem mostu), ga moramo okrepiti s polvozlom na glavni vrvi.



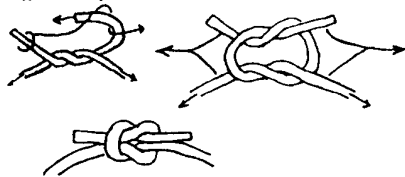
Napenjalni vozel

Običajno se uporablja za napenjanje vrvice pri šotoru ali npr. mreži za odbojko, saj lahko z njim enostavno, kadarkoli **spreminjamo napetost vrvi** (slika). Da je vozel bolj zanesljiv, ga ponovimo večkrat (slika). Pravzaprav gre za kavbojski vozel (se napenja lažje kot tovorni), narejen okoli glavne vrvi. Vrv napnemo ali zrahljamo, če pomaknemo vozel (vozle) navzgor ali navzdol po vrvi.



Ambulantni vozel

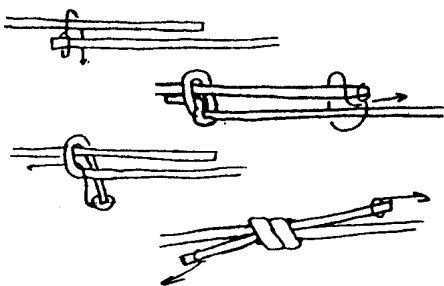
Uporablja se ga za zvezovanje dveh vrvi **enake debeline**. Ker je ploščat, je uporaben pri obvezovanju ranjencev s trikotno ruto (vozel ne tišči). Primeren je tudi za **zaključek vezave**, saj dobro drži in se ga da hitro razvezati. V primeru, da vrvi vlečeta narazen, npr. na koncu vezave ali pri paketu, in ni v bližini nikogar, ki bi »posodil prst«, lahko naredimo kirurški vozel. Ambulantni vozel pa ni zanesljiv pri zvezovanju različno debelih ali gladkih vrvi. Pri različno debelih vrveh uporabimo tkalski, pri gladkih pa ribiški vozel.



Ribiški vozel

Ta vozel je za zvezovanje dveh vrvi v večini primerov **bolj zanesljiv kot ambulantni**. Uporablja se ga **pri podaljševanju vrvi**, bolj primeren od ambulantnega pa je tudi za zvezovanje gladkih vrvi in v primerih, ko mora

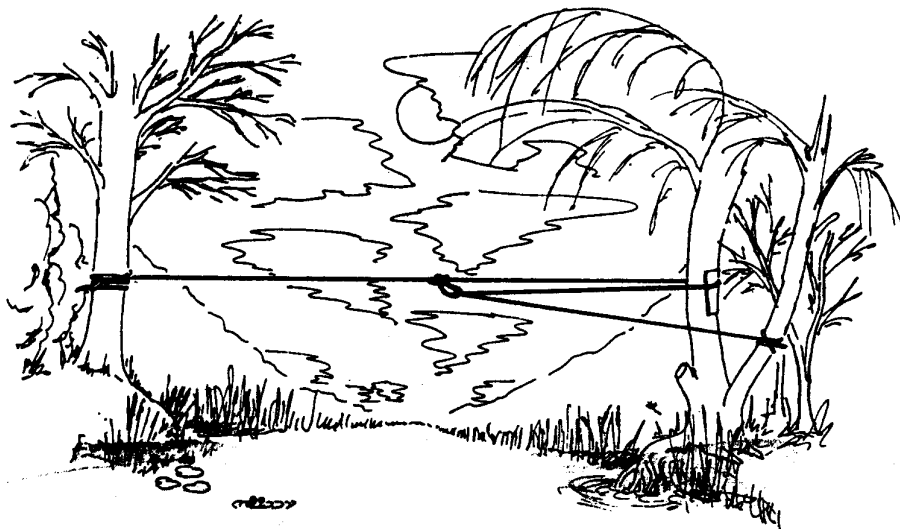
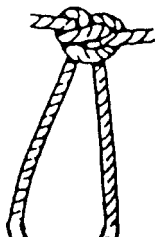
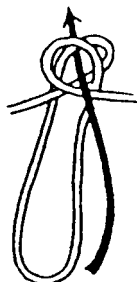
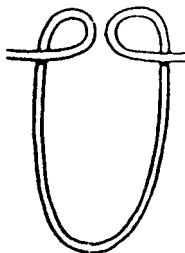
vozel zdržati sunkovite potege. Uporabljajo ga tudi ribiči za zvezovanje laksa, saj ne drsi. Pomembno pa je, da sta obe vrvi enako debeli. Pri izdelavi je potrebno paziti, da sta zaprta polvozla, iz katerih sestavimo vozel, pravilno obrnjena, da konca vrvice gledata vzporedno z vrvjo in ne pravokotno. Vozel razvežemo tako, da potegnemo polvozla spet narazen in razrešimo vsakega posebej.



Natezalni vozel - napenjanje vrv

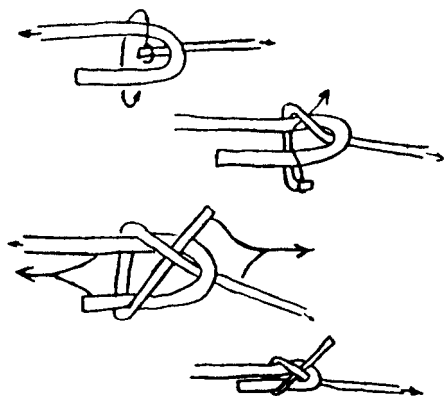


Uporabimo ga, kadar hočemo močnejše napeti vrv (ima podobne lastnosti kot škripec ali ročni vitel; vrv vlečemo s pol manjšo silo, kot je posledična napetost vrv) - slika. Kadar na primer napenjamo vrv čez potok, na eni strani s tovornim vozlom privežemo vrv, na drugi pa nekaj metrov pred drevsom naredimo na vrvi trdno zanko, npr. alpski metulj (slika). Prednost alpskega metulja je v tem, da je to nedrseča zanka, za izdelavo katere ne potrebujemo koncev vrv; lahko jo zvežemo sredi vrv. Ko je trdna zanka torej narejena, vrv napeljemo okoli drevesa, skozi trdno zanko, nato prosti konec močno napnemo (pokličemo več krepkih skavtov). Vrv lahko še bolj učinkovito napnemo, če pritrđimo v trdno zanko in na drevo škripec in skozi le-te speljemo vrv. Tako v veliki meri zmanjšamo trenje, ki ga je pri debelejših vrveh in drevsah precej. Ne pozabimo tudi na zaščito lubja na drevesu (npr. pod vrv podložimo več plasti kartona ali deščice.)



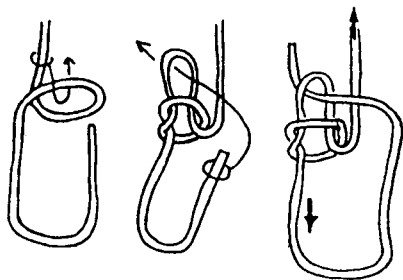
Tkalski voz

Ta voz je primeren za zvezovanje vrvi, ki sta lahko različne debeline. Npr. pri napenjanju vrvi čez potok, kjer je običajno lažje najprej napeljati čez potok tanjšo vrv, nato pa z njo potegniti za sabo še debelejšo. Vozel se uporablja tudi pri tkanju in izdelavi visečih mrež. Vozel naredimo tako, da tanjšo vrv vpletemo v polzanko, narejeno iz debelejše vrvi (slika).



Mrtvi voz

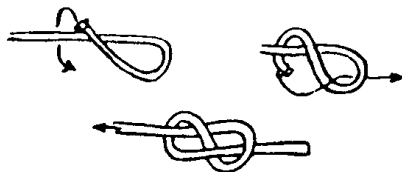
Lastnost tega vozla je, da z njim pridobimo zanesljivo **trdno zanko**, ki se **pri obremenitvi ne zateguje**. Zato so ga včasih uporabljali za navezovanje pri plezanju. Z njim lahko tudi npr. privežemo psa (zanka ga ne bo dušila). Pomembno je, da vozel pravilno zategnemo, saj bo le tako zanka postala uporabna...



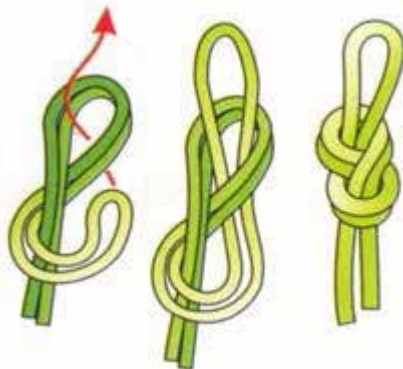
Osmica

Osmico oz. njena vpletena izvedba se je zaradi preproste kontrole pravilnosti in nizke verjetnosti napake uveljavila kot osnovni voz

pri plezanju. Z osmico lahko preprečimo, da bi vrv drsela skozi obroč, lahko pa jo uporabimo tudi v **okrasne namene**. Z njo lahko tudi preprečimo, da se vrv na koncu razplete oziroma razcefra. Večinoma je bolj primerna kot navaden zaprti polvoz in se tudi lažje odveže. Osmica je osnova za veliko drugih vozlov, npr. vodniški, zanka z osmico idr.



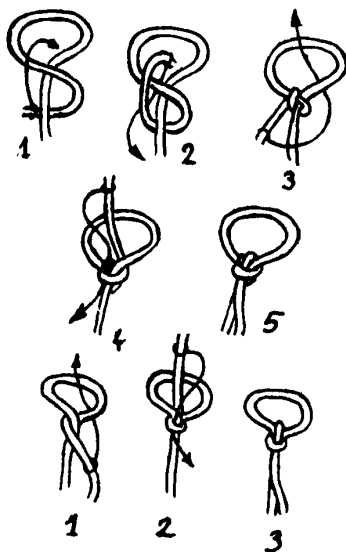
Zanka z osmico



Za spust po drevesu obstaja malo morje vozlov (Andrejev, Roparski...), vendar je zajaneslivejša in najvarnejša izmed vseh zanka z osmico. Konec vrvi prepognemo, tako da dobimo dvojino vrv in z njo naredimo klasično osmico. V na koncu vozla dobljeno zanko vstavimo en pramen vrvi, drugega pa imamo za poteg. Zanka z osmico je posebej uporabna pri postavljanju jambora, saj poleg popolne varnosti zagotavlja zanesljivo razvezovanje, tudi ko bo vozle metre nad nami.

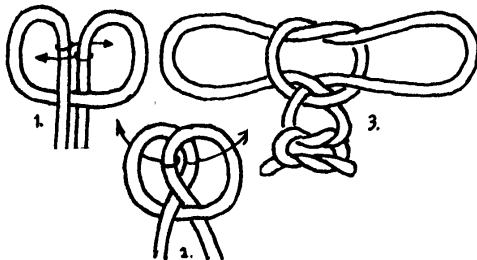
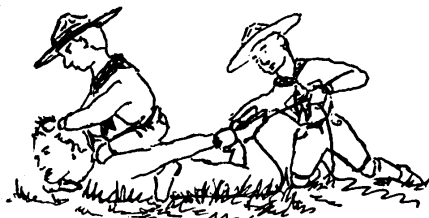
Kravata

Za skavta se spodobi, da si zna sam zavezati kravato. Predstavljeni sta preprostejša in malo zahtevnejša različica. Prva je primerna predvsem za debelejšje tkanine, druga pa za mehkejše, saj je vozel pri tej različici debelejši. V obeh primerih ovijamo širši konec kravate okoli ožjega. Pomembno je, da vozel na koncu lepo poravnamo in primerno zategnemo.



Polijski vozel

Uporablja se predvsem za zvezovanje rok ali nog. Običajno je bolj zanesljiv, če ga kombiniramo z nekaj ovoji okrog vsake roke; primerno zategnemo in zaključimo z ambulantnim vozlom. Pazimo, da »ujetnik« med zvezovanjem namenoma ne drži rok preveč narazen, saj je v tem primeru vezava le navidez zategnjena. Zvezani se bo težje razvezal, če mu roke zvežemo na hrbtu, vrv napeljemo še okoli vratu ter zaključimo izven dosega rok ali zob, npr. na tilniku.



2. VEZAVE

Zakaj 3/4 tabornih zgradb razpade že po treh dneh?

Odgovor je izredno banalen. Smešen. Da se stvar ne bi več dogajala, bi si moral vsak izmed nas vzeti samo 3 minute dragocenega časa. V teh treh minutah pa bi lahko osvojili okroglih 60 % znanja o tabornih zgradbah.

Vezeve so najpomembnejše znanje v pioneristiki. Ostalo je samo še domišljija in kombiniranje.

Kako naredimo vezavo?

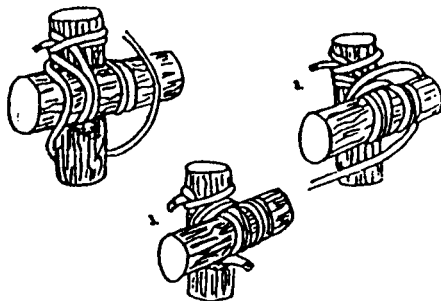
Naloga je preprosta: dva drogova in nekaj metrov vrvi spojiti v eno. Začnemo z lesom - prekržamo ga pod želenim kotom, po potrebi izsekamo tudi (natančne!) utore. Na enega izmed drogov privežemo vrv. Zdaj pa nekaj pomembnega: ni treba začeti s tovornim vozlom. Zato imamo boljši, lažji, hitrejši vozle - začetni vozle. Naredimo ga tako, kot je označeno na sliki nekaj strani nazaj - vrv speljemo okoli droga, gremo okrog glavne vrvi in konec nekajkrat ovijemo. Ta vozle je celo samozategujoč in ob razvezovanju takoj popusti. Vrv lahko privežemo tudi s tovornim vozlom, kot je prikazano na sliki, vendar je začetni preprostejši za izdelavo.

Nadaljujmo! Če smo začeli na spodnjem drogu, gremo sedaj čez zgornjega, nato pod spodnjim in spet nad zgornjim. Sedaj je tudi že skrajni čas, da zadevo natančno poravnamo - pazimo, da je vezava ves čas tik ob stiku drogov in ves čas lepo vzporedna.

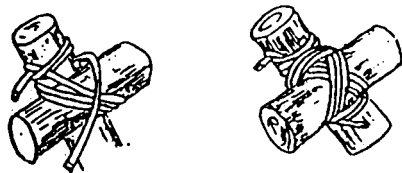
Prišli smo tudi do odločilnega trenutka - ali bo vezava držala ali ne, je še popolnoma odvisno od nas - od tega, ali **zategujemo ali ne**. Seveda se potrudimo. Nadaljujemo z ovijanjem vrvi po istem vzorcu: vrv naj bo ves čas ob stiku in vzporedna, na eni prečki jo ovijamo navzven, na drugi pa navznoter, da že sama vrv dosega učinek zategovanja. Ne pozabi na pravilo: **lepa vezava = dobra vezava**. Po treh ali štirih ovojih končamo, saj nadaljevanje nima več smisla - raje bi bili vzeli močnejšo vrv.

Čeprav smo že ves čas zategovali, dodamo zategjenosti še piko na i z dvema ali tremi

ovoji MED drogoma. S tem vezavo dokončno zategnemo. Ostane samo še pomembna malenkost - kam privezati konec vrvi? Ne smemo si privoščiti bližnjic in konca kar zatlačiti v vezavo. Običajno končamo z ambulantnim vozlom. Še prej pa, kot že ves čas, vezavo močno zategnemo.



Diagonalna vezava je po svoji uporabnosti pri vezanju pravokotnih prečk enakovredna križni vezavi. Pri pioneristiki je priporočljivo uporabljati tisto, ki jo znamo bolje narediti. Uporabnejša pa je pri zavezovanju prečk, ki se križajo pod ostrim kotom. Tovorni vozle napravimo nad vezavo na nosilni prečki, nato delamo ovoje okrog prečk v eni in nato še drugi diagonalni. Vez utrdimo s prečnim ovitjem med prečkama in zaključimo z ambulantnim vozlom.



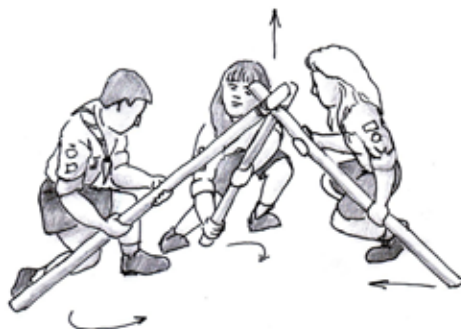
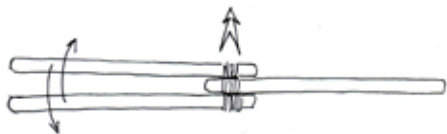
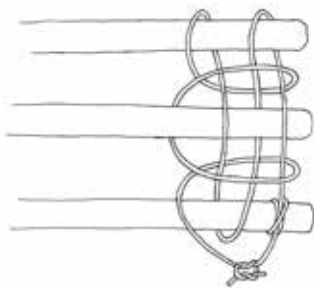
Kakšno vrv izbrati?

Res je, da je za razrhalnost kriva tudi vrv. Kot vemo, je **mokra vrv** daljša od suhe in tako kaj rado pride do neljubih raz- in zategovanj ali celo pretrganj. Temu so še posebno podvržene vrvi iz naravnih materialov. Na splošno so za vezave najbolj primerne **plastične pletene (polipropilenske)**, ravno tako dobro pa držijo tudi precej cenejše **plastične nepletene (najlonske) vrvi**



Vezava za tri palice – trinožnik

V zgradbarstvu se zaradi velike stabilnosti in nezahtevnosti precej uporabljajo **trinožniki**. Vezava na sliki je preprosta in zanesljiva. Palice vedno vežemo skupaj na tleh, ležeče vzporedno. Če je vezava preveč ohlapna, eno izmed palic 'prevrnemo' čez vezavo in jo s tem dodatno zategnemo. Paziti pa moramo, da se vrvi ne pretrga. Vezava se namreč zategne šele takrat, ko trinožnik postavimo v končni položaj. Vezava drži tudi pri večjem številu palic oz. drogov in pri debelejših in daljših hlodih (za stolpe).



Kako popraviti ročaj lopate – vzporedna vezava

Zlomljen ročaj orodja je najbolje zamenjati, vendar se nam običajno ročaj zlomi sredi dela, ko nimamo pri roki nadomestnega orodja. Če je zlom »daljši«, delno posledica razcepa lesa, ga lahko zasilno popravimo z **vzporedno vezavo**. Ta je uporabna tudi za vezavo dveh palic ali hlodov, da dobimo enega daljšega. Zvezana hloda ne bosta tako močna kot bi bil en sam daljši, pa vendar. Za večjo trdnost lahko postavimo palici tako, da se prekrivata na večji dolžini in ju zvežemo na dveh mestih. Če je palica okrogla, lahko naredimo na palicah, ki ju bomo zvezali, **utor**, tako da se bosta stikali dve ravni površini (in ne okrogli, kot bi se sicer). Pomembno je, da je vezava dobro poravnana in močno zategnjena. (Več o popravilu orodja boš našel v poglavju Taborna oprema.)

To sliko je potrebno popraviti tako, da sta dve vezavi - ena na levi in ena na desni.



Koliko vrvi potrebujem?

Dobro je vedeti, koliko vrvi bomo porabili za vezavo. Približno pravilo je **25 cm vrvi za vsak centimeter** debeline drogov (imamo 2 droga!) – torej, če vežemo tri- in

petcentimeterskega, potrebujemo pribl. 2 m vrvi. Kljub upoštevanju pravila je dobro znati ribiški voz, s katerim vrv po potrebi podaljšamo.

Če se držimo teh zakonov, vezava **ne more** biti slaba in sama zgradba nam bo v ponos vse taborjenje. Izkušnost čete se da kaj hitro določati po bežnem ogledu vezav – to tudi loči novinca od starega mačka!



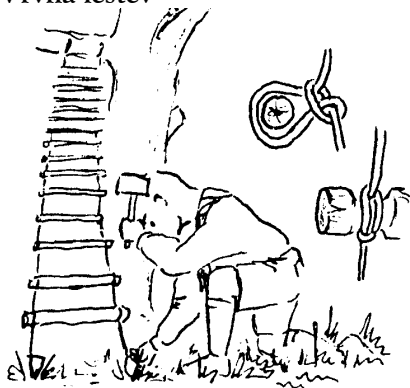
Še enkrat »ZAKONI VEZAVE«:

• Začnemo z začetnim ali s tovornim vozlom.

- Vrv poteka ves čas tik ob stiku drogov.
- Vrv mora biti ves čas vzporedna.
- Lepa vezava = dobra vezava.
- Vse je zaman, če ves čas ne zategujemo!

3. SPRETNOSTI IN TRIKI, KI NAM OLAJŠAJO DELO

Vrvna lestev



Lesena ali aluminijasta lestev je nepraktična za prenašanje ali prevažanje, pa tudi lesenemu stolpu se ravno ne poda. Za vrvno lestev običajno uporabljamo voz **zadruga**, za katerega ne potrebujemo koncev vrvi. Na dve enako dolgi vrvi v enakih razmakih navežemo lesene palice ter dobro pritrdimo oba konca lestve. Pri sestavljanju lestve je pomembno, da so razmaki na levi strani lestve enaki kot na desni, sicer se nekatere prečke postrani. Sam

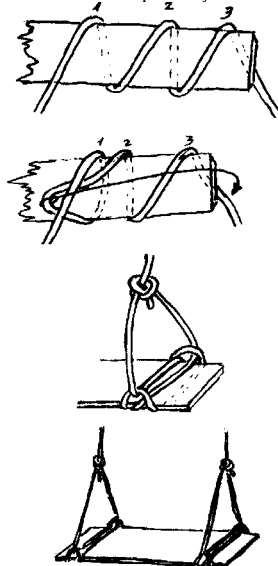
vozel pa mora biti obrnjen z drsečim koncem **navzgor** (»vozel« mora biti na spodnji strani), sicer ne drži. Plezanje po lestvi je precej lažje, če je lestev dobro napeta – pritrjena tudi na spodnjem koncu. V primeru, da je vrv pritrjena samo zgoraj, je potrebno plezati »od strani«; z eno nogo in eno roko na eni strani lestve, z drugo roko in nogo pa na drugi.

Pritrjevanje deske – izdelava gugalnice

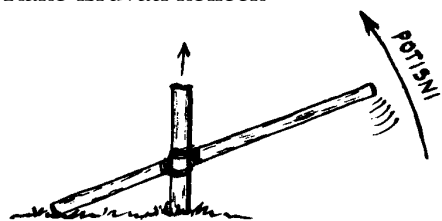
Ste si že kdaj na taboru (ali doma) zaželeli gugalnice? Ali pa vas je zanjo milo prosila prijatna skavtinja?

Stvar je lahko izredno preprosta, če poznamo ustrezen vozel oziroma vezavo. Vrv trikrat ovijemo okoli deske, srednji ovoj peljemo pod levega in ga čez ostala dva natakneмо čez desni konec deske. Prosti konec navežemo na nosilno vrv z mrtvim vozlom. Da si prihranimo neljube »izstrelitve« v zrak, pomaknemo celotno vezavo najmanj 5–10 cm od roba deske. Enako seveda ponovimo na drugi strani deske.

Kakor je vezava primerna za gugalnico, dobro služi tudi za viseče police in podobne priročne priprave. Vezava zanesljivo drži desko v vodoravnem položaju.



Kako izruvat količek



Nemalokrat se zgodi, da po koncu tabora ne moremo izruvat globoko zabitega količka. Pomagamo si s starim trikom – z **vzvodom**. Na zabiti količek s kavbojskim vozlom pravokotno privežemo daljši drog, ga na krajšem koncu naslonimo na tla (če so mehka, podložimo npr. krajnik), daljši konec pa primemo na koncu in dvignemo. Med količkom in vzvodom naj bo **pravi kot**. Za izrutje bo potrebna precej manjša sila, kot če bi poskusili izvleči količek neposredno.

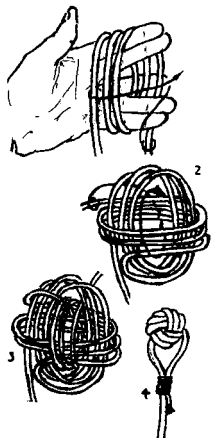
Turški vozle – obroček za rutko

S tem vozlom si lahko spletemo turban, uporablja pa se ga tudi za izdelavo obročka za skavtsko rutko. Najprej naredimo osnovni vozle (slika), nato pa s prostim koncem sledimo vrvi še enkrat do trikrat. Končamo z ambulantnim vozlom ali zatlačimo konce v notranjost vozla. Za izdelavo obročka za rutico potrebujemo približno meter vrvice. Je nadvse primeren za majhno darilce!



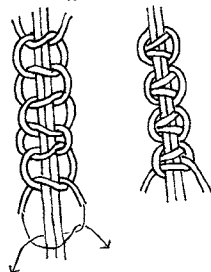
Opičja pest – kroglica iz vrvi

Kroglica iz vrvi nam lahko služi kot obesek (idealna za doma izdelano darilce!), lahko pa jo uporabimo tudi kot **metalni vozle**. Najprej vozle prepletemo, vstavimo okrogel predmet (npr. frnikulo, okrogel kamenček, zmečkan papirček ipd.), šele nato začnemo previdno zategovati. Pomembno je, da skrbimo, da se vrv nikjer po nepotrebem ne križa. Krajši konec lahko zatlačimo v vozle.



Makrame – zapestnica

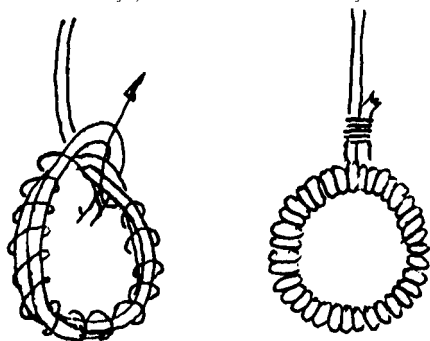
Dobro je poznati osnove makrameja – **vozljanja v okrasne namene**. Na sliki je primer osnovnega vozla, s katerim lahko spletemo zapestnico, obroček za rutko, pogosto pa se uporablja tudi pri izdelavi visečih košar za lončnice. Na palico privežemo štiri vrvi, nato pa stranski dve prepletamo okoli sredinskih, kot bi delali ambulantni vozle. Zmenično enkrat z ene, drugič z druge strani. Če začenjamo vedno na isti strani, dobimo podoben vozle, vendar v obliki spirale. Po želji kombiniramo z drugimi vozli.



Roverček

**SKICI PRI ROVERČKU TREBA POPRAVIT
– NOBENA VRV NE BI SMELA ŠTRILETI VEN**

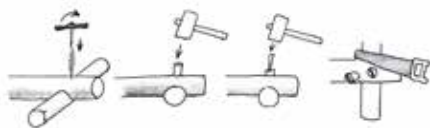
Roverček je značilna skavtska igra, ki ne zahteva posebnega predznanja in je tako primerna za vsakogar. Potrebujemo pa obroč iz vrvi. Vzamemo približno 10 metrov 8-milimetrske vrvi, naredimo začetnih nekaj ovojev (glede na želeno debelino; običajno 5–7) ter okoli njih na tesno ovijemo preostalo vrv. Glede na sile, ki jih mora prenesti roverček med igro, vse skupaj dobro zategujemo; že sproti in še dodatno na koncu, ovoj za ovojem, najboljše večkrat. Ovoji morajo biti tesno eden ob drugem. Pomembno je, da je zaključek vozla dober, da se vozal med igro ne razveže. Uporabimo lahko ambulantni vozal in prosta konca po možnosti še 'zašijemo' skupaj z manjšo vrvico ali nitjo, da se obroč ne razrahlja.



Uporaba žebelj, klinjenje

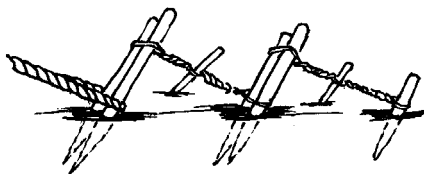
Žebli so vsekakor zelo praktična pridobitev. Vendar je pri skavtih običajno, da se žebljem izogibamo in namesto njih uporabljamo vrvi. Ko z vezavo težko zagotovimo trdnost oziroma nepremičnost vezave, si lahko pomagamo z utori ali iz lesa izdelanimi zatiči, ki jih zabijemo v predhodno izvrtane luknje.

Kljub občasni skušnjavi, da bi uporabili žeblje, se moramo zavedati, da je uporaba vrvi skavtska posebnost, ki jo velja ohranяти. Zgradba, zvezana samo iz vrvi, pa ima tudi poseben čar in je nenazadnje lepša od z žebli zbite.

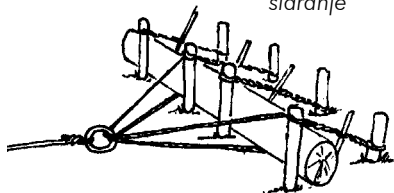


4. OKREPLJENO KLINJENJE

Zabijanje klina na kamniti podlagi, razmočenem terenu ali v silovitem neurju zna biti še kako težavno, še posebej če klin igra ključno vlogo pri izbrani zgradbi. Nema lokrat se zgodi, da moramo bivak, šotor ali katero drugo skavtsko zgradbo postaviti na mestu, kjer jo težko zaklinimo v tla. V primerih, ko kol zabiti v zemljo ni dovolj, lahko uporabimo okrepljeno klinjenje.

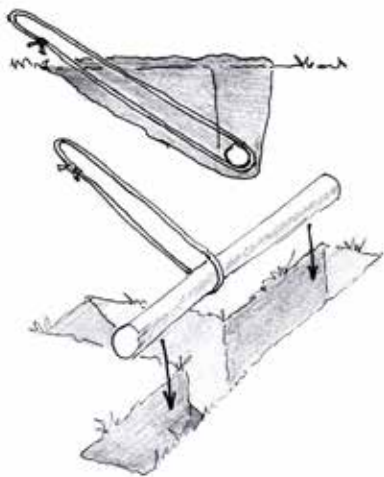


sidranje



Mrtvi mož (ang. dead man)

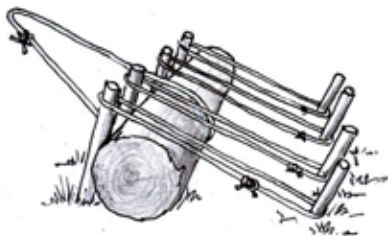
Prvi način je najbolj primeren, ko želimo okrepiti sidrišče na razmočenem terenu (ko prst izgubi svojo ključno lastnost za klinjenje - zbitost). V zemljo vzporedno z zgradbo izkopljemo dobrega pol metra globoko luknjo, v katero položimo poleno (deblo). Dolžina polena je odvisna od sorazmerja velikosti zgradbe, v vsakem primeru pa naj bo dolgo vsaj slab meter. Na sredi luknje v liniji vrvi vkopljemo še manjši utor, skozi katerega se bo do polena vila vrv. Okoli polena naredimo zanko (mrtvi voz), na katero navežemo vrvi. Nato luknjo s polenom in vrvjo vred zakopljemo. Vkolikor želimo sidrišče še okrepiti, lahko po želji zabijemo klinke na vsako od prednjih dveh strani, da poleno nikakor ne more uiti iz zemlje.



Klinjenje polena

Drugi sistem klinjenja je nekakšna površinska različica zgoraj opisanega »mrtvega moža«. Potrebujemo vsaj osem klinov in poleno. Štiri klinke enakomerno zabijemo vzdolž polena na njegovi prednji strani, ostale štiri pa kakšnega pol metra za njim - točna oddaljenost je seveda znova odvisna od razmerja velikosti zgradbe in polena. Kline med seboj povežemo z vrvjo kot kaže slika. Na deblo navežemo nosilno vrv, s čimer je sistem

pripravljen. Deluje po principu enakomernega razporejanja teže, ki se preko debla prenaša na prve štiri klinke, iz njih pa še na zadnje štiri.



Sistem podvajanja klinov

Tale opisani sistem pogosto uporabljamo na terenu, kjer klinca ne moremo zabiti globoko v zemljo. Za izvedbo potrebujemo več klinov (navadno 3 ali 7) in vrv. Najprej zabijemo prvi klin, nato pa za njim še dva, ki ju povežemo s prvim klinom kot kaže slika. Če želimo klin še bolj okrepiti, postopek ponavljamo za zadnjo vrsto klinov, vse dokler ne dosežemo nosilnosti, ki o potrebujemo. Pri izdelavi klinov je priporočljivo da naredimo utor pod vrhom klinca, ki skrbi da se vrvica ne spolzi po klinu navzdol.



5. TABORNE ZGRADBE

Kako se lotiti gradnje?

Preden začnemo z gradnjo tabornih zgradb, moramo najprej oceniti (1) zmožnosti skupine, ki bo objekt gradila, (2) količino materiala, prostora in časa, ki ga imamo na voljo ter (3) namen in tip objekta, ki ga bomo postavili. Šele nato lahko začnemo z zbiranjem idej, pri čemer je najbolje, da sodelujejo vsi udeleženi, saj bodo tako bolj motivirani pri gradnji objekta.

Pri oblikovanju končnih idej smo pozorni, da te izpolnjujejo vse zgoraj napisane zahteve. Ko je načrt zgradbe pripravljen izdelamo maketo, ki nam pomaga najti šibke točke izbrane ideje. Tako lahko večino težav rešimo že pri načrtovanju in ne kasneje pri gradnji, kar je veliko lažje, hitreje in bolj varno.

Preden začnemo z gradjo ne bo odveč, če udeleženi še enkrat ponovili vse potrebne vozle, vezave, kako se varno rokovati z orodjem ter ostala znanja, ki jih potrebujemo pri gradnji. Veliko lažje in bolj učinkovito je ponavljanje pred samo gradnjo, kot pa ko gre za res.

Kako poteka gradnja?

Ne glede na velikost tabornih zgradb, te navadno gradimo v skupinah od 5 do 10 ljudi. Ko je v gradnjo udeleženih več ljudi (v primeru večjih objektov), te razdelimo v manjše skupine, saj je tako lažje voditi gradnjo. Delo v vsaki skupi nadzoruje vodja, ki usmerja druge, jim daje delo, jih spodbuja in nadzoruje, ali gradnja poteka po načrtih, kvalitetno ter ali je zagotovljena varnost.

Pogosta napaka preveč marljivih vodij je, da se sami lotijo dela, medtem ko ostali postopajo naokoli, ne vedoč, česa naj se lotijo. Tako je opravljenega nekajkrat manj dela, kot če vodja ne bi nič delal, ampak bi samo skrbel, da imajo vsi ostali primerno delo. Vodja, ki je ponavadi najbolj izkušen, mora včasih določeno delo **namerno prepustiti drugim**, čeprav bi ga morda sam opravil hitreje in bolj kvalitetno. Le tako bodo tudi drugi napredovali.

Ena izmed najpomembnejših nalog vodje je, da **spodbuja** celo skupino. Posebno pri zahtevnejših zgradbah namreč po nekaj urah dela pogosto upade navdušenje. Vsi so že utrjeni, gradnji pa še kar ni videti konca. V takim primeru je nujen odmor in spodbujanje. Pomembno pa je tudi, da vodja previdno razporeja delo; ne sme se zgoditi, da bi ostalim nalagal dolgočasno in duhamorno delo, sam pa bi opravil samo najbolj prijetna dela. Vsak mora čutiti, da je njegovo delo koristno in da je pomemben za dokončanje zgradbe. Seveda pa moramo že pred začetkom gradnje razmisliti, ali je načrt izvedljiv in ali ni preobsežen. Le tako bodo lahko vsi začutili

veselje in ponos ob dokončani zgradbi in se bodo tudi naslednjič z veseljem lotili kakšne zgradbe.

Kje dobiti primeren les?

Včasih je težko dobiti primeren les za zgradbe; predvsem v gosteje poseljenih predelih. Obrnemo se lahko na **lokalne gozdarje** in jih poprosimo za pomoč. Niso redki primeri nasadov smrek, kjer so drevesa nasajena zelo na gosto. S **soglasjem lastnika** (in po možnosti v sodelovanju z gozdarjem) lahko tak nasad očistimo odvečnih in suhih dreves, ki pravzaprav zavirajo rast ostalih dreves. Uporabna so napol suha drevesa in t. i. **sušice**, posušena drevesa, ki pa (še) niso strohnela ali gnila. Poiščemo pa lahko tudi podjetje ali kmeta, ki se ukvarja s sečnjo. Tanjše smreke niso primerne za izdelavo desk, zato jih običajno za manjši denar prodajo za izdelavo sekancev in celuloze.

5.1. Jambor

Jambor že iz daljave kaže, kje se nahaja skavtski tabor. To ni samo drog, na katerega obesimo zastavo, ampak ima tudi **simbolno vrednost**. Podobno kot pri nevestinem mlaju je tudi pri jamboru višina prestižnega pomena za taborečo skupino. Po tradiciji naj bi padec jambora (iz kakršnegakoli razloga) pomenil tudi konec tabora! Zato je jambor ena izmed ključnih točk nočne straže.

Leg

Za jambor najprej izberemo lego. Navadno ga postavimo v **osrednji del tabornega prostora**, pri čemer pa je za vsaj eno dolžino jambora oddaljen od vseh ostalih tabornih zgradb. Vendar ne pozabi, da je jambor postavljen tik ob gozdu, lahek plen za napadalce tabora!

Izbira drevesa

Ko torej izberemo prostor, izberemo še sam jambor; pri nas je to ponavadi smreka, saj je **vitka in ravna**. V vsakem primeru se moramo dogovoriti z lastnikom, če dovoli, da si

izberemo jambor v njegovem gozdu. Najmanj škode bomo povzročili, če si izberemo smreko, ki raste »v senci« oziroma neposredni bližini večjega drevesa. Tako drevo bo precej verjetno ravno in ne predebelo. V primeru zelo gostega nasada smrek bomo s tem omogočili boljšo rast sosednjim drevesom. Drevo pa si moramo dobro ogledati, še preden ga začnemo sekati, da se kasneje ne izkaže, da nam pravzaprav ni všeč, da ni ravno ali da je pretežko, da bi ga sploh dvignili!

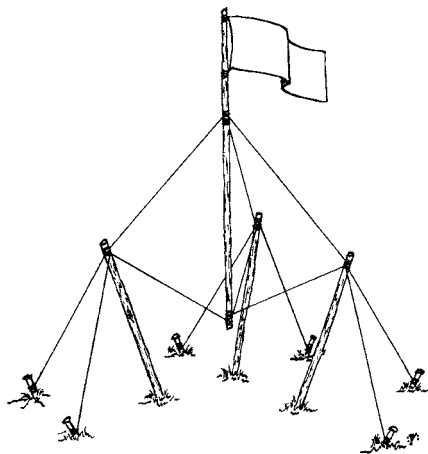
Priprava jambora

Posekano drevo očistimo vseh vej in lubja. Še preden ga začnemo z dvigovanjem pripravimo vse potrebno. Pod vrhom namestimo prečno palico in nanjo pritrdimo vponke, skozi katere namestimo vrico za dvigovanje zastave, ki naj bodo dolge vsaj za dve dolžini jambora. Najbolj primerne so plastične pletene vrvice (pribl. 3–5 mm), saj najlepše drsijo skozi vponko.

Nato zanke z osmico (glej vozle) pritrdimo tri primerno debele dvigovalne vrvi. Vlečne konce vrvi enakomerno razporedimo okrog jambora, tako da so pripravljene na vlečenje. Druge konce vrvi, ki vozle razrahljajo položimo ob jambor poleg vrvi za zastave, ki smo jih že prej namestili.

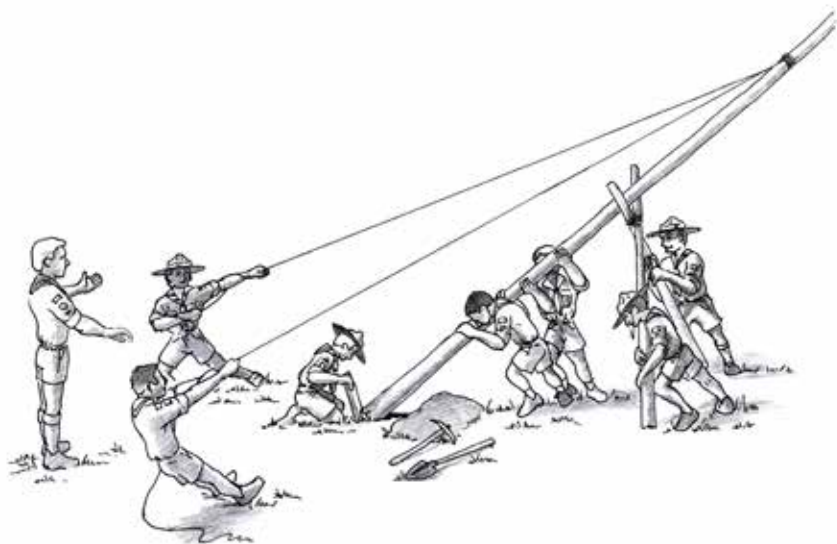
Še pred postavljanjem pripravimo dvojce t.i. **škarji** – dva močna kola zavezana v obliki narobe obrnjene črke V. Z njimi si bomo pomagali dvigovati jambor.

Jambor ni nujno samo en navpičen hlood. Lahko mu dodamo še več poševnih manjših prečk, lahko ga postavimo iz dveh sušic v obliki črke V, lahko postavimo oder za dvigovanje zastave ipd. Uporabimo torej domišljijo!



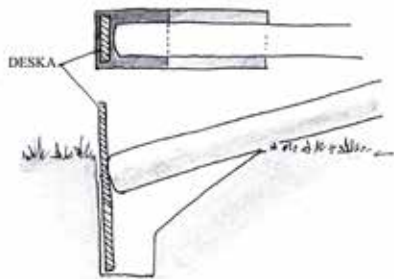
Luknja

Delo si lahko razdelimo tako, da ena skupina poskrbi za jambor, druga pa



postavljanje jambora

izkoplje luknjo. Velja pravilo, da mora biti luknja globoka približno **eno desetino višine jambora**, vendar je potrebno upoštevati tudi vrsto podlage. Luknja ne sme biti preširoka, saj bomo imeli težava z utrjevanjem pokončnega jambora. Za utrjevanje pripravimo **kamenje in lesene količke**, s katerimi bomo na koncu utrdili postavljeni jambor.



Pri vrtanju luknje si lahko pomagamo s temu namenjenim svedrom (glej poglavje Skavtska oprema). Da jambor lažje zdrсне v luknjo ob steno postavimo desko, ki prepreči, da bi se jambor započil v mehko steno luknje.

Postavljanje

Ko imamo vse pripravljeno počistimo prostor okrog jambora ter pokličemo zadostno število ljudi, ki bodo pomagali dvigniti jambor. Pri postavljanju je ključna dobra organizacija in disciplina. Določen mora biti nekdo, ki je glavni in usmerja postavljanje; samo on govori kako in kaj, da med dvigovanjem ne pride do zmede. Najprej odgovorni razdeli udeležence v 6 skupin: tri skupine za vlečne vrvi, dve skupini za škarje in eno skupino ljudi ob luknji. Ter jim razloži potek postavljanja in njihove naloge.

Najprej vse tri skupine, ki so zadolžene za vlečenje vrvi pomagajo dvigniti jambor na takšno višino, da se lahko pod njega postavijo škarje. Ko jambor varno leži na škarjah, se ekipe za vleko vrvi postavijo na svoje položaje (vendar vrvi še ne vlečejo). Nato nadaljujemo dvigovanje jambora s pomočjo škarij in sicer tako, da škarje ki so bolj oddaljene od luknje privzdignejo jambor, nato pa se druge škarje približajo luknji in jambor podprejo. Skupina ob luknji skrbi, da jambor pravilno pade v luknjo. Šele ko je jambor dovolj dvignjen (približno

45°) odgovorni usmerja skupine, ki vlečejo vrvi vse dokler jambor ne stoji vertikalno. Nato skupina ob luknji vanjo nameče kamenje ter jambor utrdi količki ter luknjo zalije z vodo, da zemljo čim bolj utrdi. Pri tem pazimo, da jambor stoji naravnost. Šele ko je jambor utrjen, lahko ekipe na vlečnih vrveh popustijo. Če smo vlečne vrvi pravilno pritrdili, jih bomo z lahkoto od stranili ter preizkusili, če vrvi za zastave gladko tečejo skozi vponke.

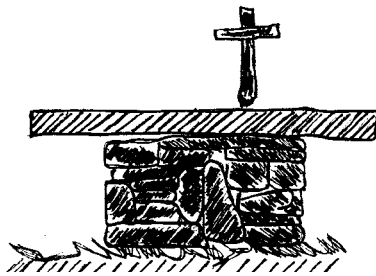
Kako obrnemo jambor?
Nemalokrat se zgodi, da npr. križ na vrhu jambora ni obrnjen tako, kot smo si zamislili. Na jambor približno meter nad tlemi z verigo (manj drsi) ali vrvojo pravokotno dobro privežemo močan, nekaj metrov dolg drog in jambor obrnemo s pomočjo vzvoda. Drog pritrdimo na jambor na enem izmed koncev droga, da imamo na drugi strani dovolj velik vzvod. To pa moramo narediti, še preden jambor dokončno utrdimo.

5.2. Vhodne zgradbe

Vhodna zgradba je tista, ki da gostu poleg jambora prvi vtis o taboru. Smiselno je, da je **povezana s tematiko tabora**; na morju npr. postavimo zgradbo v obliki ladje, če pa smo indjanci, postavimo ogromen indijanski šotor. Sestavimo lahko kakršnokoli zgradbo; obstaja precej že izdelanih različic, lahko pa si jo enostavno sami izmislimo. Obstajajo preprostejše dvodimenzionalne (npr. s »pajkovimi mrežami« prepleten »A«) ali pa zahtevnejše tridimenzionalne (npr. v obliki piramide, dveh povezanih stražnih stolpov ipd.). Pri načrtovanju moramo paziti, da bo zgradba res **služila svojemu namenu** – da bomo lahko pod njo po možnosti zapeljali tudi z avtomobilom ali traktorjem. V primeru, da je prehod skozi vhodno zgradbo kakorkoli zapleten, bodo ljudje raje hodili okoli, kot pa skozi zgradbo in tako bo ta izgubila svoj pomen. Iz podobnega razloga moramo tudi paziti, da bo vhodna zgradba postavljena tam, od koder bodo ljudje prihajali in ne bo umaknjena v kakšen kot. Sicer pa pri vhodnih zgradbah še posebej velja: »Uporablaj domišljijo!«

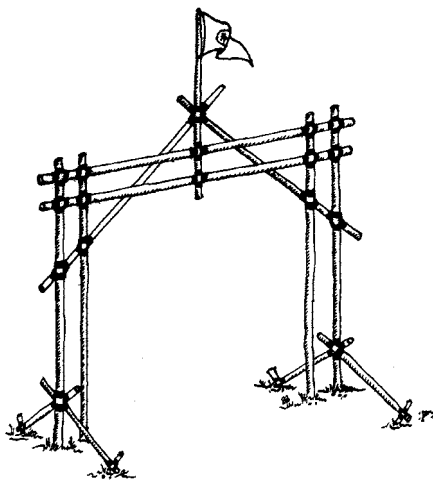
5.3. Mostovi in brvi

Gradnja mostu je poseben izziv. Izigibati se moramo gradnji mostu, kjer ni potrebe po njem; premostitev prave rečice ali vsaj grape bo zagotovilo neprimerno več motivacije. Kakšnega mostu se bomo lotili, je odvisno predvsem od dejstva, koliko časa (in sredstev) imamo na voljo. Iz samo dveh brun lahko naredimo v pol ure odličen in udoben most. **Opičji most** bo sicer precej manj praktičen za pogosto prečkanje, zato pa bo neprimerno bolj spektakularen. Lahko postavimo vhodno zgradbo v obliki mostu in npr. zgradimo dvižni most. Možnosti imamo precej.

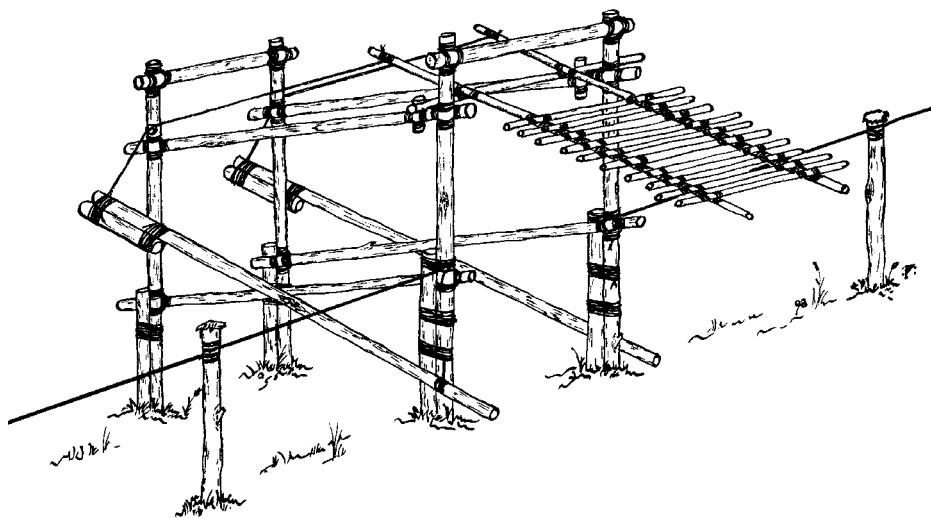


5.4. Oltarji

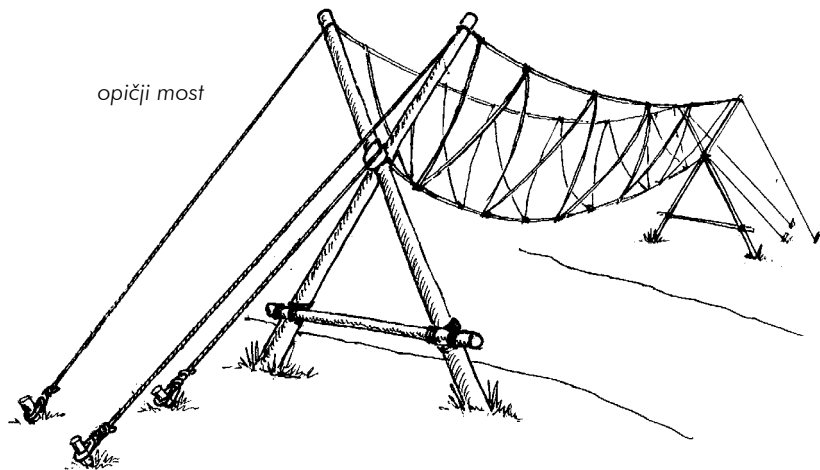
Tudi pri oltarjih lahko pride zelo do izraza ustvarjalnost. Oltar lahko predstavlja skoraj vse – lahko umetelno zložimo kamenje, okrasimo že obstoječo skalo ali pa izdelamo oltar iz lesa. Ni odveč opozorilo, da je pri oltarju ključen videz; **oltar mora biti lep**. Med mašo se bo opazila prav vsaka podrobnost. Običajno je v bližini dovolj rož, trav ali mahu - uporabimo naravne danosti!



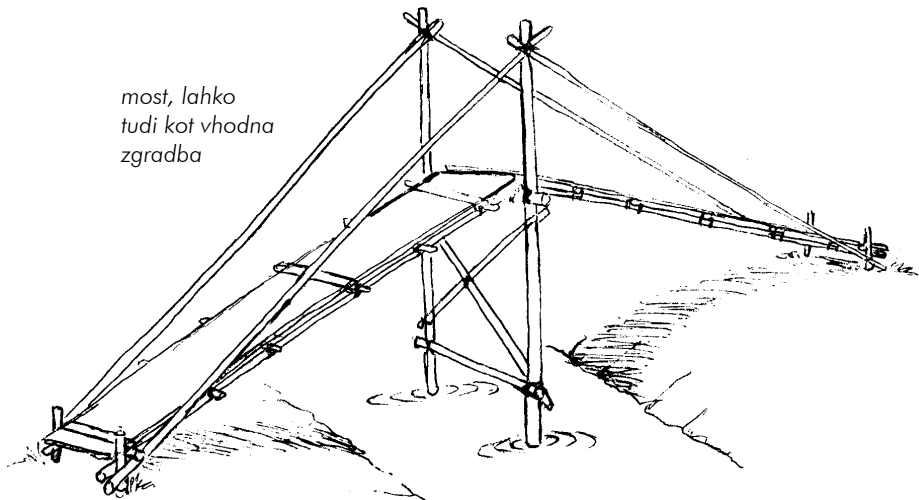
vhodni zgradbi



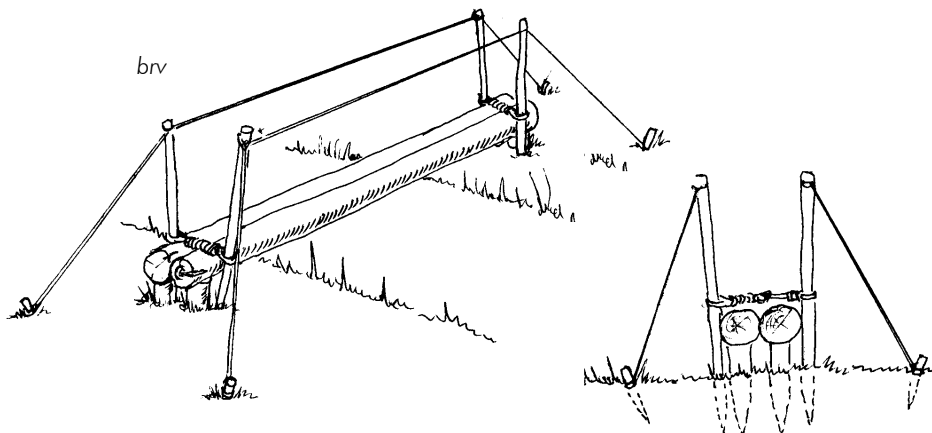
opičji most

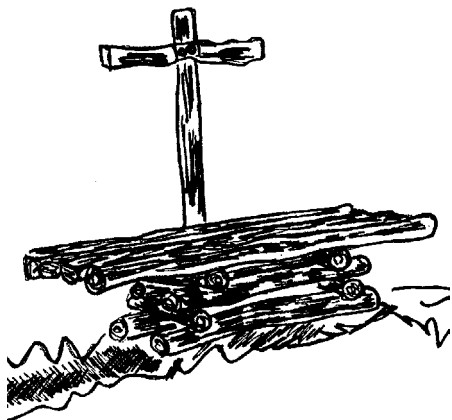


most, lahko tudi kot vhodna zgradba



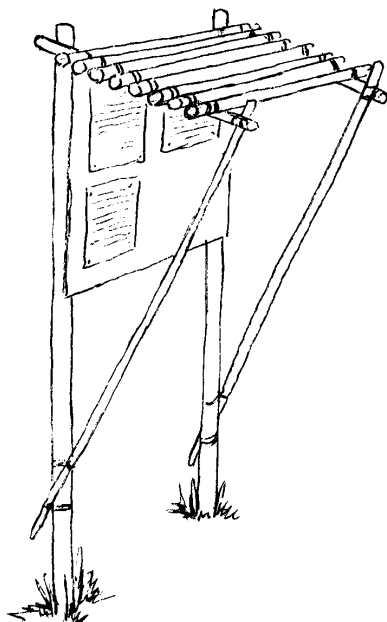
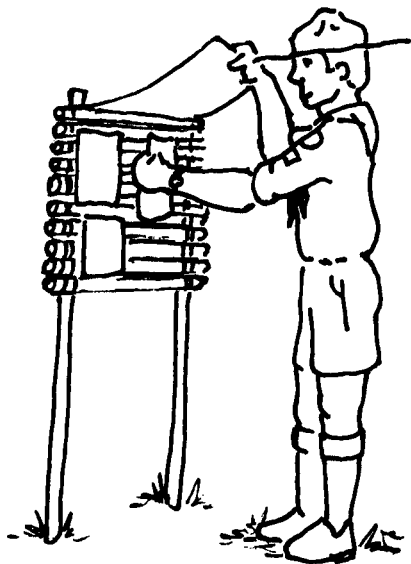
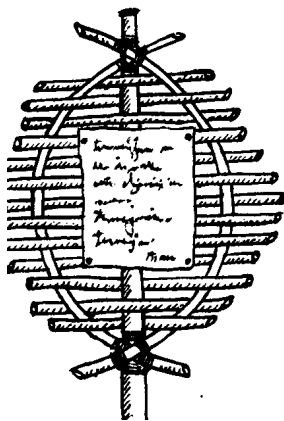
brv

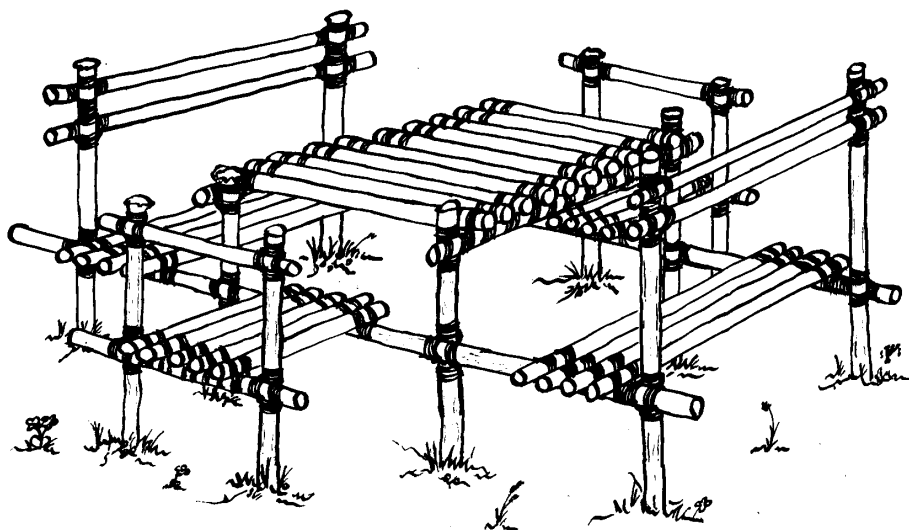
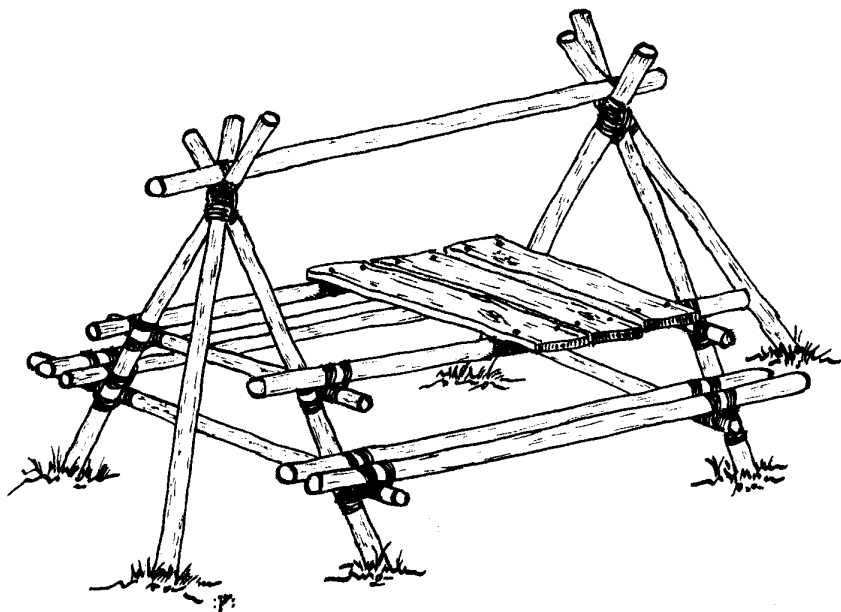




5.5. Oglasne deske

Iz neznanih razlogov na taboru nemalokrat zmanjka časa za spodobno oglasno desko. Vendar pa dostikrat razlog za klavrni izgled oglasne deske ni pomanjkanje časa, ampak pomanjkanje ustvarjalnosti. Vseeno pa ne smemo pozabiti tudi na osnovni namen, kateremu oglasna deska služi – obveščanje. Zato moramo premišljeno izbrati lego deske v taboru. Zelo uporabna je manjša **streha** na oglasni deski, ki preprečuje, da rosa ali dež uničujeta nalepljene papirnate liste. Sicer pa tudi tu velja uporabiti domišljijo.

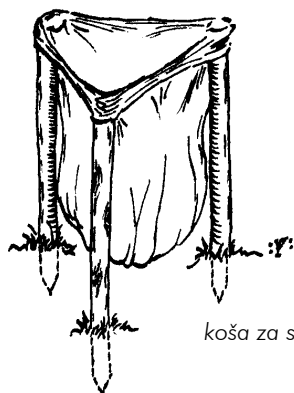




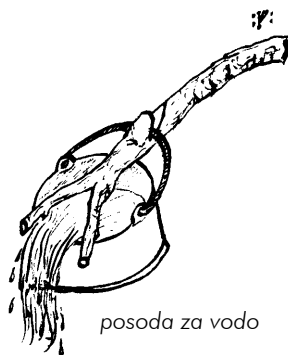
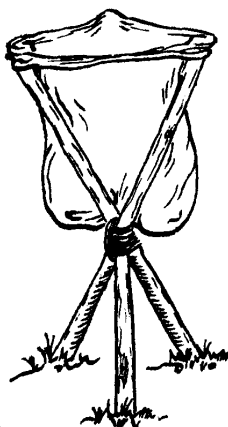
5.6. Kuhinje in mize

Pri izdelavi kuhinje mora biti glavno vodilo uporabnost. Nenazadnje na taboru kar precej

časa preživimo v kuhinji. Tam je običajno čas, ko se lahko za trenutek usedemo in spočijemo. Težje bomo ohranili tabor v lepem spominu, če bomo morali zaradi vegaste mize

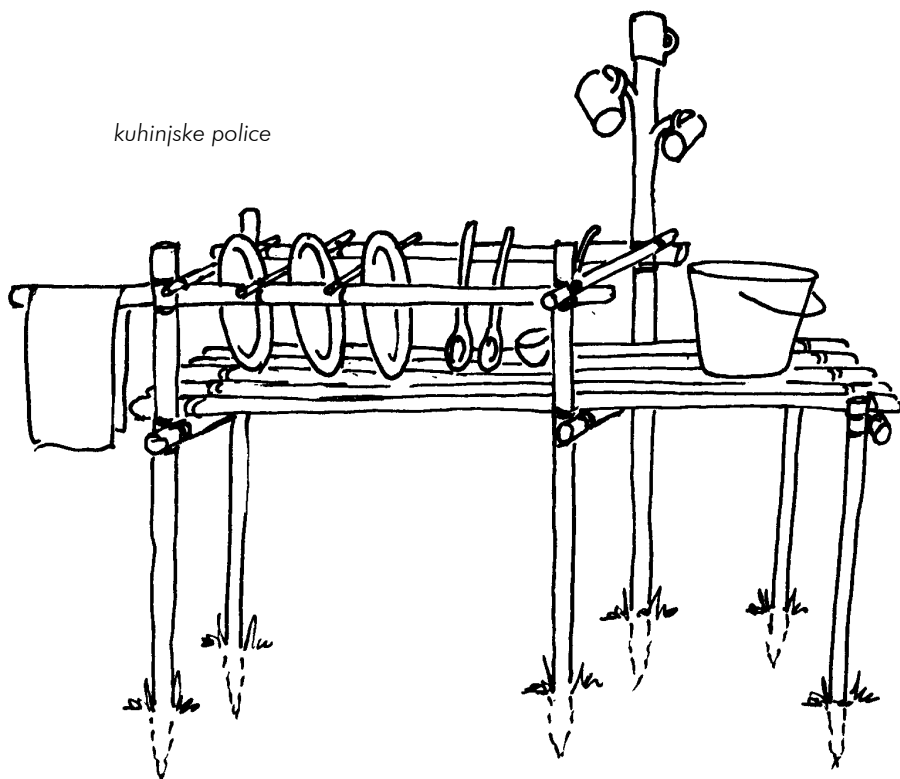


koša za smeti

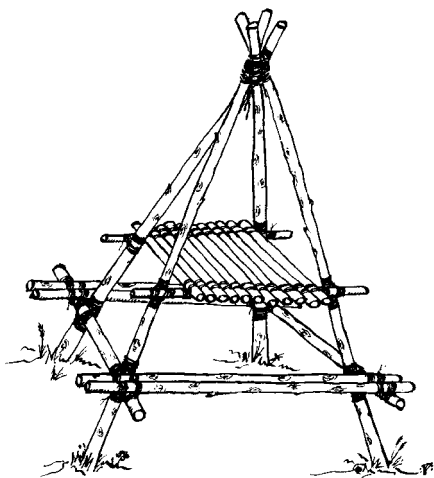


posoda za vodo

kuhinjske police



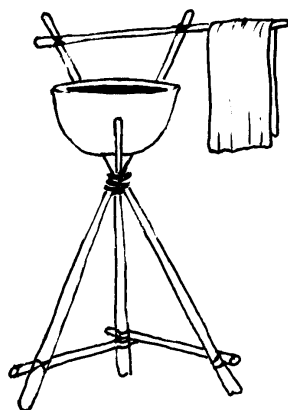
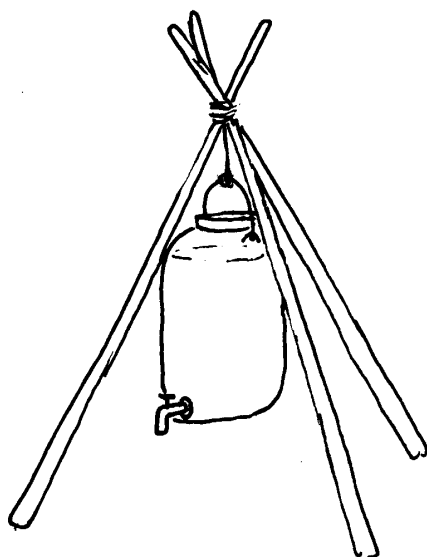
cel tabor jesti na tleh in če bomo imeli zaradi pomanjkanja polic posode stalno umazane od zemlje. Razmisliti moramo tudi, kje bomo postavili kuhinjo. Poiščimo čimbolj **senčno** lego (poleti), po možnosti ob potoku ali reki.

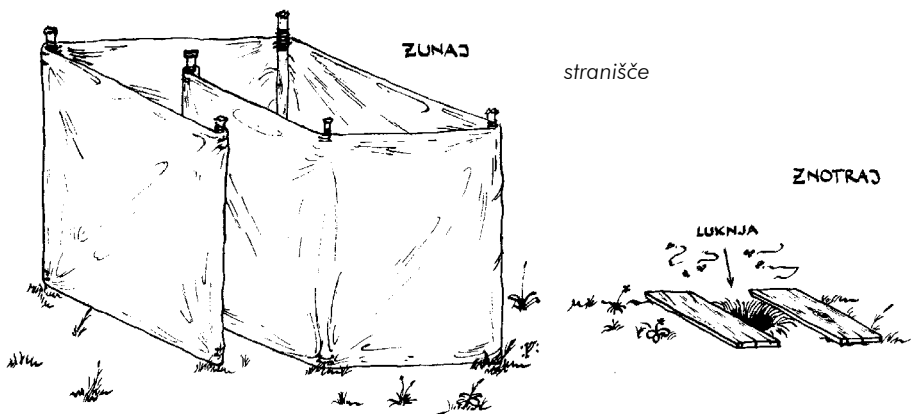


Najpomembnejši element v kuhinji je **miza**. Obstaja precej načinov izdelave; lahko enostavno zabijemo količke v tla (če je to možno) in nanje privežemo prečke, na katere položimo deske ali krajnike. Taka miza je preprosta in običajno tudi trdna, vendar na kamnitih tleh ni izvedljiva. Dokaj pogoste so tudi izvedbe v obliki »A-jev« ali še boljše tri- ali štirinožnikov, na katere privežemo vodoravne palice in nanje položimo deske. Če uporabljamo ogrodje iz »A-jev«, je priporočljivo pritrčiti mizo z vrvjo ali, še boljše, s palico na vsako stran, da se ne prevrne na levo ali desno. Na vrhu je precej bolj privezati leseno palico kot pa vrvico. Še večjo stabilnost pa bomo dosegli, če bomo namesto A-jev uporabili kar štirinožnike. Prednost tovrstnih miz je, da jih lahko poljubno podaljšujemo z dodajanjem A-jev oziroma štirinožnikov. Vrhnja prečka nam nudi tudi nekaj opore za namestitvev strehe. Paziti moramo, da miza ne bo previsoka ali prenizka glede na sedež; običajno je sedež visok 45 cm, miza pa pribl. 75 cm; višino prilagodimo uporabnikom!

V kuhinji si lahko omislimo tudi različne **pripomočke** – police, stojala, korita, koš za smeti ipd. Uporabimo domišljijo.

oprema za kopalnico

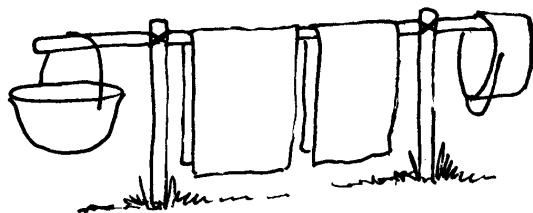




5.7. Kopalnica

Izdelava kopalnice je v veliki meri odvisna od virov vode, ki jih imamo. Če leži tabor ob relativno čistem potoku, lahko s pomočjo hlodov in desk enostavno uredimo dostop do vode. Seveda odpade uporaba šamponov. Najbolj udobno je, če uredimo zajetje in vodo po ceveh speljemo do prostora, kjer uredimo kopalnico. Pomembno je, da že vnaprej razmislimo, kam bo odtekala voda. Lahko se namreč zgodi, da bomo sicer zaradi zastajanja vode na tleh odšli iz kopalnice blatni do kolen. Zato je smiselna izdelava **korita** ali pa vsaj **od tal dvignjenega podesta**, po katerem bomo hodili. Uporabna možnost so palete, ki jih navadno ni težko dobiti. Od pomij, šamponov in zobne paste umazane vode pa seveda ne smemo spustiti neposredno v potok. Lahko si omislimo mini čistilno napravo (glej načrt v poglavju Skrb za okolje) ali vsaj skopljemo luknjo v zemljo, kamor se bo voda stekala in počasi prečistila.

Zelo dobrodošel in sila preprost pripomoček v kopalnici je tudi **stojalo za brisačo in milo**. Ena izmed bolj neprijetnih stvari na taboru je vsekakor umazana brisača.



5.8. Stranišče

Še bolj kot brez kopalnice ne gre brez stranišča, vendar se pred postavljanjem prepričaj da občinska zakonodaja dovoljuje postavljanje tabornih stranišč.

Stranišče naj ne bo preblizu tabornega prostora, saj si tabora nočemo zapomniti po neprijetnih vonjavah, niti predaleč, saj bomo porabili preveč časa, da do njega pridemo in opravimo potrebo. Ko izberemo primerno mesto začnemo kopati luknjo v obliki kocke s stranico pol metra (odvisno od trajanja tabora in števila uporabnikov). Skopano zemljo shranimo na kup poleg stranišča, saj jo bomo potrebovali za zasutje luknje ko bomo stranišče pospravljali.

Prečno položimo dve krajši deski, na ti dve pa najboljše še dve vzdolžno. Vse mora biti čimbolj **stabilno**, saj lahko sicer pride do neljubih 'spodrseljajev' v zdrizasto brozgo. Ker pa ima vsak rad tudi malo zasebnosti, ko opravlja potrebo, je dobro, če zadevo **ogradimo s plastiko**. Najbolje je, če je ograda podaljšana v polžasti obliki. Namestimo navpične palice in okoli njih ovijemo polivinil. Če se odločimo



In še staro skavtsko pravilo: Nobena stvar ne zbudi in poživi tako dobro, kot pošteno umivanje v ledeno mrzli vodi!



tudi za streho, naj bo dovolj visoka in naj dopušča zračenje, ki je še kako potrebno!

Zraven stranišča mora biti vedno posoda z apnom in toaletni papir: prvo za potresanje po potrebi (zaradi smradu in morebitnega prenašanja bolezni), drugo pa – saj vemo. Papir pa ne sme biti samo položen na tla zraven luknje, saj je samo vprašanje časa, kdaj se bo zadeva znašla v smrdljivi brozgi. Običajno zadostuje že štrcelj od veje na ogrodju stranišča, na katerega zatakujemo rolo toaletnega papirja. V primeru dežja mora biti papir pokrit! Da med uporabniki stranišča ne pride do neljubih presenečenj, namestimo na poti do stranišča tablico, na kateri piše na eni strani PROSTO, na drugi pa ZASEDENO ali kaj podobnega.

5.9. Splav

Dostikrat v raznih akcijskih stripih ali risankah vidimo, kako si junak v nekaj minutah naredi splav iz hlodov ter ovijalk in potem s palico poganja splav z veliko hitrostjo navzgor po divji reki ...

Že brez splavarskih izkušenj ugotovimo, da je to možno samo v stripih in risankah. Mora nam biti jasno, da **splav ni čoln** in da ga bomo lahko uporabljali predvsem na netekočih vodah oziroma samo za potovanje s tokom. Iz samih hlodov in ovijalk zgrajen splav bo tudi zelo okoren in pa tako težak, da bo potnik na

splavu verjetno stal do kolen v vodi.

Vseeno pa, če ni drugega, bo kakršenkoli splav več kot dobrodošel. Ponavadi se ga uporablja na rekah za prehod z ene na drugo stran. Če prehod ponovimo večkrat, je dobro, da splav privežemo na vrv ali jeklenico, razpeto čez reko. Oglejmo si najpreprostejšo možnost gradnje splava:

Splav na sliki (različica s sodi) nam resnično ne bo vzel več kot uro časa – ko bomo, seveda, že imeli potreben material.

Uporabimo stare sode, ki jih običajno ni težko dobiti. Preveriti pa moramo, da nimajo lukenj oziroma da so vodotesni! Najprej privežemo po eno ali še raje dve močni deski prečno čez sode, nato pa na njih še podolžne, daljše deske.

Pojavi pa se težava, če nimamo močnih desk – lahko si pomagamo s hlodi, ker pa okrogla oblika ni ravno praktična, je bolje da jih razkoljemo na pol.

Namesto sodov lahko uporabimo tudi nekaj večjih tovornjaških ali traktorskih zračnic, ki nam jih bo morda odstopil vulkanizer. Verjetno bodo zračnice rabljene, umazane in potrebne krpanja, pa vendar. Zračnice najprej zvežemo med seboj (vežemo po dve skupaj, da na koncu dobimo nekakšno »satovje« iz zračnic), na njih privežemo ogrodje iz palic in splav je nared. Paziti moramo, da na ogrodju ni ostrih štrcljev, vej ali celo žebeljev, ki bi lahko pri obremenitvi ali drgnjenju preluknjali zračnice! Uporabno je, če na ogrodje privežemo ploščad, na kateri bomo

sedeli ali stali, in vsaj nekaj vzporednih palic za ograjo. Z dodajanjem zračnic lahko nosilnost in velikost splava poljubno povečamo. Na splošno je pri gradnji splava bistveno, da imamo dober načrt, ki se mora obnesti tudi v praksi oziroma na vodi.

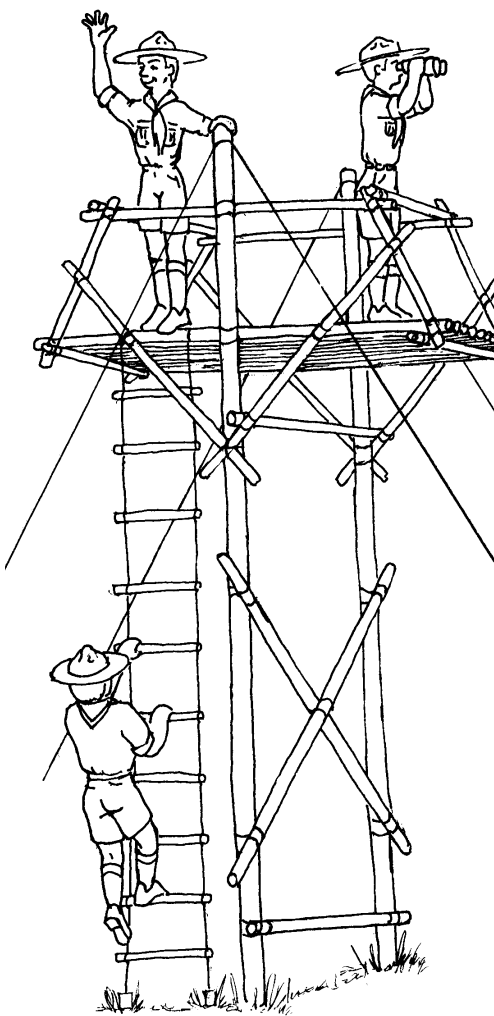
Ne smemo pozabiti tudi na drog ali dva, s katerim se bomo poganjali. V primeru, da je voda globlja, si lahko pomagamo tudi z **zasilnimi vesli** iz pokrovk, navezanih na palice. Prav pride tudi vrv za privez. Sicer pa lahko splav opremimo in okrasimo po želji.

5.10. STOLPI IN DRUGE VISOKE ZGRADBE

Gradnja stolpa je običajno zahtevnejša od drugih zgradb. Zaradi dela na višini je nujna posebna previdnost. Roki imamo namreč samo dve; z eno se držimo, z drugo vežemo ... Neodgovorno je delo na večji višini brez varovanja z vrvjo. Vezave morajo biti pri stolpih še posebno trdne in vrvi brezhibne. Res pa je, da je gradnja stolpa za nadebudne skavte še posebno izzivajoča in privlačna.

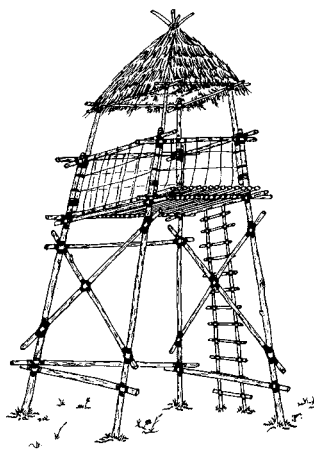
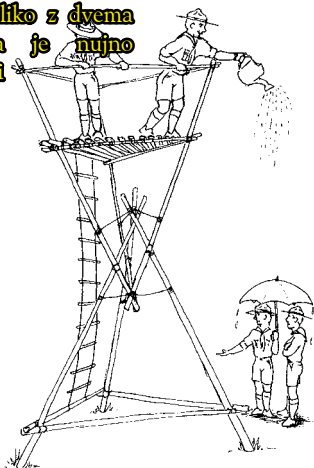
Vrste stolpov

Vrst stolpov je precej. Eden izmed pogostejših načinov gradnje je uporaba **triali večnožnikov**, ki so preprosti za postavitvev in izredno stabilni. Običajno ne potrebujejo vkopavanja ali privezovanja z vrvmi. Tri hlude zvežemo z **vzporedno vezavo**, jih dvignemo in na ogrodje navežemo še poljubno število prečk in okraskov. Trinožnik pa lahko uporabimo tudi samo kot osnovo, ki jo kasneje nadgradimo. Tak je primer stolpa v obliki peščene ure, katerega gradnja pa ni najpreprostejša. Ko namreč rišemo načrt, si moramo zamisliti tudi potek dela; razen seveda, če imamo na voljo helikopter, ki nas bo držal v zraku, medtem ko bomo mi vezali ... Pri tipu zgradb kvadraste oblike (slika stolpa s slamnato streho) je pomembno, da stranice utrdimo z diagonalnimi palicami, ki preprečujejo, da bi se stolp zvrnil na stran. Stolp na sliki ni idealen, saj sta utrjeni samo prednja in zadnja stranica, še vedno obstaja nevarnost porušitve levo ali desno. Nekoliko



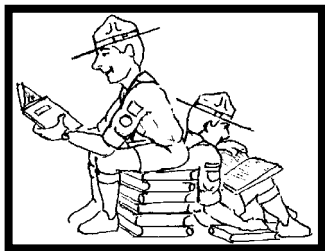
pomaga tudi, če nosilne hlude vkopljemo ali stolp pritrdimo na tla z diagonalnimi vrvmi.

To sliko z dvema stolpoma je nujno popraviti



Šotor na ploščadi

V tujini je priljubljeno postavljanje šotorov na ploščadih, dvignjenih od tal. Najlažje je uporabiti dovolj močna drevesa, na katera pravokotno privežemo hlode, na njih pa položimo in privežemo še deske ali palice. Namesto dreves lahko zapičimo oziroma zakopljemo v zemljo navpične hlode, na katere privežemo ploščad. V tem primeru je zelo uporaben pripomoček **sveder** oziroma vrtalnik za luknje, s katerim zvrta mo npr. približno 15 cm široke luknje v zemljo, v katere postavimo nosilne hlode. Prednost takega svedra je, da ima luknja navpične robove in ni potrebno veliko dodatnega utrjevanja. Odpade tudi večurno vihtenje krampa in lopate. Žal pa je sveder uporaben predvsem na podlagah, kjer je plast zemlje debela in brez velikih kamnov. (Več o svedru glej pri poglavju *Taborna oprema*.) Ne pozabimo ojačati zgradbe z diagonalnimi palicami! Na podoben način lahko postavimo tudi hišo na vodi. Hlode lahko enostavno zapičimo v blatno dno. Pozornost pa velja posvetiti vezavam, da podest ne zdrsne ob nosilnih hlodih navzdol. Ploščad s šotorom lahko predstavlja streho kuhinje, ki bo tako v senci in na suhem.



Literatura

- M. Iršič: Priročnik za vozle. Ljubljana, 1992.
- M. Iršič: Priročnik za vozle – za inštruktorje 1. stopnje. Ljubljana.
- J. Wiseman: The SAS survival handbook. London: Harper Collins, 1996.
- <http://www.inquiry.net/outdoor/skills/beard/knots.htm>
- http://www.webofroses.com/scouting/pioneering_projects.html
- <http://www.hurricanedistrict.org/pioneering.htm>
- <http://www.pioneeringprojects.org/>
- <http://www.crawfordsburn-scoutcentre.org.uk/Downloads.htm>

Bivakiranje



1. BIVAKI

Kaj je bivak?

Bivak je zasilno prenočišče, ki omogoča udobnejše spanje ali pa sploh preživetje noči v naravi, saj človeka obvaruje naravnih vplivov, ki jih s seboj prinesejo vreme, kraj bivakiranja in letni čas (veter, dež, sneg, vlaga, mraz). Kakšen bivak bomo postavili je odvisno od (1) materiala, ki nam je na voljo, (2) število ljudi, ki nameravajo v njem prespati, (3) časa ki ga imamo na voljo za postavljanje in pa (4) vremenskih pojavov, pred katerimi se želimo obvarovati.

Kam postaviti bivak?

- V zavetrno lego (npr. v gozd, ker nas tam drevje ščiti pred vetrom in mrazom, poleg tega pa imamo tam obilo materiala za postavitev bivaka).
- Izogibajmo se globokih vrtač in dolinam, ker se v njih zadržuje hladen zrak in se v primeru dežja tja steka voda.
- V bližini potokov in rek je vlaga večja, zato tam ni primeren prostor za bivakiranje.
- Ne postavljajmo ga v suhih strugah potokov ali hudournikov.
- Pazimo, da bivaka ne postavimo pod drevesi s suhimi vejami, saj lahko te padejo na bivak in poškodujejo bivak ali celo nas.

Postaviti bivak – umetnost, pustolovščina ali izhod v sili? Gotovo lahko drži vse troje. Umetnost je postaviti bivak iz danega materiala, nenavadnih oblik in velikosti. Pustolovščina je narediti bivak v gorah ali drugih ekstremnih pogojih. Prav gotovo pa je nepogrešljiv izhod v sili na potovalnem taboru ali potepu, ko zvečer sedemo k večerji in na nebu opazimo črne oblake.

2. PRENOČEVANJE NA PROSTEM

Najenostavneje je noč preživeti na prostem pod tisočerimi zvezdami, vendar naj te to ne zavede. V primeru spremembe vremena, se lahko čudovita noč spremeni v zelo dolgo, mrzlo, mokro in neprespanso. Zatorej, dobro preveri kakšna je vremenska napoved, preden se odločiš za prenočevanje na prostem.



Kje prenočiti na prostem?

Izkušeni skavti bi znali povedati, da je za prenočevanje na prostem potrebno skrbno izbrati prostor. Prostor naj bo v zatišni legi, da se zavarujemo pred močnejšim vetrom in hladom. Prostora si ne iščimo na dovoznih poteh, kjer bi med našim spanjem utegnil pripeljati avtomobil ali traktor. Najbrž ni potrebno posebej poudarjati, da so v gorah in na višjih nadmorskih legah ponoči temperature nižje kot v dolini. Zaradi rose, ki je ponekod lahko zelo močna, se je bolje namestiti pod kakšno drevo. Paziti je potrebno tudi na kakovost tal ter talno vlago in hlad, ki nam bi na stara leta utegnila prinesiti revmo.

Kako si pripravimo udobno ležišče?

Ko imamo prostor izbran, odstranimo morebitne kamenčke in vejevje. Na prostor razvijemo spalno podlogo, ki nas ščiti pred talno vlago in talnim hladom. Največkrat je to penasta podloga - armafleks ali samonapihljiva podloga (glej tudi poglavje Skavtska oprema). Podse lahko damo tudi druge stvari, kot so šotorska krila (šotorke), aluminjaste folije, napihljive blazine ali naravne materiale. Kup

suhega listja, smrečja ali sena lahko zaleže bolj kot marsikaj drugega, pa tudi bolj udobno je. Namesto vzglavnika uporabimo kakšen kos mehkejše obleke, npr. pulover.

Kaj storimo, da nas v spalni vreči ne bo zeblo?

Spalna vreča (glej tudi poglavje Skavtska oprema) naj bo primerna za temperature, ki jih ponoči pričakujemo. V vreči nam bo topleje, če polnilo (puh ali sintetiko) prej malo stremo in razrahljamo, da pride vanj zrak. Zrak je zelo dober izolator in več kot bo zraka med polnilom in v spalki, toplejša bo. Zelo pomembno je tudi da je spalna vreča suha, saj vlažni spalni vreči močno pade izolativnost in nas zaradi tega v njen zeblo. Če pričakujemo hladno noč, ne pozabimo zapreti vseh lukenj, skozi katere bi lahko izgubljali toploto. Ko je zadruga zapeta in vrvica zategnjena je edina oprtina pri naših ustih in nosu. Pomembno je, da dihamo zunanji zrak in ne znotraj spalne vreče, saj bi s tem navlažili spalno vrečo.

Včasih se zgodi, da naša spalna vreča ni kos nizki temperaturi. Če to vemo že vnaprej, je dobro, da na pot vzamemo dve spalni vreči. Ti sicer vzameta več prostora v nahrbtniku, vendar če namestimo eno spalno vrečo v drugo s tem združimo izolativnosti obeh ter nam bo tako precej topleje.

Če dveh spalnih vreč nimamo na voljo oziroma bi se radi zaščitili pred zunanjo vlago, se lahko zaščitimo z različnimi pregrinjali: polivinilom, palerino, šotorko ali astronavtsko folijo (glej tudi poglavje Skavtska oprema). Če se pokrijemo s takim pregrinjalom, se rado zgodi, da nam ponoči zleze dol. Zato se moramo v te stvari dobro zaviti, šotorko lahko sešijemo z vrvico. Za izredne razmere je odlična bivak vreča. Je precej topla in nepremočljiva. Nekatere izmed naštetih pregrinjal ne



Prostor za postavitev bivaka naj bo rahlo na hribečku, tako da voda odteka in nam ni treba kopati jarkov. Ob tem bodimo pozorni na suhe veje v krošnjah nad bivakom, saj le - te lahko padejo na bivak in poškodujejo bivak ali celo nas.

»dihajo«, zato se z notranje strani zaradi vlage, ki jo oddaja naše telo, nabira kondenz in imamo zjutraj na zunanji strani spalno vrečo mokro. Topleje nam bo tudi, če se pokrijemo z materiali iz narave, npr. s senom (suho travo) ali suhim listjem.

Ne glede na to kako dobro spalno imamo, če bomo to položili neposredno na mrzla tla, nas bo v njej zeblo. Ko ležimo izstisnemo ves zrak iz spodnjega dela spalne vreče zaradi česar je izolativnost zelo majhna. Zaradi tega je nujno, da pod spalno vrečo položimo dodatno izolacijo (spalno podlogo, suho travo, listje).

Kako se oblečemo za spanje?

Za miren spanec je pomembno, da imamo na sebi suha in udobna oblačila. Oblačila za spanje naj bodo ohlapna, sej nam drugače zmanjšujejo pretok krvi v roke in noge, zaradi česar nas bo hitreje zeblo. Ljudje veliko toplote oddajamo skozi glavo, zaradi česar je v mrzlih nočeh dobro imeti tudi kapo na glavi.



Nasveti za dober spanec:

- *Ko se odpravimo spat, se oblečemo v vsa oblačila, ki jih imamo (če s seboj nimamo spalne vreče).*
- *Izpraznimo nahrbtnik in vanj damo noge, da nas ne zebe.*
- *Zakopljemo se v pripravljeno ležišče, tako da imamo na sebi vsaj 10 cm pripravljene materiala (listje, suha trava ...).*

3. TALNA ZATOČIŠČA

Talno zatočišče postavimo v kolikor smo prepričani, da nam bo vreme prizaneslo z dežjem in nizkimi temperaturami, vendar se želimo zaščititi pred vetrom.

Kako izdelam talno zatočišče?

Tla očistimo morebitnih vej in kamnov tako kot za spanje na prostem. V smeri od koder pričakujemo da bo pihal veter postavimo zid iz skal, vej, sušic in drugega materiala ki nam je na voljo. V naravi je velikokrat mogoče najti že obstoječe prepreke, ki nam lahko služijo za zatočišče pred vetrom zato najprej preveri okolico. V kolikor ne vemo od kod bo veter pihal lahko zid postavimo okrog in okrog ležišča. Če imamo s seboj palerino oziroma kakšno drugo zaščitno oblačilo pred vetrom ga lahko prav tako uporabimo (pazimo le, da nam je veter ponoči ne odpihne).

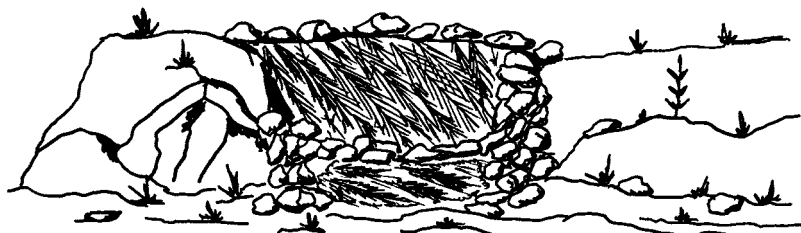
Kakšne so prednosti in kakšne slabosti talnih zatočišč?

Prednosti:

- + hitro je pripravljen za uporabo
- + ponoči iz njega lahko opazujemo zvezde
- + skoraj povsod lahko najdemo primerno mesto za postavitev le-tega
- + za postavitev ne potrebujemo mnogo predznanja (vozli, vezave)
- + za postavitev nam narava nudi veliko možnosti s svojim materialom
- + za seboj ne pustimo veliko škode

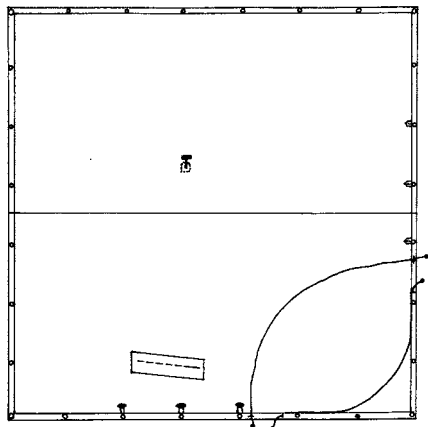
Slabosti:

- zjutraj nas lahko namoči rosa
- pred padavinami nismo zavarovani s streho
- prav tako nismo zavarovani pred nizkimi temperaturami



4. BIVAKI IZ UMETNIH MATERIALOV

Bivake iz umetnih materialov se načeloma postavi hitro in dajejo zanesljivo zaščito pred dežjem in vetrom, če so le pravilno postavljeni.



4.1 Bivaki iz šotorskih kril (šotork)

Šotorsko krilo ali šotorka je kos nepremočljivega blaga, izdelan za vojaške potrebe in zelo nepogrešljiv pri skavtih. Najpogosteje naletimo na šotorke v velikosti 175 cm x 175 cm. Se pa zgodi, da so povsem drugačnih mer, ker so bile delane v drugih serijah ali pa so izdelane površno. Preden se lotimo postavljanja šotor, obvezno preverimo velikost vseh šotork. Če niso enako velike, bo trud pri postavljanju zaman, ker se lahko precej verjetno zgodi, da bo bivak zamakal.

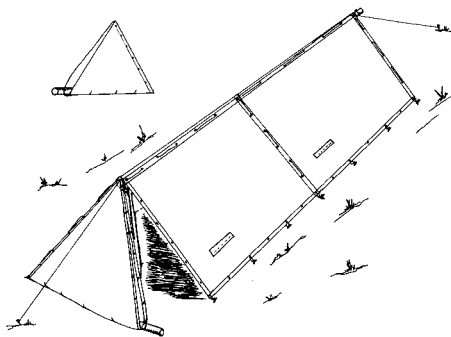


Zakaj bi postavljali bivake iz šotorskih kril?

Te vrste bivak se zelo dobro obnese na potepih v četi, ker vsak član voda lahko nese svoj del šotorja (svojo šotorko) in tako prispeva k skupnemu udobju. Za potovalni tabor noviciata ali klana je primeren predvsem zato, ker se neprestano selijo. Bivak je hitro postavljen in tudi pospravljen.



Rob bivaka naj bo čimbolj pri tleh, da veter ne piha v šotor. Če nimamo šotork za vrata, lahko bivak zapremo z nahrbtniki prekritimi s palerinami.



Kako naredimo bivak iz šotorskih kril?

Iz šotorskih kril je mogoče sestaviti najrazličnejše bivake, najosnovnejši pa je bivak iz dveh šotork. Začnemo tako, da šotorki položimo na tla pri čemer odprtini na šotorki gledata stran.



Nato šotorki "sešijemo" med seboj z vrvico (če imamo vrvico, ki je tako široka kot majhne

luknice na šotorki) ali vrvcico in palčkami (če je vrstica dovolj tanka, da gre dvakrat skozi majno luknico). Med "šivanjem" skrbimo, da sta šotorki napeti saj bo le tako bivak vodotesen.



Za boljše postavljanje šotora:

- Žep šotorka naj bo vedno obrnjen navzdol, če nočemo imeti šotora s kopalnico.
- Šiv na slemenu naj bo nekaj centimetrov čez sleme.
- Šivi med šotorkami naj se prekrivajo tako, da ne zajemajo vetra.
- Rob šotora naj bo čimbolj pri tleh, da veter ne nosi dežja v šotor.

Ko imamo dve šotorki "sešiti" med seboj pripravimo dve palici, ki sta dolgi za polovico diagonale šotorka ter ju po potrebi ošilimo tako da je nanje mogoče nataktniti večje luknje v kotu šotorka. Na ti dve palici postavimo sleme bivaka ter ga napnemo na kline. Nazadnje pritrdimo še vse štiri preostale vogale šotork in tako imamo streho nad glavo.

Bivak lahko po potrebi naredimo večji tako, da med seboj ne sešijemo le dve, temveč poljubno število šotork. V kolikor pričakujemo slabo vreme z vetrom lahko bivaku dodamo

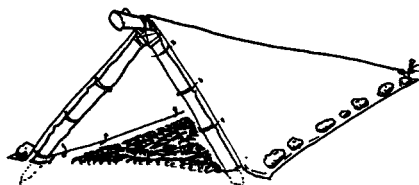
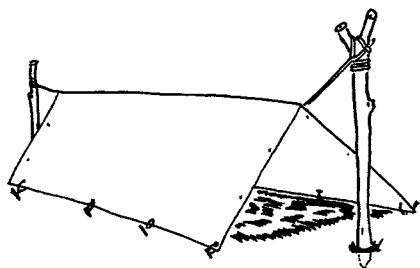
"prišijemo" vrata tako, da eno šotorko prepognemo po diagonali in jo na bivak prišijemo le po eni strani. Za lažje odpiranje in zapiranje vrat vanje damo količek, ki služi za obtežitev.

4.2 Bivaki iz ponjav

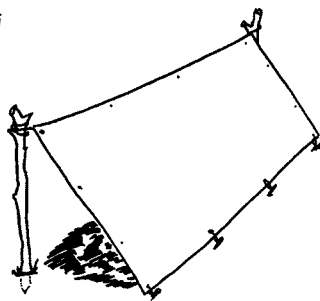
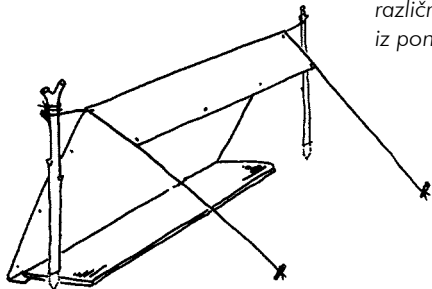
Razne ponjave iz nepremočljivih materialov se lahko kupijo v tehničnih trgovinah. So poceni, močne, trpežne, sorazmerno lahke in imajo vdlane luknje za privezovanje. Žal pa videlanih lukenj ne moremo uporabiti za šivanje ponjav med seboj (tako kot pri šotorkah), saj te niso razporejene enakomerno in je razmak med njimi navadno prevelik. Prav tako vdelenih lukenj ne uporabljamo za močno napenjanje ponjav saj se hitro strgajo. Pri nakupu bodimo pozorni, da kupimo vsaj 130g/m², saj manj gosto pletene ponjave hitro prepustijo in so manj primerne za napenjanje.

Kako napnemo ponjavo?

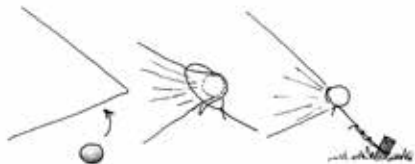
Zelo pomembno je, da za napenjanje ponjav ne uporabljamo vdelenih lukenj, saj se te hitro strgajo. Namesto tega raje poišči



različni bivaki iz ponjav

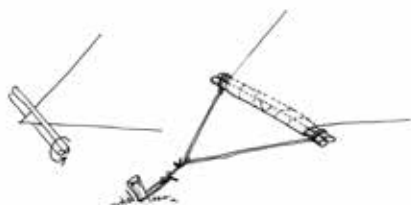


okrogel kamenček v velikosti oreha ali kaj podobnega in ga položi pod rob ponjave.



Nato z zgornje strani objemi kamenček ter nanj pritrdi vrvi. Preostal konec vrvi uporabi za pritrditev ponjave. Vdelane luknje lahko nato uporabimo za dodatno pričvrstitev ponjave.

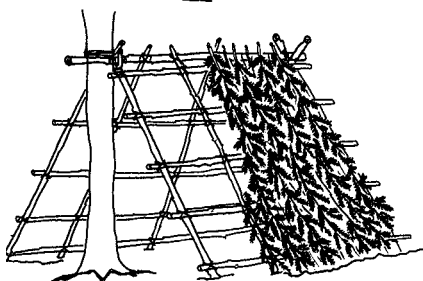
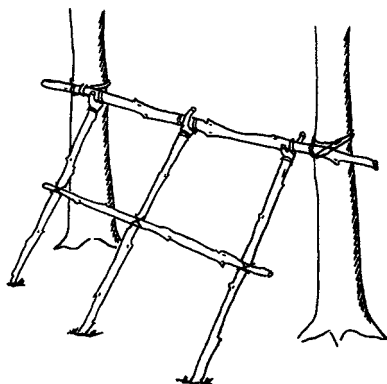
V kolikor želiš ponjavo zares močno napeti raje kot kamenček uporabi dve palici dolgi približno 1 meter (odvisno od velikosti ponjave). Eno palico položi pod in eno nad rob ponjave ter ju zavi proti sredini.



Ko sta celi palici zaviti ju na vsakem koncu zavežemo skupaj ter preostalo vrv uporabimo za pritrditev na klin.

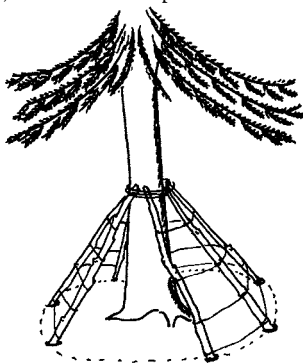
5. BIVAK IZ NARAVNIH MATERIALOV

Postaviti bivak iz naravnih materialov, ki te bo ščitil pred dežjem in vetrom je pravi izziv za vsakega skavta. Preden začnemo postavljati takšen bivak, se najprej prepričamo, da je v okolici dovolj materiala, saj bomo drugače končali z na pol narejenim bivakom s katerem si ne bomo mogli nič pomagati.



Kako zgradimo ogrodje?

Ko imamo lokacijo izbrano začnemo s postavljanjem ogrodja. Za to uporabimo palice, ki jih najdemo v okolici, ki jih lahko skupaj priveržemo z uporabo korenin ali drugih naravnih materialov, ki lahko služijo kot nadomestek vrvi (suha trava). Pri postavitvi ogrodja pazimo da ne naredimo bivaka prevelikega, saj bomo imeli v naslednjem koraku, ko bomo bivak prekrili več dela.



S čim naj bivak prekrijemo?

Za streho naberemo najrazličnejši material, ki nam je na voljo. V naših gozdovih najpogosteje naletimo na praprotno ali smreko, katere veje so dober krovni material (pazimo, da veje naberemo na različnih drevesih, da ne naredimo preveč škode). Lahko pa kombiniramo tudi z ostalimi materiali, kot je lubje, mah (za izolacijo), trava, slama - debelejša kot bo plast, dlje bo bivak ostal suh. Sistem prekrivanja bivaka je enak prekrivanju streh hiš – začnemo spodaj in prekrivamo do vrha. Posebej pozorni smo na sleme bivaka, ki mora biti pokrito tako, da bo voda odtekala navzven.

6. SNEŽNA ZATOČIŠČA

V zimskem času je spanje na prostem pravi podvig. Poleg dobre opreme si moramo narediti tudi dobro zavetje, ki nas bo obvarovalo pred vetrom in mrazom. Snežno zatočišče si lahko izdelamo tako da:

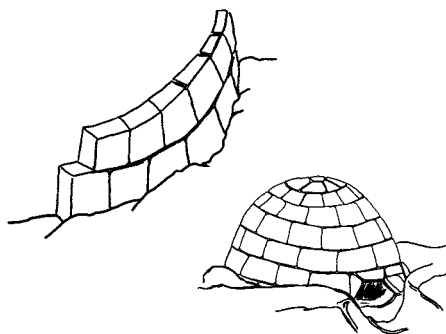
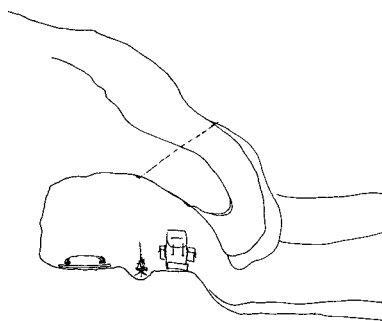
- V visokem snegu lahko izkoristimo luknje pod krošnjami smrek.
- V tla izkopljemo tako velik jarek, da se vanj lahko vležemo. Čezenj naredimo streho in konca zapremo s snegom in opremo.
- Če naletimo na zamet, lahko vanj izkopljeno iglju podobno zatočišče – snežni brlog

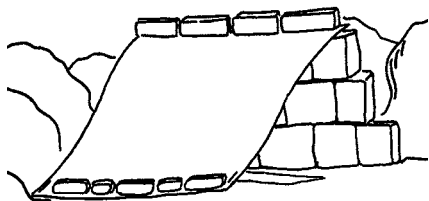


Za **zračenje** poskrbimo tako, da v steno s smučarsko palico naredimo luknjo veliko približno 5 cm premera. S tem poskrbimo za zračenje in odvajanje CO₂ in CO, ki sta življenjsko nevarna in nastajata, če imamo prižgano svečo ali kaj drugega (gorilnik). Prižgano svečo damo v najnižji del igljuja, da nam služi za merjenje CO₂. Če sveča ugasne, je koncentracija prevelika in je potrebno iglju prezračiti. Pomembno je, da je ob tem na straži vedno nekdo, ki pazi, kaj se dogaja s svečo (gorilnikom).

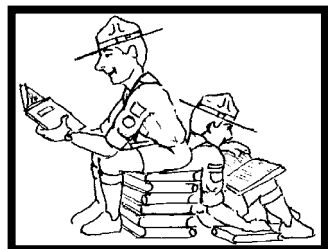
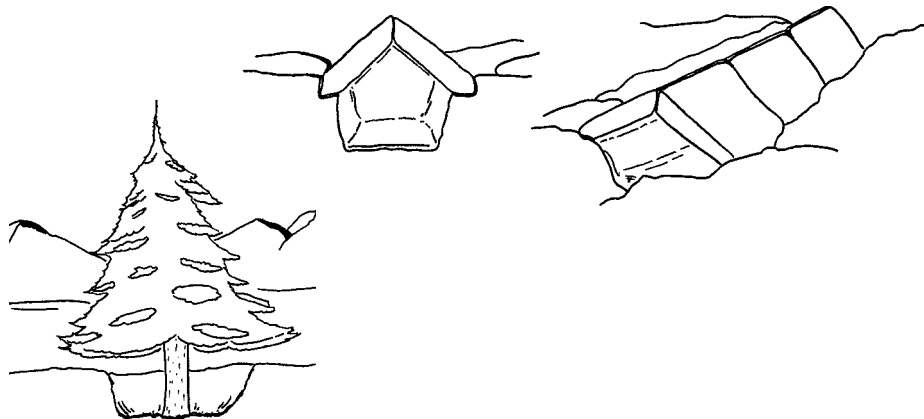
Če pa se sneg dovolj sprijema lahko postavimo čisto pravi iglju. Začnemo tako da v sneg označimo obod igljuja. Prav tako kot pri bivakih iz naravnih materialov pazimo, da ne delamo prevelikega bivaka, saj bomo zanj potrebovali več časa in ga bomo težje ogreli. Nato začnemo iz snega izdelovati kvadre velike približno 50x50x20cm in jih postavljamo enega na drugega, dokler iglju ni gotov. Ne pozabimo niti na vhod, ki naj bo obrnjen proč od vetra in čim nižje tlom, saj bo tako iz bivaka ušlo manj toplega zraka.

Ko smo v bivaku imamo vedno prižgano svečo, ki služi kot indikator količine ogljikovega dioksida in monoksida (CO₂ in CO), ki ga proizvajamo z dihanjem. Svečo postavimo na najnižjo točko v bivaku. Če sveča ugasne pomeni da v bivaku ni kisika, zaradi česar je nujno, da vsi bivak takoj zapustijo! Bivak prezračimo tako da v stene naredimo luknje, ki skrbijo za to, da skozi stene igljuja prihaja zadostna količina kisika.





različna snežna
zatočišča



Literatura

- J. Wiseman: The SAS survival handbook. London: Harper Collins, 1996.
- Janez Lovšin, Korenine skavtizma, podvig ... praktični nasveti za skavtizem
- Baden Powell: Skavtstvo za fante

Ogenj in kurjenje v naravi



1. PROSTOR

Na kaj vse pazimo pri izbiri prostora za kurjenje?

Izbira prostora kurišča je ključnega pomena za požarno varnost in za škodo, ki jo bomo s kurjenjem povzročili v okolju. Če je mogoče, izberemo tak prostor, ki nam bo nudil lahko pripravo kurišča. Torej naj bo v okolici dovolj primernege lesa za kurjenje, voda za gašenje, kamenje za zavarovanje kurišča, prostor naj ne bo preveč zaraščen ali izpostavljen močnemu vetru, zemljišče naj bo suho. Dobro je tudi, da lastnika zemljišča vprašamo, če na zelenem prostoru sploh smemo zakuriti. Pazimo, da s kurjenjem ne bi povzročili požara, zato ne kurimo v bližini dreves ali pod njihovimi krošnjami. Velika nevarnost požara je na območjih s suho travo, zato se tem mestom raje izognimo. Na območjih, kjer je po daljšem sušnem vremenu razglašena velika požarna ogroženost, je prepovedano¹ kuriti.



Najlepše in najprimernejše prostore za kurjenje najlažje najdemo ob potočku, reki ali jezeru.

POSVETUJ SE Z POGlavJEM SKRB ZA OKOLJE

Kako pripravimo prostor za kurjenje?

Okoli kurišča (približno 3 m) tla očistimo vseh vnetljivih snovi (les, listje, podrast, suha trava ...), tik ob kurišču (0,5 m) pa do gole zemlje in odstranimo vse korenine. Če kurimo v gozdu moramo biti pozorni tudi na krošnje nad koriščem, približno 6 m. Na travniku odmaknemo rušo, jo položimo v senco (na taboru jo tudi zalivamo) in jo po končanem kurjenju položimo nazaj. Poskrbimo tudi, da okolico za seboj očistimo, pospravimo ognjišče in z zemljo in rušo prekrijemo kurišče. Skavtom je

Ogenj lahko pomeni razliko med živeti in umreti. Ne gre samo za kuhanje hrane, temveč tudi za gretje telesa in s tem varčevanje naše energije; z njim lahko posušimo obleko, odženemo divje živali in nadležne komarje ter druge žuželke; talimo in oblikujemo materiale, pečemo glineno posodo; ob njem se družimo s petjem, igrami in skeči. Vse te stvari se lahko ob ognju odvijajo hkrati. Veselimo se skavtskega življenja ob ognju!

¹ Kuri se lahko le pod posebnimi pogoji; glej Uradni list RS, št. 62/95.

v izziv za seboj pospravimti tako, da nihče ne more ugotoviti, kje smo kurili.

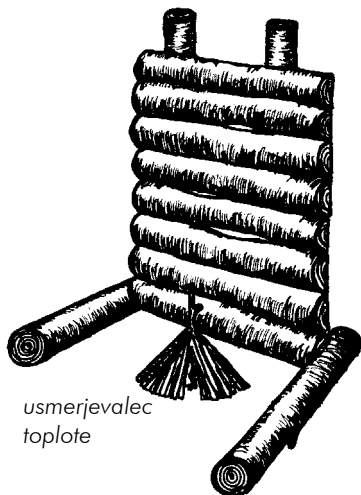
Kako zavarujemo kurišče?

Kurišče zaradi večje požarne varnosti in usmerjene toplote zavarujemo z odkopano prstjo. Če nam bo ognjišče služilo dalj časa, pa



ga obložimo s suhimi kamni, saj mokri pokajo. Kurišče lahko obložimo tudi s **hlodi** (glej lovski ogenj), ki zaradi svoje debeline ne zgorijo.

Pri kuhi pride prav, če je čim več toplote okrog lonca in pri tem si lahko pomagamo z usmerjevalci toplote, ki sevajo in odbijajo toploto. Zgradimo jih v obliki stene iz skal, hlodov ali poiščemo naravne kotičke med skalami ali ob skalnih stenah. Z **usmerjevalci toplote** lahko ogenj zavarujemo tudi pred šibkim vetrom, ki nam sicer odnaša toploto. Za to lahko uporabimo tudi napeto šotorsko platno, vendar obstaja nevarnost, da nam ga



usmerjevalec
toplote

iskre poškodujejo.

2. NETIVO IN NABIRANJE DRAČJA

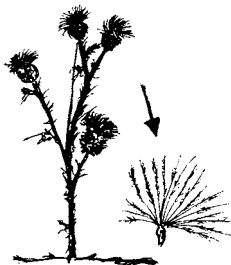
Katere materiale lahko uporabimo za netivo?

Ogenj bomo zanetili s pomočjo netiva. To je lahko vnetljiva snov za netenje ognja. Zelo dobro netivo je papir, vendar skavti navadno poiščemo netivo v naravi. Pomembno je, da je netivo **suho in skrbno pripravljeno**, saj je od tega odvisno, ali bomo porabili za prižiganje ognja eno ali dve vžigalici ali pa ognja sploh ne bomo mogli prižgati. V naravi je netivo možno poiskati skoraj na vsakem koraku.

- Idealno netivo so drobne **suhe smrekove vejice** in vejice drugih iglavcev, ki se tudi po manjšem dežju ne navlažijo. Če pa jih je dež namočil, odstranimo vlažno lubje in za netivo uporabimo suho sredico. Najdemo jih na posušenih spodnjih vejah iglavcev.
- **Slama in suha trava** sta dobro netivo le v suhih razmerah.
- Brezovo **lubje** je odlično netivo in gori kot papir, celo sveže ali mokro. Tudi posušeno lubje iglavcev je dobro netivo.
- Če je suho, je dobro netivo tudi **odpadlo listje**.
- Odlično netivo so **semena osata** (bodeča rastlina, plevel, s škrlatnimi ali rumenimi cveti, ki raste na njivah) in **socvetje rogoza** (močvirska ali vodna rastlina z dolgimi, ozkimi listi in rjavim, valju podobnim socvetjem).



osata



rogoz





Pri nabiranju netivo spravimo v nepremočljivo plastično vrečko ali stlačimo v žepe, kjer se nam še dodatno osuši, nikakor pa ga **ne odlagamo na mokra tla**. Imejmo odprte oči in naberimo dobro netivo že med potjo, da je pri roki, ko je potrebno zakuriti ogenj.

- Zasmoljeni del borovega lesa, smoljenka ki ga z ostrim predmetom nastrgamo in zanetimo s kresilom (angl. FATWOOD)

Kaj naredimo, če je vse prej našteto netivo mokro in neuporabno?

Če je res vse mokro, si pomagamo z baklico (angl. feather stick). Izdelamo jo tako, da poiščemo posušeno debelejšo vejo,

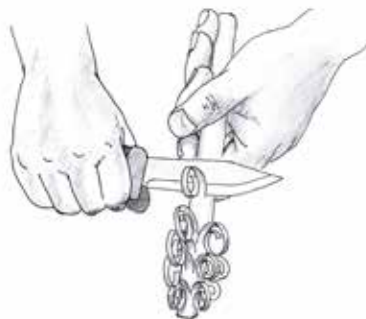


Naučimo se ogenj zakuriti *posvoda* in ob vsakem vremenu. Na izletu nas bo včasih namočil dež in prav tedaj bomo najbolj potrebovali ognja, da se posušimo. V takem primeru ni dovolj, da poznamo le metode prižiganja ognja, ampak nam bo uspelo le, če bomo imeli za seboj že nekaj praktične vaje. Za izživ poskusimo ogenj zanetiti v slabem, deževnem vremenu.

jo razcepimo na četrtine in z ostrim nožem NAREŽEMO TANKE SLOJE GLEJ SLIKO. Pomagamo si lahko tudi s **smolo iglavcev**, tako da jo namažemo po netivu in dračju.

Kako naberemo in pripravimo dračje za kurjavo?

Pri izbiri dračja (to je suho, odpadlo vejevje) gledamo, da le-to ni vlažno ali da je čim manj vlažno. Zato **kuriva ne pobiramo po tleh**. V gozdu se vedno najdejo posušene veje na podrtih drevesih, ki štrlijo v zrak ali pa so zatakknjene za kakšno drugo vejo obviselo v zraku. Pri nabiranju drv zato ne bo odveč pogled navzgor. Iz dračja in tanjših suhih debel si naredimo drva, tako da les razžagamo in razsekamo na primerno (0,5–1 m) dolga polena. Vlažna drva sproti sušimo ob ognju, vendar pazimo, da se nam predčasno ne zažgejo.



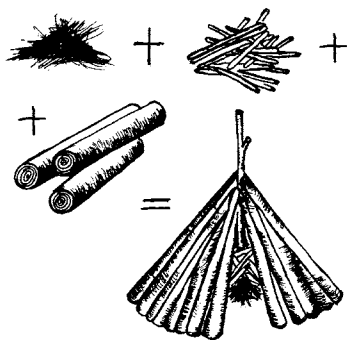
Kakšen les je najprimernejši za kurjenje?

Suh les lažje zagori in nam daje več toplote in manj dima. Trhel les je slabo kurivo in ima ponavadi v sebi veliko vlage. Za kurjavo iščemo posušene veje ali posušena manjša drevesa. Tanka drva bodo hitreje zgorela in bodo za seboj pustila malo žerjavice, debelejša pa gorijo počasneje in dajo več žerjavice. Razcepljena drva gorijo boljše kot okrogla. Smreka, breza, bor, vrba, jelša in jelka hitro izgorejo in oddajo več toplote, zato so primerne za vretje vode. Medtem pa gaber, hrast in javor gorijo počasi, vendar dajo dobro žerjavico. **Najprimernejša za kurjavo je bukev**, ki dobro izgoreva, daje dobro žerjavico in svetel plamen. Za to je primerna za pripravo hrane s pomočjo žerjavice. Macesen in kostanj slabo gorita. Z dobrimi drvimi lahko prihranimo precej časa pri kuhanju.

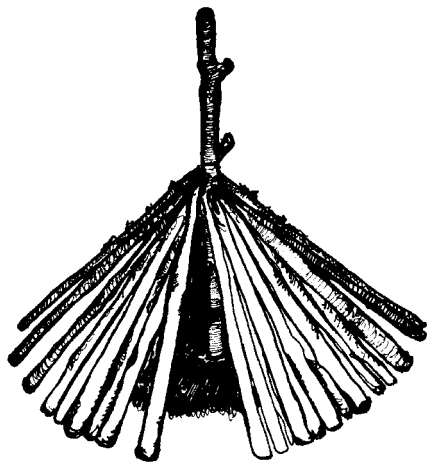
3. OGNJI

Kako naj postavimo ogenj?

Na prej pripravljenem kurišču izdelamo podlago iz suhih palic. Ravne palice zložimo vzporedno eno ob drugi. S tem preprečimo, da bi nam vlaga s tal navlažila netivo in dračje. Na to pripravljeno podlago položimo **zadostno količino netiva**. Na netivo pokonci položimo **tanjše vejice** ali nacepljene trske. Potem postopoma v obliki piramide nalagamo zmeraj **debelejša drva**. Na mestu, kjer bomo zanetili netivo, ne naložimo drv, da imamo prost dostop do netiva. Prostor za prižiganje ognja pustimo na strani, iz katere piha veter. Pri postavljanju ognja pazimo, da drva niso preveč natlačena in bi lahko ovirala dostop zraka do ognja, pa tudi, da niso naložena preveč narazen in jih plamen netiva ne bi dosegel.



- **Piramidni ogenj** je najpreprostejši in najpogostejši ter osnova za večino drugih ognjev zato poskrbimo, da je dovolj velik, da bo zanetil zunanja polena! Okrog sveže, v tla zaprte rogovile nalagamo drva v obliki piramide. Na sredino položimo netivo in naložimo tanke vejice, nato pa vedno debelejša drva.

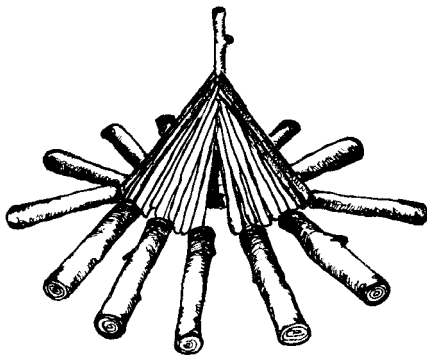


- **Zvezdni ogenj** naredimo tako, da najprej postavimo piramidni ogenj in okrog njega položimo debelejša drva v obliki zvezde. Ko ogenj gori, počasi pomikamo debelejša drva proti sredini. S potiskanjem drv je mogoče uravnati, kako močno bo ogenj gorel. Lahko ga uporabimo, kadar nimamo žage, da bi razžagali debelejša drva. Primeren je tudi za stražo.

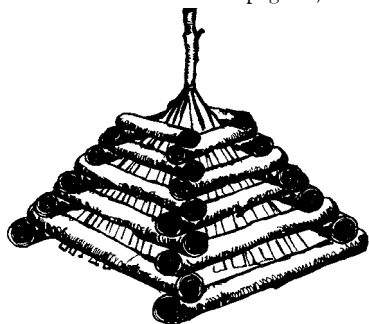
Kakšen ogenj naj postavimo?

Ognje delimo glede na namembnost. Če ogenj potrebujemo, da se z njim ogrejemo ali na njim kaj skuhamo, naj ne bo prevelik, saj ga tako lažje nadzorujemo in za kurjenje porabimo manj drv. Če nam služi v slavnostne namene, kot je prižig tabornem večeru, se lahko poslužimo večjega ognja, a ob tem poskrbimo na varnost.

Ogenj naj bo **majhen**, ker ga tako lažje nadzorujemo in za kurjenje porabimo manj drv. Poznamo več vrst ognjev. Katerega bomo uporabili, se odločimo glede na namen in uporabo ognja.

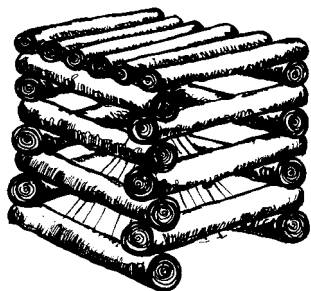


- **Pagodni ogenj** navadno služi za taborni ogenj. Najprej naredimo piramidni ogenj. Obenj vzporedno položimo dvoje debelih polen. Nanju pravokotno položimo dve nekoliko krajši in tanjši, tako da se ogenj proti vrhu oži. Pagodo lahko postavimo tudi v šestkotnik, tako da vsakič dodamo po tri polena z medsebojnim kotom 60° . Paziti moramo, da je v pagodi dovolj kuriva, da bodo lahko zagorela tudi zunanja polena. Če je pagoda dobro postavljena, gori dolgo in enakomerno na vseh straneh, daje veliko svetlobe in lep, dolg plamen.
- **Kocko** naredimo tako kot pagodo, le da so



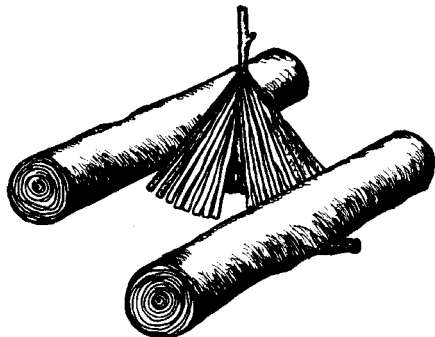
vsa polena enako dolga in jih nalagamo v višino eno nad drugo, tako da ogenj dobi kockasto obliko.

- **Lovski ogenj** naredimo tako, da postavimo



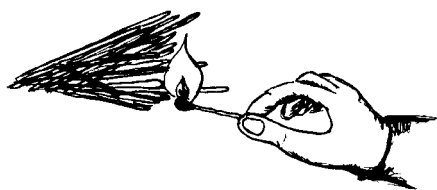
piramidni ogenj med dva debelejša vzporedna hloda v majhni razdalji, ki usmerjata tok zraka in toplote ter varujeta pred šibkim vetrom. Lovski ogenj lahko uporabimo za kuhanje, tako da na hloda postavimo posodo za kuhanje.

Kako ogenj zanetimo?



Ogenj navadno zanetimo z **vžigalicami**, lahko pa si pomagamo s svečko. Vžigalice hranimo v škatli, ki je vodotesna (od fotografskega filma), da se ne navlažijo. Dobro je, če jih zaščito proti vlagi tudi rahlo povoščimo. Vlažno vžigalico vedno prižigamo z glavico naprej. Lahko pa jo posušimo s statično elektriko, tako da jo podrgnemo ob suhe in nemastne lase.

Iz netiva naredimo gost šop in če so



tla suha, ga prižgemo na tleh v že vnaprej pripravljenem ognju. Če pa so tla mokra, šop netiva prižgemo v rokah in ga, ko zagori, porinemo v pripravljeno dračje oz. pod njega. **Netivo vedno prižigamo od spodaj.** Če nam ne uspe zakuriti s prvimi vžigalicami, morda razmislimo o boljšem netivu oz. boljši pripravi le-tega. Na taboru naj bo postavljen

taborni ogenj do večera pokrit s polivinilom, da ga zavarujemo pred roso, netivo pa lahko shranimo tudi na suhem v šotoru. Ko uspemo prižgati netivo, si pomagamo z zmernim pihanjem, da ogenj hitreje razgori. **Prižganega ognja nikoli ne puščajmo brez nadzora ljudi.**

Kako zakurimo ogenj brez vžigalic?

Netenje ognja na primitiven način s kresilnim kamnom, s palico in lokom ali z lečo zahteva veliko mero potrpežljivosti in vztrajnosti. Prva in zelo pomembna stvar je netivo, iz katerega pripravimo nekakšno gnezdo.

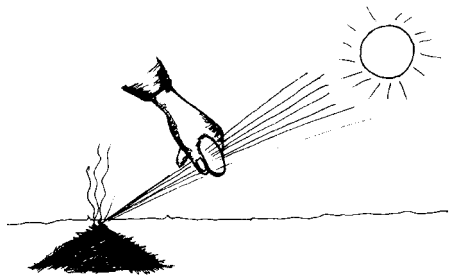
Gnezdo netiva

Pri prižiganju ognja brez vžigalic je pomembno, da si najprej pripravimo netivo. Poiščemo si čimbolj fina suha vlakna. Odlično se obnese notranje lubje lipe, vlakna koprive ali lana, semena osata, rogoza ... Tudi seno je uporabno. Če so travne bilke predebele, jih s kamnom stolčemo, da dobimo fina vlakna. Vse skupaj zvijemo v nekakšno gnezdo, v katerega bomo položili žerjavico.

Prižiganje ognja z lečo

Najprej si poiščemo suh košček **kresilne gobe**. To je goba, ki raste na starih bukvah. Svežo narežemo na lističe, da se nam hitreje posuši. Ko nam uspe zanetiti le delček kresilne gobe, le-tega razpihamo, da zažari čim večji kos kresilne gobe. Tlečo gobo zavijemo v gnezdo netiva in pihamo, da se začne kaditi in dokler se ne vname.

Pri prižiganju ognja z lečo bomo imeli lažje delo, če bo le-ta večja in močnejša. Postavimo jo pravokotno na sončne žarke in žarišče leče (kjer je snop svetlobe zbran v eni točki)

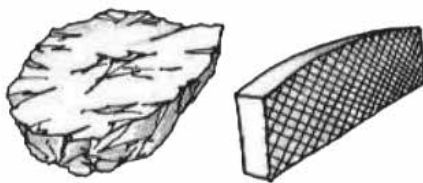


usmerimo na suho kresilno gobo.

Kresilni kamen in jeklo

Pri tem načinu potrebujemo: kresilni kamen, kresilo in lovilec iskre. Kresilni kamen je kamnina z veliko kremena. Kot kresilo uporabimo ogljikovo jeklo. Za to nalogo je odlična stara pila, ki jo na brusnem kamnu brusimo toliko časa, da postane gladka.

Kot lovilec iskre pa uporabimo zoglenel bombaž. Bombažno majico razrežemo na



kremen

jeklo - kresilo

kvadratke dimenzij 8 x 8 cm. Potrebujemo pa še pločevinko (npr. pločevinka za shranjevanje bombonov). Na pokrovu pločevinke naredimo luknjico z žebljem, pločevinko napolnimo z bombažnimi krpicami, jo dobro zapremo in položimo v žerjavico. Kmalu se bo iz luknjice začelo močno kaditi, če se pojavi plamen ga poskušamo zatreti. Ko se iz pločevinke neha kaditi, jo vzamemo iz ognja. Če pločevinko odpremo ko je še vroča, lahko pride do samovžiga, zato počakamo da se ohladi. Tako pripravljene krpice shranimo v vodotesno posodo. S tem smo pripravili vse potrebno.

Na kremenu poiščemo oster rob in nanj položimo bombažno krpico. Vse skupaj nalahno primemo v levo roko, v desni roki pa držimo kresilo in z njim hitro udarjamo ob oster rob kremena, tako da nastanejo iskre. Vztrajno krešemo z jeklom toliko časa, da iskrica pade na krpico in le-ta začne tleti.

Tlečo krpico položimo v pripravljeno gnezdo. Z obema rokama nežno stisnemo in



zapremo tlečo krpico. Nato močno pihamo, da se začne kaditi iz netiva in se naposled le-ta vžge.

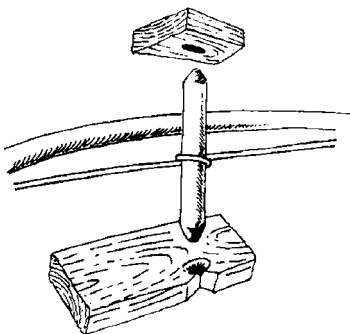
Kako do ognja s svedrom in lokom?

Najprej pripravimo gnezdo netiva. Potrebujemo pa še sveder, ploščo, držalo in lok. Za lok in sveder je potrebno izbrati pravi les. Deščica naj bo čim bolj suha. Za našo nalogo je najboljši les lipe, topola ali vrbe. Zakuriti se da skoraj z vsakim lesom, uspeh pa je odvisen od naše izurjenosti.

Sveder naj bo debel približno en palec (25 mm) in dolg približno 9 palcev. Na obeh koncih ga ošilimo pod topim kotom. Plošča naj bo debela 1 palec, široka 3 palce in dolga 10 palcev. Držalo za sveder izdelamo iz trdega lesa (hrast, bukev), lahko pa je tudi kamen z vdolbino. V držalo, ki se dobro prilega roki, z nožem izvrtamo luknjo. V držalu je trenje nezaželeno, zato luknjo namažemo z maščobo, smolo ali voskom. Lok si izdelamo iz veje, ki je debela 1 palec, dolga pa kot iztegnjena roka.

V ploščo približno za palec od roba z nožem zavrtamo luknjo. Z levo nogo stopimo na ploščo, na desno pokleknemo zraven. Sveder in lok sestavimo, kot kaže slika.

Pomembno je, da levo roko prislonimo k nogi. Sveder nato umirjeno vrtimo



toliko časa, dokler nam le-ta ne vžge plitve luknje - sedišča za sveder. Nato v ploščo skoraj do sredine sedišča zarezemo zarezo v obliki črke V, v katero se bo zbiral vroč prah.

Pod zarezo postavimo košček lubja, list ... Sedaj bo sledilo pridelovanje žerjavice.



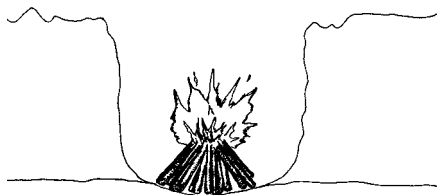
Postavimo se v položaj za vrtanje (slika) in počasi enakomerno vrtimo sveder. Ko se pojavi šibek dim, povečamo pritisk na sveder in ga vrtimo še hitreje, tako da lesni prah v zarezi postane črn. Nato previdno odložimo lok in z rahlim pihanjem dovajamo zrak v črn prah dokler ne začne tleti. Bravo, dobili smo žerjavico, ki jo previdno stremo v pripravljeno gnezdo. Sedaj je postopek enak kot v prejšnjem primeru.

Kako zakurimo ogenj v snegu?

V zimskem času so vremenski pojavi lahko zelo različni in od tega je tudi odvisno, kako hitro nam bo uspelo postaviti ogenj in zakuriti. V suhem obdobju brez snežne odeje je to enostavno. V teh razmerah ne smemo pozabiti na požarno varnost in kurišče dobro zavarovati ter očistiti vseh gorljivih snovi. Take razmere so pozimi v nižinah pogoste in dostikrat je suho prav tako kot sredi poletja.

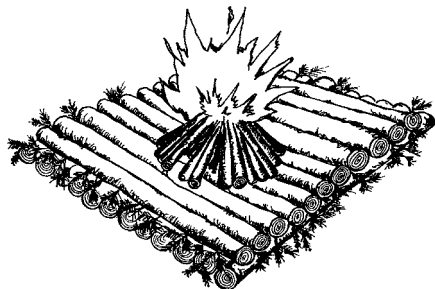
Ob času snežne odeje si moramo naprej dobro pripraviti kurišče. Najboljše je, da na mestu, kjer želimo zakuriti, sneg odstranimo. Okop snega okoli ognja varuje ogenj pred vetrom in hkrati je poskrbljeno za požarno varnost.

Lahko pa se tudi odločimo in ogenj zakurimo na snežni odeji (predvsem, ko je več



snega). Ogenj postavimo na leseno podlago iz svežih debelejših palic oziroma tankih debel. Najprej na sneg položimo prvo plast debel in jih prekrijemo s smrekovimi vejami. Čez smrekove veje pa pravokotno na spodnja debela položimo še eno plast debel. Tako je podlaga za ogenj pripravljena.

Za netivo izberemo stvari, ki jih sneg ni prekril. Zgodi pa se tudi, da veter nanese



sneg povsod, tudi na spodnje suhe smrekove vejice, kamor po kratki otoplitvi primrzne. S smrekovimi vejicami, ki so prekrite s snegom, ognja najverjetneje ne bomo mogli zakuriti. V takem primeru je najbolje, da netivo pripravimo iz baklic (glej podpoglavje Kaj naredimo, če je vse prej naštetu netivo mokro in neuporabno?).

Dračje, ki ga nalagamo na ogenj, naj bo očiščeno snega. Še bolje pa je, da si iz

suhega debela drevesa naredimo polena. Deblo razžagamo na kratke 20 cm dolge kolute ter jih s sekiro razkoljemo. Skladovnico drv si naredimo na suhem. Drva zložimo na dve vzporedni debelejši poleni ali pa pod drva pogrnemo šotorsko krilo.

Kako pogasimo ogenj?

Ogenj navadno gasimo, ko pogori do konca. Najlažje ga pogasimo z **vodo**, ki jo zlijemo nanj, potem žerjavico s palico razgrebemo in nato še enkrat polijemo. Vedno, ko se lotimo kurjenja imejmo pri sebi zadostno količino vode. Če nimamo vode, ogenj razbrskamo s palico, tako da neha gorjeti. Z nožem odstarnimo še aktivno žerjavico s polen. Ogenj bo dokončno pogasjen, ko lahko z golo roko premešamo žerjavico. Tako pogašeno žerjavico razmečemo okrog ognjišča in s tem pognojimo okolico. Žerjavico nato **prekrijemo z zemljo** ali drobnim peskom ter poteptamo. Ogenj moramo pogasiti tako, da lahko svojo roko brezskrbno položimo na sredino kurišča.



Kako izdelamo baklo iz materialov najdenih v gozdu?

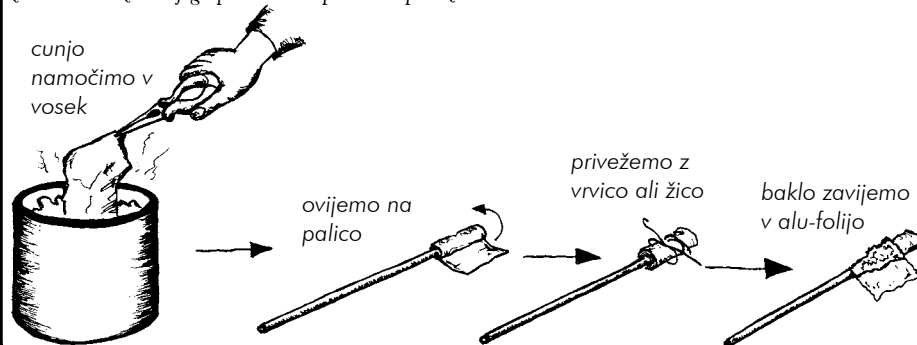
Za izdelavo bakle iz naravnih materialov potrebujemo staro posodico, svežo, 1 meter dolgo palico, fino dračje in smolo. Svežo palico razčetrverimo in vanjo tesno zagozdimo dve majhni palčki. V reže križno in čim bolj na tesno polagamo snope dračja. Snopi naj bodo čim tanjši in čim številčnejši. Ker smola teče po bakli navzdol jo začnemo nalagati med dračje na polovici snopov. Preostalo smolo stopimo v posodici nad ognjem, ter baklo polijemo z stopljeno smolo. Baklo prižgemo na vrhu, saj bo tako bakla počasi gorela navzdol.

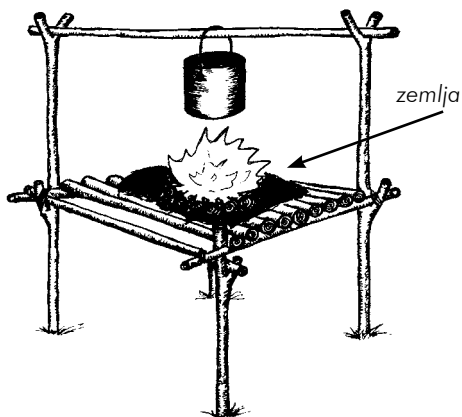
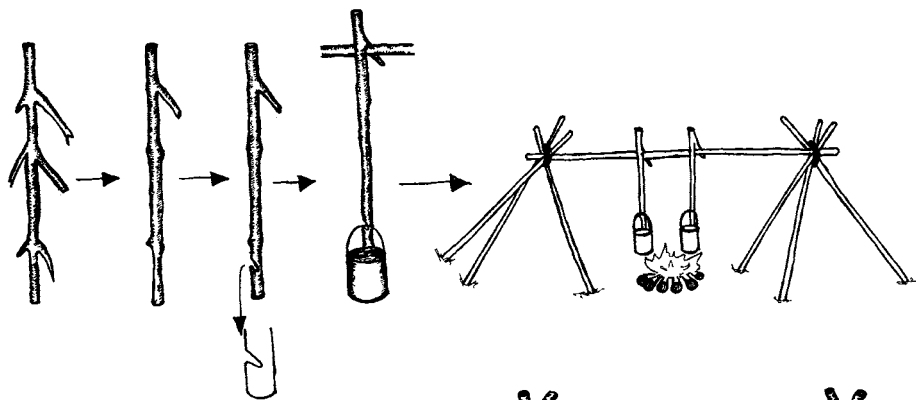


Kako izdelamo baklo?

Potrebujemo leseno palico, dolgo približno 1 m, nekaj starih sveč ali vosk, stare bombažne cunje, aluminjasto folijo, 0,5 m konopljne vrvice ali žico, večjo staro konzervo ali posodo za taljenje voska.

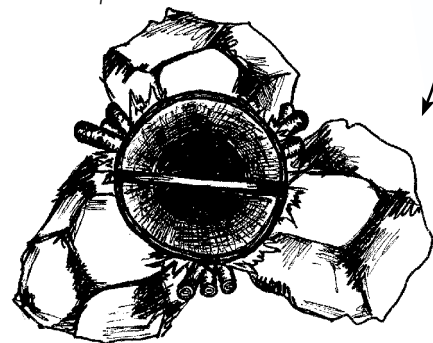
Postopek izdelave: Zelo pazljivo stalimo vosk. Najboljši način za to je, da zavremo lonec vode in vanj položimo posodo s svečami oz. voskom. **Nikakor ne damo posode z voskom direktno na ogenj, da ne povzročimo požara.** V stopljen vosk (kateremu lahko primešamo tudi žaganje) namočimo cunjo ter jo na enem koncu navijemo na palico v širini 20 cm. Cunjo privežemo z vrvico ali žico, da se nam med gorenjem bakle ne bi odvila. Ko se vosk strdi, spodnji del ovijemo še z aluminjasto folijo, da gori bolj počasi in da vosk ne kaplja dol. Baklo lahko uporabimo za osvetljevanje poti pri nočnem pohodu, za okrasitev zunanjskega prostora ob posebnih priložnostih idr.



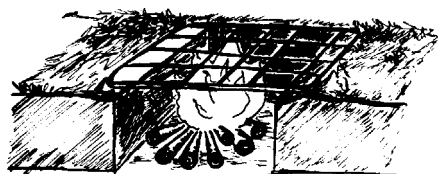


tloris

tloris ognjišča
iz kamenja



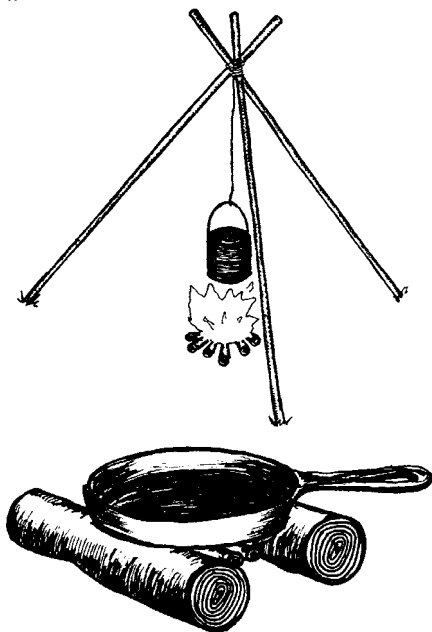
vkopano ognjišče



4. OGNJIŠČA

Kater tip ognjišča naj postavimo?

Ognjišče postavimo, če si želimo kaj skuhati. Kakšno pa bo to ognjišče, je odvisno od okoliškega materiala in časa, ki ga imamo na voljo. Hitro in enostavno postavljena ognjišča so izdelana iz **lesenih palic**, kjer posoda visi nad ognjem, **npr. trinožnik** (kako ga izdelamo, glej poglavje Pioneristika), ali **zložena iz kamenja**. Če bomo na istem mestu večkrat kuhali, se morda splača razmisliti o vkopanem ognjišču, za izdelavo katerega potrebujemo več časa. **Vkopana ognjišča** bolje zadržujejo toploto in tudi močnejši veter nas ne moti, vendar so v primeru dežja zaradi z vodo prepojene zemlje manj primerna. Na ravnem zemljišču navadno izkopljemo kanalsko ognjišče ravne ali L oblike. V breg vkopanim ognjiščem pogosto zgradimo dimnik.



različna
ognjišča



Vkopana pečica

V čimbolj suho prst skupljemo luknjo za velikost posode v kateri bomo pripravili hrano ter upoštevamo še velikost kamenja okrog posode (glej skico). Kamenje naj bo suho in dovolj veliko, da ne poka. Prav tako poskrbimo, da odstarnimo vse korenine in suh vnetljiv material okrog pečice. V pečici zakurimo, da dobro razgrejemo kamenje. Ko ogenj pogori, žerjavico odstranimo in položimo posodo v pečico. Prekrijemo jo s plastjo svežih leskovih palic, nato svežimi vejami, to prekrijemo s šotorskim krilom in vse skupaj zasujemo z zemljo. Slabost pečice je v tem, da nimamo možnosti preverjati stanja med peko.



Švedska bakla

Švedska bakla je priročen način kurjenja ognja, ki ga lahko uporabljamo za gretje in kuhanje tudi na skavtskih aktivnostih. Tak način je zelo primeren za kurjenje v snegu. Ker

je izkoristek toplote pri kuhanju zelo dober na ta način porabimo malo lesa, poleg tega pa nam ni potrebno delati dodatnega stojala oz. dražala za posodo.

Potrebujemo močnejši kos smrekove sušice, ki ga razsekamo na štiri enke dele. (četrtake) Ognjišče uredimo tako, da je podlaga čim bolj ravna. Idealno je če je podlaga zemlja. Med četrtake spodaj položimo distančne paličice, tako da so posamezni kosi med seboj narazen približno 2 cm. Med reže vstavimo netivo in dračje. Netivo vstavimo čisto pri tleh in pazimo, da ga nekaj gleda ob straneh zunaj. S suhimi vejicami zapolnimo reže do vrha. Če najdemo kos smole ga postavimo na vrhu na sredino bakle. Najprej zanetimo netivo, ki smo ga naložili na dno bakle in to na vseh štirih režah. Na baklo lahko direktno položimo kotliček.

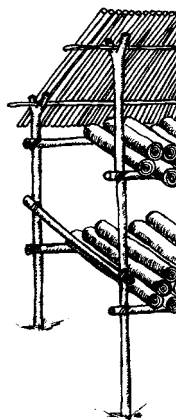
Kateri pripomočki so dobrodošli pri pripravi ognjišča?

Za izdelavo ognjišča iz lesenih palic sta dobrodošli **sekira** in **žaga**. Da obesimo

lonc nad ogenj, uporabimo **jekleno verigo ali žico**, ki je zaradi vročine bolj primerna kot vrvi. Če uporabimo **vrvi**, ki ne sme biti plastična, jo sproti močimo z vodo, da nam ne zagori. **Trda jeklena mreža ali plošča** je zelo uporabna in jo lahko položimo bodisi na ognjišče, narejeno iz kamnja, bodisi na lovski ogenj. Pri pripravi vkopanega ognjišča je dobrodošla tudi **lopata** in morda **kramp**.

Kako hranimo drva?

Drva hranimo vedno na **varni razdalji od ognja**. Na taborih, ko si naredimo zalogo drv za več dni, jih je potrebno **zavarovati pred vlago in dežjem**. Pred vlago, ki prihaja iz tal, drva zavarujemo tako, da jih **dvignemo od tal**. Vzporedno na tla položimo dve debelejši poleni in nanju zložimo skladovnico drv. Ker je potrebno drva zavarovati tudi pred roso in dežjem, vedno po končanem kurjenju pokrijemo skladovnico drv s polivinilom ali šotorskim platnom ali pa izdelamo primerno streho.



5.

GAŠENJE POŽARA

Kaj storimo, če zagori v naravi?

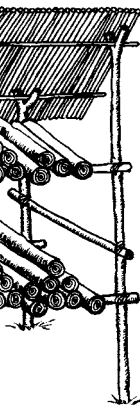
Pomembno je, da ostanemo **mirni in razsodni**. Če je to manjši začetni požar, če je šele zagorelo, skušajmo požar pogasiti sami. Pri gašenju moramo paziti predvsem na svojo **varnost**. Požara se lotimo s priročnimi gasilnimi sredstvi: z vodo, s svežimi brinovimi ali smrekovimi vejami ter z zemljo ali peskom. Gašenje požarov v naravi je najuspešnejše z vodo. Zadostno količino vode preprosto zlijemo na ogenj. Ogenj mora povsem ugasniti. Brinove ali smrekove veje vlečemo po robu goreče trave ali pa z njimi udarjamo po površini, ki jo je zajel ogenj. Pri tem moramo paziti, da vej ne dvigujemo previsoko in s tem ne trosimo iskric naokoli. Če imamo pri roki kramp ali lopato, lahko prekopljemo rušo in s tem preprečimo širjenje požara. Manjšo površino, ki jo je zajel ogenj, lahko posipamo tudi s peskom ali zemljo, dokler povsem ne ugasne. Sami gasimo le, če požar ne presega naših zmožnosti. Če požaru nismo kos, pokličemo center za obveščanje na številko 112, najbližjo gasilsko enoto ali policijo.

Kako prijavimo požar?

preveri če tole drži!!!! Glej poglavje Spoznavanje na daljavo.

Kako poteka gašenje z gasilnim aparatom?

Proučimo navodila na gasilnem aparatu, če ne poznamo delovanja. V sklonjeni drži se približamo središču požara na 2–3 m, izvlečemo varovalko ter pritisnemo na ročico ali gumb za aktiviranje gasilnega aparata. Ročnik gasilnega aparata trdno primemo, ga usmerimo v središče požara in začnemo z gašenjem. Gasimo v smeri vetra, nikoli proti vetru! Priporočljivo je, da gasita dva, da si v primeru poškodb lahko pomagata.



6. PRAKTIČNI NASVETI ZA VARNE SKAVTSKE AKTIVNOSTI

Kaj storimo, če zagori olje ali mast v posodi?

Izklopimo štedilnik oziroma grelno površino ter gorečo posodo pokrijemo s pokrovko ali mokro krpo. Goreče posode ne prenašajmo naokoli. Gasimo lahko tudi z gasilnim aparatom, nikakor pa ne gasimo z vodo.

Kaj storimo, če zagori obleka na človeku?

Takoj pričnemo gasiti, in sicer tako, da goreče dele obleke prekrivamo z odejo, kosom oblačila, prtom ali podobnim. Najprej gasimo pri glavi. Sami se lahko pogasimo z valjanjem po tleh, snegu in podobno.

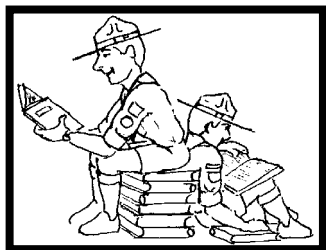
Kaj storimo, če zagori pod pokrovom motorja vozila?

Vozilo ustavimo ob robu vozišča in ugasnemo motor, **potniki pa naj takoj zapustijo vozilo**. Pokrov motorja odpremo, če imamo pripravljeno gasilno sredstvo. Gasimo tako, da nekoliko odpremo pokrov motorja in usmerimo curek gasilnega sredstva na motor ter pokrov zapremo in nekoliko počakamo. Če nam prvič ni uspelo, postopek ponovimo. Če nimamo s čim gasiti, ne odpiramo pokrova.

Kaj storimo, če zagori gospodinjski aparat, televizor, pralni stroj ipd.?

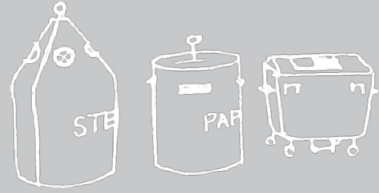
Odklopimo napravo iz električnega omrežja in gasimo z gasilnim aparatom (na CO₂ ali prah). Če smo napravo popolnoma odklopili iz omrežja, lahko gasimo tudi z vodo.

Dodatno literaturo o ognjih lahko najdete na internetnih straneh, kot so <http://www.inquiry.net> in <http://www.netwoods.com>. **A TALE ODSTAVEK PUSTIMO NOTRI!**



Literatura

- M. Černetič: Kaj moram znati za skavtski izpit: Ognji. Ljubljana: Steg Ostorogi Jelen, Brezovica 1, 1993.
- J. Wiseman: The SAS survival handbook: Fire. London: Harper Collins, 1996.
- Canadian scout handbook, National council Boy scouts of Canada.
- D. Jarc: Preživetje v naravi: Ogenj. Bilten za interno uporabo.
- I. Štajdohar: Tabornikov priročnik. Ljubljana: Komisija za založniško dejavnost pri P RK ZTS, 1990.
- O. Neuvirt: Nekaj kratkih napotkov za boljšo požarno varnost.



Skrb za okolje

„Pustite svet za spoznanje lepši, kot ste ga prejeli,“ je dejal naš ustanovitelj. Ni potrebno, da si skavt. Mora ti biti zgolj mar za jutrišnji dan in naše potomce. Tudi skavtski zakon govori: „Skavt spoštuje naravo in vidi v njej Božje delo!“ Če ne veš, kako za okolje poskrbeti na skavtskih aktivnostih ali doma, te odgovor najverjetne čaka v spodnjih vrsticah.

1. SKRB ZA OKOLJE

Ob varovanju in skrbi za okolje se naj skavt zgleduje ne samo po zakonu: »Skavt spoštuje naravo in vidi v njej božje delo,« temveč tudi: »Skavt je čist v mislih in dejanjih« ter »Skavt je delaven in varčen.«

Varstvo pomeni vse tisto, kar človek misli in stori, da bi omilil lasten vpliv na svoje naravno okolje in da bi zadostil svoje prave potrebe. Ob tem, ko hkrati omogoča da okolje ostaja v zdravem, delujočem redu (M. Nicholson, 1970).

Pri izvajanju skavtskih aktivnosti je potrebno veliko časa nameniti načrtovanju, saj bomo tako omilili naš vpliv na okolje. Razmislimo o lokaciji ognjišča, sanitarij in biološke luknje na tabornem prostoru. Pri nakupovanju materiala in hrane za skavtski tabor bodimo preudarni in racionalni, razmislimo, kako bomo ravnali z odpadki. Pri posegih v naravo so nam v pomoč lahko naslednja načela:

- **Načelo samoobrambe:** pravico se imam braniti pred nečem, kar me ogroža (npr. drevo se bo porušilo na streho moje hiše, zato ga smem požagati – seveda mora biti objekt legalen).
- **Načelo proporcionalnosti:** sposobnost ločiti bistvenih od nebistvenih stvari (npr. bolj pomembno je dovolj globoka in pravilno oblikovana luknja za organske odpadke, kot pa estetsko izdelana oglasna deska)
- **Načelo najmanjšega zla:** pri zadovoljevanju lastnih potreb stremiš k tem, da storiš najmanj zla

Skavti bi morali biti zgled s svojim odnosom do narave. Poskrbimo, da porabimo zgolj toliko kot potrebujemo, naše aktivnosti načrtujemo tako, da pustimo kar najmanjši odtis v okolju, predvsem pa v vsakdanjem življenju skrbimo za ozaveščanje drugih o pomembnosti ohranjanja okolja.

za ostalo okolico (npr. ob postavljanju vodove kuhinje naletim na veliko mravljišče, kuhinjo prestavim za nekaj metrov, kjer zopet naletim na mravljišče, vendar manjše).

- **Načelo porazdeljene pravičnosti:** tako živa kot neživa narava imata pravice (med kuhanjem kosila v vodovi kuhinji se začnem dolgočasiti, zato začnem odstranjevati mah iz kamenje s čimer kršim njegovo pravico do bivanja na tistem mestu).

2. ODPADKI

Odpadek je vsaka snov, ki nastaja v procesu človekove dejavnosti in za povzročitelja nima več uporabne vrednosti, stroški njene predelave (če je možna) pa so večji od vrednosti odpadne snovi.

Človek prekinja krožni tok menjave snovi v naravi zaradi koncentracije odpadkov, stopenosti ali nerazgradljivosti odpadkov. Vsi že poznamo ločevanje odpadkov, toda to ni dovolj. Ustrezno ravnanje z odpadki predstavlja novejši koncept 4R + 3E.

2.1 KONCEPT 4R + 3E

4R koncept temelji na hierarhiji:

1. **Zmanjšati („REDUCE“):** ... naše potrebe in tudi zmanjšati količino odpadkov.
2. **Ponovna uporaba („REUSE“):** ... stvari za enak ali drugačen namen..
3. **Recikliranje („RECYCLE“):** odpadke uporabiti kot surovino.
4. **Izraba („RECOVER“):** ... energije iz preostalih odpadkov, ki je ostala v njih za energetska izrabo (toplota, elektrika).


ZMANJŠATI („REDUCE“)

Zveni očitno, toda z zmanjšanjem količine stvari, ki jih kupimo ali če enostavno uporabimo manj materiala za proizvodnjo enake stvari (npr. Izboljšamo tehnologijo proizvodnje), ustvarimo manj smeti. Tudi če kupujemo v večjih embalažah ali v povratni

embalaži avtomatsko zmanjšamo količino odpadkov, saj jih ustvarimo manj. Manj kot ustvarimo odpadkov, manj jih imamo.

V naravi zato ne uporabljajmo pribora za enkratno uporabo ali npr. alufolije!

PRIMER “REUSE”


 1 steklenica za mleko s prostornino 1 l nas oskrbi enako kot 25 kosov vezne kartonske embalaže – tetrapaka s prostornino 1 l. Zlomljene steklenice mleka so primerne za reciklažo. Velik del vezane kartonske embalaže se ne reciklira, temveč odloži na deponiji.

PONOVNA UPORABA („RECYCLE“)

Kar ne more biti ponovno uporabljeno, naj bo reciklirano. Odpadki se uporabijo kot surovine – od recikliranja papirja, stekla, plastike, do kompostiranja biološko razgradljivih odpadkov.

IZRABA („RECOVER“)

Opadke, ki se jim ne moremo izogniti, jih ponovno uporabiti ali reciklirati, lahko uporabimo kot vir energije. S tem zmanjšamo količino odpadkov, ki končajo na odlagalščih in odpadke izkoristimo povsem.

 Kupujte po možnosti ponovno uporabne proizvode oz. proizvode, katerih embalaža se da ponovno ali nadalje uporabiti.

3E koncept pomeni:

1. **Izobraževati („EDUCATE“):** ozaveščati o konceptu 4R in na splošno o varovanju okolja.
2. **Optimizirati („ECONOMISE“):** vključevati stroške odpadkov v ceno, optimizirati postopke, kjer nastajajo odpadki – torej povsod! Pomisli, kje lahko ti „privarčuješ“ odpadke – skupna vožnja v službo, domači vrtilček, povratna embalaža. Kupiš le tisto, kar res potrebuješ?
3. **Uveljaviti („ENFORCE“):** utrditi učinkovito rabo materialov in ravnanje z odpadki v vsakdanjem

življenju, jih utkati v načrtovanje (npr. poletnega tabora, izhoda), odločanje, razmišljanje in aktivno sodelovanje tudi pri oblikovanju okolju prijazne zakonodaje.



Odpadke ločeno zbiramo povsod, na popotnem taboru, v gorah, šoli in doma.

Eden od pomembnih temeljev za uveljavljanje omenjenega koncepta 4R + 3E je ustrezno ločevanje odpadkov.

2.2 LOČEVANJE



ODPADKOV

Odpadki so po sestavi zelo različni. Lahko so nevarni ali nenevarni, lahko prihajajo iz tovarn ali iz gospodinjstev, lahko so veliki ali mali, lahko so uporabni ali neuporabni. Vsaka kraj ima nekoliko drugače urejeno zbiranje odpadkov, zato je zelo pomembno, da se pred taborom pozanimamo, kako moramo zbirati odpadke in kam jih odnesti!

V grobem poznamo naslednje vrste komunalnih odpadkov iz gospodinjstev, to so odpadki, ki jih proizvede vsak izmed nas:

- biološko razgradljivi odpadki,
- ločene frakcije za snovno recikliranje (papir, kovine, steklo, plastika),
- preostali odpadki,
- nevarni odpadki,
- kosovni odpadki,
- odpadna elektronska in električna oprema (OEEO),
- gradbeni odpadki.

Kako ločevati odpadke na taboru?

Po principu ZMANJŠATI („REDUCE“) lahko za zbiranje uporabimo odslužene kartonaste škatle (za suhe odpadke), biološke odpadke lahko v posodi odnesemo do komposta, za mokre odpadke ali če se bojimo dežja pa uporabimo odlučene plastične vreče ali vreče za smeti. Vso embalažo moramo najprej umiti (vodo od umivanja pa ustrezno prečistiti – glej odstavek 3. Voda!)

Vreče za smeti se na taborih velikokrat strgajo, pomembno je, da naredimo smetnjak iz palic in vrečke tako, da se vrečka dobro dotika tal in s tem onemogočimo, da se vrečka strga pod težo smeti.

koš za smeti (tri palice, vrečka do tal)
slika "smetnjaka" - tri palice zabite v tla, vrečka privezana na vrhu palic in je DO TAL - da se ne strga pod težo smeti (vsa umetnost :)) in označeno na skici, da je do tal

Odslužene papirnate robčke (ki ne sodijo med papir za recikliranje!) lahko uporabimo za kurivo ali pa odložimo med biološke odpadke (ne med papir!). Tudi na popotnem taboru poskrbimo za ločeno zbiranje odpadkov. Ločeno zbrane frakcije odnesimo do ekološkega otoka, kjer v skladu z navodili, ki so napisana na etiketi vsakega zabojnika, odpadno embalažo iz vreče razporedimo v ustrezne zabojnike.

2.3 BIOLOŠKO RAZGRADLJIVI ODPADKI

Večinski del odpadkov iz gospodinjstev in tudi na taboru so biološko razgradljivi odpadki. To so ostanki (priprave) hrane, les, moker papir, vse kar lahko zgine v krajšem času. Biološko razgradljive odpadke lahko

recikliramo v lastnem kompostu oziroma na taboru v ta namen izkopljemo biološko jamo.

Kako naredimo kompost?

Kompost je polnovreden humus, ki ga iz organskih kuhinjskih in vrtnih odpadkov ustvarjajo drobcena živa bitja. Lego za svoj kup komposta izberite tako, da bo le-ta lahko dosegljiv, zaščiten pred vetrom in do polovice ležeč v senci. Lešniki, robidnice, bezeg in plamenka so rastline, ki lahko obdajajo kompostni kup.

Kompostiranje pomeni:

- vračanje organskega materiala v naravo
- pridobivanje naravnega gnojila
- izboljšanje tal zaradi pospeševanja talnega življenja in zaradi boljšega zbiranja vode.

Pri tem gre torej za predelavo bioloških odpadkov v polnovreden humus.



Pripomočki: lopata, suha trava ali seno.

Koraki:

1. Izberemo primeren kraj (ob robu tabornega prostora, doma na vrtu), in ga ogradimo z lesenimi latami ali podobnim materialom, ki omogoča prezračevanje odpadkov, ki je potrebno za gnitje in zorenje komposta.
2. Na kompostni kup najprej položimo rahel grob material (vejice dreves) za boljše zračenje.
3. Na kompost odlagamo različne

biorazgradljive odpadke (ostanke hrane, zelenjavne, olupke, moker papir, kosti, lase, žaganje, suho listje). Potrebno je paziti na neekološke pridelke, ki lahko vsebujejo nevarne snovi (npr. banane, pomaranče v svoji lupini) – za te pridelke je priporočeno imeti svoj kompost. Zemljo iz tega komposta je bolje uporabljati na travnikih, gozdovih, ne pa na vrtu ali polju.

4. Pokrijemo s tanko plastjo zemlje.
5. Zalivamo enkrat ali dvakrat tedensko, da ostane vlažno (uporabimo vodo od pranja solate, deževnico ...).
6. Vsebino v jami včasih tudi obrnemo in poleg dodamo nove odpadke.
7. Kompost dozori po 3–4 mesecih in je dobro naravno gnojilo, ki vrača zemlji nekaj tistega, kar ji s pridelovanjem odvzamemo. Na tabornem prostoru ali bližnjem gozdu ga bo lahko tako raztrosil lastnik ali pa naslednje leto drugi udeleženci tabornega prostora.

Zakaj ne kurimo po nepotrebnem - trdni delci v zraku (npr. Pm10)?

Opozoriti je potrebno, da je kurjenje po nepotrebnem nespametno početje, saj se s kurjenjem v zrak spušča drobne delce, ki so daljši čas prisotni v ozračju. Drobni prah v zraku so drobni delci in drobne kapljice, v katere se ujame trden ali tekoč delec. Drobni prah je tako majhen, da lebdi v zraku.

Največkrat to opazimo pozimi, ko se zaradi povečane koncentracije trdnih delcev pojavi smog v mestih. Največkrat slišimo za podatek števila drobnih delcev premera 10 mikrometra (oznaka PM10).

Delci vplivajo na zdravje ljudi, še posebej povečujejo boleznih dihal, osrčja in ožilja. Največ drobnih delcev spuščamo v zrak z individualnimi kurišči gospodinjstev (zato je pametno, da se več hiš združi, da več gospodinjstev ogreva skupna toplarna (profesionalna peč, ki po toplovodu ogreva več hiš ali celotno naselje) in da si naredijo toplarno. To je profesionalna peč, ki po toplovodu ogreva več hiš ali celotno naselje) ter z izpuhi v prometu.

Kaj je dovoljeno in prepovedano odvreči v zabojnike?

VRSTA ZABOJNIKA	DOVOLJENO ODVREČI ☑	PREPOVEDANO ODVREČI ☒
PAPIR	<ul style="list-style-type: none"> ✓ časopise in revije; ✓ zvezke in knjige; ✓ prospekte in kataloge; ✓ pisemske ovojnice; ✓ pisarniški in ovojni papir; ✓ papirnate nakupovalne vrečke; ✓ kartonsko embalažo in lepenko. 	<ul style="list-style-type: none"> × kartonske votle embalaže tekočin (ta spada med embalažo); × kopirnega, povoščenega ali plastificiranega papirja, tapet in celofana (odložimo med preostale odpadke); × cigaretnih zavojčkov (spadajo med preostale odpadke); × higienskega papirja – papirnatih brisač, prtičkov, robčkov ipd. (odložimo med BIC, sicer preostanek odpadkov); × z živili pomazane ali prepojene papirnate in kartonske embalaže (spada med preostale odpadke); × kakorkoli umazanega ali navlaženega papirja in kartona.
EMBALAŽA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ platenke pijač in živil; ✓ platenke čistil in pralnih sredstev; ✓ pločevinke pijač; ✓ konzerve živil; ✓ kartonsko votlo embalažo od mleka, sokov ipd.; ✓ plastične vrečke in lončke; ✓ plastično embalažo šamponov, zobnih past in tekočih mil; ✓ embalažo CD-jev in DVD-jev; ✓ plastično in aluminijasto folijo, v katero so zaviti izdelki; ✓ embalažo iz stiropora. 	<ul style="list-style-type: none"> × plastične embalaže nevarnih snovi ali njihovih ostankov (motornih in druge vrste mineralnih olj, sredstev za zaščito rastlin, barv, lakov ipd.) × Vedno preverite, ali je na embalaži simbol za nevarne odpadke, in nevarne odpadke odpeljite v zbirni center ali jih oddajte v premično zbirnico; × celofana; × CD-jev, DVD-jev in gramofonskih plošč; × kosovnih plastičnih predmetov (polomljene plastične stole, talne obloge ... – odpeljete v zbirni center).
STEKLO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ steklenice in stekleničke živil, pijač, kozmetike in zdravil ✓ kozarci vloženi živil ✓ druga steklena embalaža 	<ul style="list-style-type: none"> × okenskega in drugega ravnega stekla (oddamo ga v zbirnem centru); × žarnic (odložimo jih med preostale odpadke); × neonskih, halogenskih in žarilnih žarnic ter svetlobnih cevi (to so nevarni odpadki); × avtomobilskega stekla (to in spodaj naštetih odpadki spadajo med preostale odpadke); × ogledal, porcelana in keramike; × kristalnega in ekranskega stekla; × pleksi in karbonskega stekla; × laboratorijskega in ognjavarnega stekla.



Vse odpadke razstavi, kolikor lahko; plastenki odvij pokrovček, z jogurtovega lončka odtrgaj pokrovček

2.4 LOČENI ODPADKI ZA SNOVNO RECIKLIRANJE

Sem v veliki meri štejejo odpadno embalažo, ki je ne porabimo ponovno ali v drug namen, možno pa jo je reciklirati.

Na embalaži pa so tudi eko oznake, ki nam povejo več o ravnanju z odpadki.



Zelena pika je znak, ki označuje, da je embalaža izdelka vključena v sistem ravnanja z odpadno embalažo.



Mobiusova zanka - simbol s puščicami je mednarodna oznaka, ki se uporablja za embalažo, ki je primerna za recikliranje oziroma je izdelana iz recikliranega materiala.



Smetnjak je mednarodna oznaka, ki opozarja, da je embalažo potrebno odvreči v primerni zabojniki.

Pri ločevanju in na ekoloških otokih na grobo ločujemo:

- papir,
- steklo,
- embalažo (oz. umetne mase).

Priporočamo, da tako ločujete povsod, tudi na taboru, naj si bo popotni ali stacionarni. Pomembno pa je, da ločujemo pravilno in da embalažo pred oddajo speremo.

Nasvet: če ne veš, kako ločevati, se drži splošnega pravila - bolje je, da odložiš v napačni zabojniki (in se sortira v centru za ravnanje z odpadki), kot da odpadka, primerne za ta način zbiranja, sploh ne odložiš na ekološkem otoku.

In še en nasvet: Papirnate brisačke, peki papir in podobni papirnati izdelki so večinoma beljeni s klorom in njegovimi sestavinami, ki lahko vsebuje strupen dioksin. Uporablaj raje bombažne krpe, v pečici pa namesto peki papirja raje namaži pekač.

2.5 PREOSTALI ODPADKI

V to kategorijo spadajo tisti odpadki, ki ne sodijo v nobeno drugo kategorijo. Torej odpadki, ki jih ne moremo ponovno uporabiti, reciklirati, odpadki, ki niso nevarni in ne vsebuje elektronskih delov.

V splošnem sem spadajo:

- damski vložki, tamponi, plenice in mačji pesek;
- ohlajen pepel in vrečke iz sesalca;
- tkanine, usnje in šiviljski odpadki (če ga ne moremo ponovno uporabiti ali reciklirati);
- kasete, filmi in fotografije;
- pluta in guma;
- keramika, porcelan in klasične žarnice z žarilno nitko;
- izolacijsko in avtomobilsko steklo.

2.6 NEVARNI ODPADKI

Z nekaterimi odpadki lahko povzročimo dolgoročne negativne posledice za okolje in zdravje. S temi odpadki moramo ravnati res dosledno, če želimo pustiti svet tak, kot smo ga prejeli.

Na taboru je veliko pozornosti namenimo odpadnemu olju, zdravilom in baterijam; le-te je potrebno zbirati in odpeljati na center za ravnanje z odpadki ali pa odnesti domov ter peljati na naslednjo zbiralno akcijo nevarnih odpadkov. Odpadno olje in mast močno onesnažita vodo in škodujeta ekosistemu.

Med nevarne odpadke štejemo:

- odslužene akumulatorje;
- baterije;
- barve in topila;
- kemikalije;
- olja in masti;
- pesticide (tudi embalaža sredstev za zatiranje škodljivcev, plesni, ipd.!!!);

- pralna in kozmetična sredstva, ki vsebujejo nevarne snovi;
- zdravila;
- neonske cevi
- oz. vse, kar je opremljeno s simboli za nevarne snovi in njihovo embalažo.

Kam z nevarnimi odpadki?

Nevarne odpadke je potrebno pazljivo shraniti in odnesti na najbližji zbirni center ali pa počakati do prve zbiralne akcije, ki so organizirane v vseh občinah.

Nekatere odpadke predelajo v sekundarno gorivo za cementarne (olja in razredčila), nekatere sežgejo (zdravila, sredstva za zaščito rastlin), kisline nevtralizirajo, baterije pa predelajo.

Zelo pomembno je, da nevarnih odpadkov ne odložiš v navadne smeti in da tudi na taboru ali potovanju nevarne odpadke (npr. baterije) shranimo in pravilno odložimo. Namig: baterije lahko odložimo tudi na vsakem prodajnem mestu, kjer prodajajo baterije.

Med nevarne odpadke spadajo tudi vse nevarne snovi. Vsi smo se z njimi srečali pri pouku kemije, kjer smo spoznali oznake s katerimi so označene. Nevarne snovi imajo eno ali več nevarnih lastnosti: eksplozivnost, radioaktivnost, oksidativnost, vnetljivost, strupenost, jedkost, dražljivost, rakotvornost, mutagenost, nevarnost za okolje itd.

Z nevarnimi snovmi moramo ravnati še posebej pazljivo in jih obvezno prinesiti v zbirni center ali na zbiralno akcijo nevarnih odpadkov.



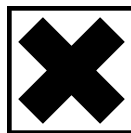
Z oznako prečrtanega smetnjaka se označuje vse nevarne odpadke, prav tako se označuje z njimi odpadno elektronsko in električno opremo.

2.7 ODPADNA ELEKTRONSKA IN ELEKTRIČNA OPREMA (OEEO)

OEEO zajema karkoli, kar ima baterijo ali vtičnico – od toasterja do velikih zamrzovalnih skrinj. Zavedati se moramo, da je v vsaki elektronski ali električni napravi ogromno različnih snovi, težkih in žlahtnih kovin. Marsikatera od teh kovin je dragocena, saj jih pridobivamo iz rudnin, ki jih Zemlja nima neomejeno. Pravtako so nekatere od teh kovin nevarne za okolje in zdravje.

OEEO lahko dostavimo v zbirni center, lahko pa ga tudi vrnemo prodajalcu ob nakupu nove EEO na podlagi sistema »podobno za podobno«. Če nam dostavijo nov izdelek, ki zamenjuje starega, mora trgovec prevzeti stari izdelek v trenutku, ko je pripravljen za zbiranje in je primerno očiščen.

Navaren odpadek prepoznamo po tovrstnih oznakah:



dražilna snov



eksplozivno



jedko



okolju nevarno



strupeno



vnetljivo

2.8 KOSOVNI ODPADKI

V vsakem kraju je organiziran odvoz kosovnih odpadkov enkrat ali večkrat na leto. Kosovni odpadki so večji, nenevarni odpadki, ki jih ne moremo odlagati v zabojnike. Če kosovne odpadke pridelamo na taboru, jih odpeljimo seboj domov in počakajmo na prvo akcijo zbiranja kosovnih odpadkov ali pa jih odpeljimo v najbližji zbirni center.

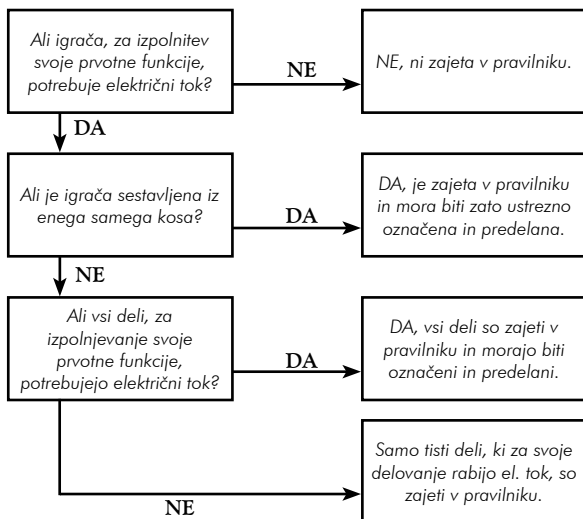
Med kosovne odpadke odlagamo:

Primer: ali igrača spada med OEEO?

Ali igrača spada v razrede, določene v Pravilniku o ravnanju z odpadno električno in elektronsko opremo

ODLOČITEV

PRIMERI IGRAČ



Jokajoča punčka na baterije, igrača bager z lučkami in zvokom

Računalniška igrlica, elektronsko programirane igrače

Avto z daljinskim upravljanjem, brezžične govorne postaje

Serie za sestavljanje z električnim motorjem (vključen in označen samo motor)
Punčka z električnim telefonom (vključen in označen samo telefon)

Bodi pripravljen

- kopalniško opremo;
- pohištvo;
- preproge;
- oblazinjeno pohištvo in vzmetnice;
- svetila in senčila.

Med kosovne odpadke ne smemo odlagati:

- gospodinskih odpadkov;
- stavbnega pohištva (okna, vrata itd.);
- gradbenih odpadkov;
- zemlje, listja in vej;
- nevarnih odpadkov;
- odpadne električne in elektronske opreme;
- avtomobilskih gum.

2.9 GRADBENI ODPADKI

To so odpadki s katerimi se najpogosteje srečamo ob obnovi kopalnic, menjavi oken ipd. Zbiramo jih na način, ki ni škodljiv za okolje in jih primerno zavarujemo. V veliki meri se

jih da predelati, zato je še kako pomembno, da z njimi pravilno ravnamo. Pomisli! Z gradnjo hiše porabiš skoraj toliko energije in materiala kot v celem življenju, zato je še kako pomembno, da se obnašaš varčno! Narava in denarnica ti bosta hvaležni.

Nevarne gradbene odpadke (npr. izdelki iz azbesta – najpogosteje strešna kritina) obravnavamo še posebej pazljivo. Zložimo jih v posode ali palete, nato jih oddamo na deponijo, ki zbira te odpadke, oz. ustreznemu predelovalcu tovrstnih odpadkov. Vedeti moramo, da vse komunalne deponije in centri za ravnanje z odpadki ne sprejemajo te vrste odpadkov. Zato je dobro, da se že pred samimi deli pozanimamo, kam bomo odpadke peljali oz. to preverimo pri izvajalcu gradbenih del. Pri kritini iz azbestnih vlaken je potrebno kritino pazljivo odstraniti, pri delu moramo biti primerno zavarovani, da ne pride do vdihavanja strupenih vlaken. Azbestne plošče moramo s strehe odstraniti tako, da se dodatno ne poškodujejo, predhodno odstranimo

vse vijake, letve ipd., jih zaradi preprečitve dviganja strupenih delcev omočimo, zložimo na paleto in zavijemo v folijo. Pazljivi moramo biti tudi na letve, ki jih v primeru ponovne uporabe obrišemo z vlažno krpo ali pa jih odstranimo na podoben način kot same plošče.

Azbest je nevaren, saj se lomi v majhne delce, ki se ob vdihu lahko zapičijo v pljučne mešičke, kar lahko povzroči rast rakovih celic.

3. VODA

Brez vode ni življenja! Vsako nepravilno ravnanje do narave se prej ali slej odraža v vodi. Voda je povsod: para na nebu, podtalnica pod tlemi, potok na tabornem prostoru. Kurjenje plastike spušča strupene pline, ki se bodo vezali tudi v paro ali dežne kaplje in se vrnilo na tla kot onesnažena voda. Nepravilno zavržen odpadki bo tekom časa pronical do podtalnice in onesnažil našo pitno vodo. Voda je najpomembnejša dobrina!

Najlažji posegi pri izboljšanju odnosa do vode:

- uporaba varčnih količin, še posebej, ko imamo opravka s pitno vodo,
- zmanjšati količino čistilnih sredstev oziroma jih ukiniti,
- uporaba ekoloških in razgradljivih detergentov, šamponov ter ostalih čistil,
- pravilno odlaganje vseh vrst odpadkov,
- pravilno kurjenje (le les in le pravilno pripravljen les).

Veliko vode se onesnaži pri pridelovanju sadja in zelenjave. Če hrane ne prideláš doma, v trgovini kupuj izdelke, označene s simbolom zelenega lista (evrolist = logotip EU za ekološko kmetijstvo).



Ta simbol zagotavlja da:

- je vsaj 95 % sestavin v izdelku pridelanih ekološko,
- izdelek zadovoljuje predpise kontrolnega organa.

3.1 TABOR IN VAROVANJE OKOLJA

Pri taborjenju in ostalih aktivnostih v naravi bomo največ naredili za okolje, če bomo poskrbeli, da ne onesnažujemo voda - tako podtalnice kot površinskih voda kot tudi tiste na nebu.

V naslednjem podpoglavju (3.2) si lahko prebereš, kako se pomiva posoda, pere perilo, skrbi za osebno higieno in izdelava naravna čistila. Zelo pomembno pa je, da za vse dejavnosti izberemo primerno lokacijo.

Glavno vodilo naj bo, da vsa morebitna mesta onesnaževanja postavimo:

- čim dlje od površinskih voda (reke, jezera, potoki) in
- na tla, kjer je debela prst ter veliko vegetacije (še posebej dobra lokacija so rahlo zamočvirjena tla).

UPOŠTEVAJMO:

V površinskih vodah ne umivajmo posode, ne peremo perila, se ne umivamo (saj s tem vnašamo ne le čistila, ampak tudi ostanke hrane ter ostale organske snovi, ki povzročajo prekomerno rast rastlin v vodi, kar lahko privede do cvetenja rek, jezer ...).

Kompostno luknjo ter WC postavimo čim dlje od vodotoka, tako bo pot izcedne vode, ki je spirala umazanijo, daljša. Na poti se bo naravno prečistila, zato upoštevaj, dlje od vodotoka tem bolje.

Kompostno luknjo ter WC postavimo na tla z debelo prstjo (najbolje na zamočvirjena tla), s tem bomo preprečili, da bo izcedna voda, ki bo spirala umazanijo, tekla neposredno v

podtalnico, ki je bogat vir pitne vode.

OGNJIŠČA

Ognjev in vodovih kuhinj ne postavljamo na obalah rek in v bližini površinskih voda, saj bo višja gladina vode ob deževju ves pepel in umazanijo odnesla s seboj in se s tem onesnažila vodo z organskimi snovmi.

Prav tako ne kurimo po nepotrebem, saj s tem onesnažujemo zrak (glej poglavje 3.1 Odpadki).

Za razrešit dilemo - blaž/urban glede kurjenja ob vodi ... predebatirat in dat v okvirček eno sporočilo, ki bo isto - 191 stran in 43 stran.

STRANIŠČE

za postavitev stranišča glej poglavje??

Čeprav se sliši smešno, najbolj trajnostno in naravi prijazno hodijo na stranišče živali – svoje iztrebke in urin razporedijo po naravi in s tem gnojijo rastline, ljudje pa svoje onesnaženje koncentriramo v eno točko, kjer pride do povečanega onesnaženja. Pri postavitvi tabora lahko to znanje upoštevamo tudi sami, saj ni potrebno, da imamo zgolj eno WC luknjo, lahko jih imamo več. Prav tako si lahko določimo „linijo“, kamor lahko fantje hodijo odtočit in se dogovorimo, da tam ne nabiramo drv.



Vsi poznamo WC luknje na taboru. Druga možnost, ki je tudi zelo uporabna pri bivakiranju in drugih dejavnostih je uporaba lopatke in „linije“. Ko nas tišči na veliko potrebo, vzamemo lopatko, skopljemo malo luknjo, ki jo po končani potrebi zagrnemo z izkopano zemljo. „Linija“ pa pomeni, da si določimo območje za malo potrebo. Pri uporabi lopatke je potrebno poudariti, da ni zaželenja na tabornih prostorih, ki so velikokrat v

uporabi, saj bodo na taborni prostor za nami prišli še mnogi in nočemo, da v bližnjem gozdu naletijo na „mine“.

3.2 UPORABA VODE (UMIVANJE, PRANJE ...)

Glavna načela pri uporabi vode sta:

- v vodo dodamo oziroma spustimo čim manj snovi (kemikalij, hrane, odpadkov, izločkov ...),
- onesnaženo vodo ne izlivamo direktno v vodotok ali v podtalnico.

Kako pomivamo posodo na taboru (na roke)?

Pomivanje posode ni težko opravilo, skrb za okolje pa je pri tem še toliko manjše opravilo:

Posode NE pomivamo v vodotokih ali jezerih! S tem namreč v vodo vnašamo ostanke hrane (ki so hranilo za prekomerno rast vodnih rastlin) in kemikalije (ki se akumulirajo v naravi, kjer jih ne bi smelo biti).

Posodo pomijemo čim prej, da se ne zasušijo, tako bomo uporabili manj čistil in manj vode.

Posodo pomivamo v veliki posodi, onesnaženo vodo lahko izlijemo v naravo, čim dlje od vodotoka (najbolje v močvirnata tla ali tla bogata s prstjo). Voda se bo v tleh sama očistila ali delno očistila preden pride do vodotoka ali podtalnice.

Večina posode se lahko pomije tudi brez detergentov, velik del posode tudi brez tople vode. Uporabimo gobico za čiščenje posode in lastno moč.

Olje in mast sta nevarna odpadka, zato teh snovi ne spuščajmo v naravo! Mastno in oljnato posodo čim bolj obrišimo s papirnato brisačo ali odpadnim papirjem in ga porabimo kot gorivo na ognju.

Pomivamo z naravnim čistilom, ki ga lahko naredimo sami – glej naslednji odstavek.

Kako pomivamo doma?

Če pomivamo v pomivalnem stroju, stroj vedno napolnimo, tako privarčujemo pri elektriki, vodi in porabi čistil.

V pomivalnem stroju lahko namesto posebne soli uporabimo tudi navadno grobo

sol. Namesto čistila za lesk lahko uporabimo alkoholni kis, ki nima vonja in je bolj prijazen naravi.

Če imamo pomivalni stroj, ga uporabimo, saj z njim porabimo manj vode, kot pri pranju na roke.

Odpadno vodo moramo odvajati v javno kanalizacijo ali pa v hišno malo komunalno čistilno napravo.

Leseno desko za rezanje in lesen kuhinjski pribor ne čisti s čistili, saj se vpijejo v les in pri naslednji uporabi pridejo v hrani. Raje naredi mešanico soli, vode in sode bikarbone – vsake sestavine uporabi za čajno žličko – in jo pomaži po deski. Pusti delovati 10 do 15 minut in spera z vročo vodo.

ČISTILA

Vodo kemijsko onesnažujemo predvsem s čistili in uporabo zdravil. Čistila lahko nadomestimo z naravnimi čistili, ki jih preprosto izdelamo sami in še veliko cenejša so. Naravna čistila si lahko pripravimo iz kisa, limon, pepela ali sode bikarbone.

Čistilo iz pepela (za pomivanje posode, kamina, pečice, čiščenje stekla ...) - recept

Potrebujemo: lesni pepel (iz drv).

To čistilo je uporabno predvsem za pomivanje posode, čiščenje kaminov in pečic. V poštevek pride le lesni pepel, brez primesi embalaže, plastike (ki jo tako ali tako ne sežigamo!). Pepel je bazičen, zato bodimo pazljivi, da ne pride v oči! Poznamo dve vrsti priprave čistila iz pepela: čistilo v obliki paste ali pa tekoče čistilo.

1. Pepel presejemo, da izločimo oglje (ni nujno, če te ne moti oglje). Presejani pepel in vodo zmešamo in dobimo pasto. Pasta je predvsem uporabna za čiščenje mastnih posod, kamina (še posebej, če ima steklena vrata) in pečic.

2. Pepel namočimo v toplo vodo, ga nekaj ur pustimo v vodi in precedimo. Precejena tekočina je odlično tekoče čistilo. Prav tako lahko pepel zavijemo v filter blago, da se izognemo precejanju. Tekoče čistilo je uporabno za manj umazano posodo in čiščenje

stekel ter ogledal.

Univerzalno čistilo –kis

Kis je univerzalno čistilo za pomivanje kopalnic, kuhinj in podobno. Ker je kisel dobro očisti tudi vodni kamen. Enako velja za limono (preden odvržeš polovico limone, ki si jo že iztisnil za limonado, jo porabi za čiščenje).

Odmaševanje odtokov

Najbolj učinkovito je fizično – s curkom vode ali pa razstaviš cevi in jih odmašiš. Enostavno se lahko odmaši odtok tudi tako da vlijesh 1 dcl kisa, pustiš delovati nekaj časa in splakneš z vodo. Za bolj zamašene odtoke najprej vsuj pest sode bikarbone v odtok, zatem pa vlij 1 dcl kisa.

Ne uporabljaj kupljenih čistil za odmašitev odtokov, saj so to ene od najbolj nevarnih in škodljivih kemikalij, kar jih lahko kupiš. Podobno velja za belila.

PRANJE PERILA

Perilo shranjuj v zračni posodi (neprimerne so zaprte, ki tesnijo ali pa polivinil vrečke), da perilo ne splezni in se uniči. Če se perilo ne bo pralo kmalu, ga prej posuši.

Trdovratne madeže namoči v vodi, kateri dodaš sodo bikarbono ali pa sodo bikarbono natreš na madež (perilo prej zmočiš) in pusti čez noč stati, nato operi.

Naravni pralni prašek - recept

Sestavine: 3,5 L vode, 125 g naravnega mila, 200 g pralne sode, eterično olje za vonj po želji.

Postopek: Zavreš 3,5 L vode. Naribaš 125 g naravnega mila in ga streš v vročo vodo. Premešaš, raztopiš, ugasneš ogenj. V milnico streš 200 g pralne sode in dobro premešaš. Če imaš čas, pustiš, da se samo od sebe ohladi (okoli 3-4 urce). Medtem ko se hladi in trdi, redno premešaš, da se ne strdi preveč. Preden predeneš v večje plastične embalaže lahko v prašek kaneš izbrano naravno eterično olje (sivka je prijetna) in premešaš. Vonj in količina - po želji.

Doziranje: 100 ml detergenta za normalno

pranje, 200 ml za bolj umazano perilo.

Kis lahko uporabiš namesto mehčalca in ga vliješ ločeno v predal za mehčalec (da ne reagira s sodo že pred pranjem).

OSEBNA HIGIENA



Ustna vodica - recept

Čajno žličko soli zmešajte s čajno žličko pecilnega praška in oboje raztopite v 100 ml vode ter s pripravkom spirajte usta. Sol je namreč razkužilo.

Naravni deodorant - recept

Namesto deodoranta lahko uporabite limeto (lahko tudi limono, če ti ugaja). Limeto prerežeš na pol in se namažeš. Deluje antibakterijsko, zato preprečuje nastajanje neprijetnega vonja.

Naravni deodorant, drugič

Sestavine:

- 30 g sode bikarbone
- 30 g koruznega škroba
- 40 g kokosovega olja
- Nekaj kapljic eteričnega olja po izbiri

Postopek:

Najprej pomešajte sodo bikarbono in koruzni škrob. Tej mešanici dodajte kokosovo olje v trdnem agregatnem stanju in dobro premešajte. Ko sestavine dobro premešate, jim dodajte še nekaj kapljic eteričnega olja po izbiri (čajevец, sivka, limona ipd.), vendar

z njim ne pretiravajte. Znova premešajte in mešanico prenesite v manjšo posodo. Zmes bi morala imeti podobno teksturo in gostoto, kot jo ima standardni deodorant v stiku. Nanesite ga s prsti ali pa uporabite staro embalažo deodoranta.

Opozorilo: Če se na koži pojavi srbečica ali pekoč občutek, zmanjšajte količino sode bikarbone. V tem primeru naj bo razmerje sode bikarbone in škroba 1:2.

Piling krema za roke – recept

Piling pripravimo zelo enostavno – zmešamo polovico skodelice medu in polovico skodelice sladkorja. Lahko se doda tudi nekaj kapljic olivnega olja. Kremo se nanese na roke in masira, dokler se ne vtre v roke.

Prhljaj

Proti prhljaju enostavno deluje limono. Na glavo si polij in vtري limonin sok, pusti delovati 10 minut in nato spereš le z vodo (ne uporabljaj šampona, ker lahko reagira na kislino limone!).

Naravni repelent (pršilo proti komarjem) – recept

Sestavine: 1 l jabolčnega kisa, 10 žlic posušenih zelišč po tvoji izbiri (rožmarin, sivka, žajbelj, meta ...).

Priprava: Kombinacijo zelišč stresi v večjo stekleno posodo, jo zalij z jabolčnim kisom ter čez poveznemo pokrov. V takšnem stanju jo pusti 2 do 3 tedne, pri čemer jo vsake toliko rahlo pretresemo. Po končanem mirovanju tekočino precedi, jo vlij v steklenico ter postavi v hladilnik.

Uporaba: Tekočino vlij v pršilko ter jo po potrebi poškrpi po najbolj izpostavljenih delih telesa.

Komarje dobro odganja tudi vonj mačje mete, ognjiča, citronke, navadne melise in sivke.

Domača krema za britje – recept

Sestavine:

- polovica skodelice kokosovega olja,
- polovica skodelice čistega karitejevega masla,

- žlica olivnega olja,
- čajna žlička sode bikarbone,
- 15 kapljic najljubšega eteričnega olja (poljubno, ni nujno).

Postopek: Na nizki temperaturi stopi maslo in kokosovo olje, občasnno premešaj, da se zmes popolnoma stopi. Primešaj žlico olivnega olja in odstavi z ognja ter dodaj eterična olja in sodo bikarbono. Mešanico prelij v posodico, postavi na hladno (sneg ali hladilnik) in počakaj, da se popolnoma strdi. Potem stepaj (lahko z mešalnikom), da bo masa postala spenjena. Postavi na hladno še za kakšno uro in še enkrat ponovi postopek stepanja, dokler krema po strukturi ni podobna stepeni sladki smetani. Krema shrani v lončku s pokrovom (npr. Steklen kozarec za vlaganje). Za britje bo zadostoval že tanek sloj na koži.

Domači vosek za depilacijo – recept

Vemo, da depilacija pri skavtih ni ravno pomembna, vendar roko na srce, veliko skavtinjam bo ta recept prišel prav.

Sestavine:

- 4 skodelice (4x 50g) belega ali rjavega sladkorja
- 1/2 (25g) sveže stisnjenega limoninega soka
- 1/2 (25g) vode

Postopek: Zmešaj vse sestavine v posodi in vse skupaj daš na majhen ogenj (nizka temperatura) in mešanico kuhaj dokler ne postane temno rjava. Pri kuhanju bo mešanica začela vreti, dolgo časa bo bele barve (ob uporabi belega sladkorja), po približno 20 min se bo spremenila v temno rjavo. Takrat mešanico odstavi z ognja in pusti da se ohladi.

Voskanje:

Ohlajen vosek si z lesenim predmetom ali nožkom za maslo (neoster!) namaži na kožo v smeri rasti dlak. Nanj položi listič za odstranjevanje dlak in ga podrgni v smeri rasti dlak. Nato listič hitro potegni dol v nasprotni smeri rasti dlak.

Piling za nego obraza – recept

Sestavine:

- 1 skodelica sladkorja,
- pol skodelice morske soli

- pol skodelice olja po izbiri glede na tip kože (pred uporabo ga malo segrej, če je v trdnem stanju) – mandljevo (za normalno kožo), kokosovo, olivno ...,
- žlica medu

Postopek: Zmešaj sladkor in sol ter dodaj olje in med. Mešaj, da se sestavine porazdelijo. Na koncu dodaj eterična olja po svojem okusu. Navadno bo zadostovalo do deset kapljic eteričnega olja, za močnejše vonjave pa kapni kakšno več. Preveri še teksturo in po želji dodaj več soli ali sladkorja.

Naravna maska proti aknam

Pred nanosom maske si dobro očisti obraz.

Sestavine: jabolčni kis, zeleni čaj, med, sladkor, posodo in čajna žlička.

Postopek:

- V posodo zlij za čajno žličko jabolčnega kisa.
- Dodaj dve čajni žlički hlajenega zelenega čaja.
- Dodaj pet čajnih žličk sladkorja.
- Dodaj čajno žličko medu.
- Dobro premešaj. Če želiš, da je masa gostejša, dodaj več sladkorja. Lahko dodaš tudi čajno žličko cimeta, ki deluje protivnetno.

Masko enakomerno porazdeli po obrazu. S pomočjo vate nekaj minut masiraj masko v obraz, s čimer boš odstranil odmrle celice in pospešil cirkulacijo. Masko pusti delovati 10 minut in jo nato izperi z mlačno vodo. Uporabljal jo enkrat ali dvakrat tedensko.

Naravno odstranjevanje ličil

Mleko ali jogurt nanesi na vato in si odstrani ličila. Namesto tega si lahko skuhaš „odstranjevalo“. Zavreš nekaj koščkov kumar in nekaj mleka, pustiš vreti 10 minut, nato pusti, da se ohladi.

Kako zmanjšam porabo vode?

Za splakovanje stranišča uporabimo deževnico ali „sivo“ vodo, če je to mogoče.

Za eno splakovanje stranišča se porabi 6 do

9 litrov vode. Varčni kotlički porabijo 3 litre vode. V WC kotliček, ki ga imaš doma, lahko daš 1,5 l plastenko (ali 0,5 l) – s tem zmanjšaš porabo vode za splakovanje stranišča za 1,5 l na eno splakovanje. V 4 članski hiši to pomeni zmanjšanje porabe vode za 5.000 litrov letno!



Preveri, da WC kotliček ne pušča, če pušča, ga popravi, saj skavt spoštuje naravo! Enako velja za pipe, iz katerih stalno kaplja.

4. ENERGIJA

Vse se giblje in živi zaradi energije. Za lastne potrebe se je človek naučil proizvajati dodatno energijo, kot sta na primer toplotna (ogelj) in električna. Proizvodnja vsake energije pa pomeni tudi onesnaževanje okolja ali pa negativen vpliv na okolje tako ali drugače. Zato je pomembno, da z energijo ravnamo kar se da varčno.

Kako zmanjšam porabo energije?

Največ energije verjetno porabiš z prevozi. Če je le mogoče uporabljaj lastne noge in kolo. Uporabljaj javni prevoz za daljše razdalje (tudi na skavtskih aktivnostih). Če se voziš z avtomobilom, se naj vas vozi več skupaj in pri nakupu glej na to, da je avtomobil varčen.

Vozi varno in ne uničuj stvari, saj za popravila tudi porabimo energijo.

Ugašaj luči in druge aparate, ko jih ne uporabljaš. Tudi polnilce iztakni iz vtičnice, ko jih ne uporabljaš.

Perilo posuši na zraku, ne uporabljaj sušilnega stroja (skavt ga nima v hiši). Če je

dež, lahko perilo sušiš na podstrehi. V zaprtih prostorih pogosto ni priporočeno sušiti perila zaradi pojava plesni v prostoru, razen če imaš problem, da je zrak preveč suh.

Perilo v pralnem stroju peri, ko je polno. Pisano perilo lahko pereš že na 30 stopinjah.

Najvarčnejše žarnice so LED žarnice. Porabijo manj elektrike kot „varčne“ žarnice in tudi ne vsebujejo nevarnih snovi, ki jih vsebujejo „varčne“ žarnice.

Pri kupovanju aparatov najprej pomisli, če aparat res potrebuješ. Če ga potrebuješ kupi rabljenega, pri nakupu novega pa poglej energijski razred. Najbolj varčen razred je A+++.

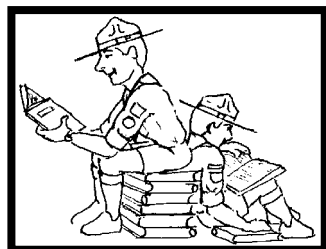


Pri peki v pečici, prižigi pečico le 10 minut pred nameravano peko, to je dovolj, da se pečica ogreje. 10 do 15 minut preden je jed pečena, pečico ugasni, saj je pečica še dovolj topla, da bo jed pekla še nadaljnih 10 do 15 minut.

Ko vreš vodo za kuhanje, zmanjšaj moč gretja, da voda le rahlo vre, saj je rahlo vrela voda enako vroča kot tista, ki močno vre. Uporabljaj pokrovke! Za izparevanje se namreč porabi ogromno energije.

Temperatura v hladilniku naj bo med 3 in 5 stopinjami, v zamrzovalniku pa med -17 in -15. Nižje temperature niso potrebne in le večajo porabo elektrike. Vrata hladilnika/zamrzovalnika čim prej zapri.

Če imate okoli hiše zemljo, jo obdelaj, naredi vrt. Domača zelenjava in sadje sta



Literatura

- D. Makuc: Lopatka. Idrija: ZSKSS, december 2001. [Izdano za interno uporabo.]
- J. Seymour, H. Girardet: Načrt za zeleni planet. Ilustriral I. Penney. Prevedla I. Polanc-Kristan. Ljubljana: DZS, 1992.
- <http://www.slopak.si/> (SLOPAK, d.o.o., družba za ravnanje z odpadno embalažo.)
- Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o ohranjanju narave (Uradni list RS, št. 46/14)
- Uredba o ravnanju z embalažo in odpadno embalažo (Uradni list RS, št. 84/06, 106/06, 110/07, 67/11, 68/11 – popr., 18/14, 57/15, 103/15 in 2/16 – popr.)
- Uredba o ravnanju z baterijami in akumulatorji ter odpadnimi baterijami in akumulatorji (Uradni list RS, št. 3/10, 64/12, 93/12 in 103/15)
- Uredba o odpadkih (Uradni list RS, št. 37/15 in 69/15)
- Uredba o odpadni električni in elektronski opremi (Uradni list RS, št. 55/15)
- Ekologija VIP 11-12/02 ali <http://www.zps-zveza.si/ZPSstrani/zpsV1.0.nsf/avniFrame?OpenFrameSet&DelSpleta=SVETOVANJEframeset?OpenFrameset&Vsebina=0/80A56AC413A44A9DC1256C7F00402C62?OpenDocument&>
- <http://www.kemikalije.com/>
- <http://www.acmplc.com/waste-management-services/reduce-reuse-recycle-recover/>
- Kompostiranje na vrtu (PRIROČNIK)
- <http://www.snaga.si/locevanje-zbiranje-odpadkov>
- <http://www.edusatis.si/preprostost/domaci-detergent-za-pranje-perila-recept-in-primerjava-cen>
- <http://www.bodieko.si/>
- <http://www.bogastvo-travnika.si/>



Prva pomoč

1. NAJPOGOSTEJŠA STANJA, KI ZAHTEVAJO PRVO POMOČ

Podatki, označeni s »PP«, in tisti pod naslovom »Kdaj k zdravniku?« so namenjeni PP in voditeljem.

Krvavitev iz nosu

Kako nastane? Najpogosteje pride do krvavitve iz sprednjega dela nosu in sicer zaradi prehlada ali udarca v nos, pogosto pa kar spontano.

Kako ravnamo? Prizadeti naj sedi in s prsti nekaj minut tišči nosnici skupaj. Glavo naj ima pri tem nagnjeno naprej. Na vrat zadaj mu lahko damo hladne obkladke. Nekaj časa naj se ne vsekujе oz. naj ne piha skozi nos. Če se krvavitev ponovi, postopek ponovimo.

Kdaj k zdravniku? Če krvavitve sami ne moremo ustaviti, če je obilna ali če kri zateka v žrelo (žrelo je za ustno votlino), kar pomeni, da je krvavitev globoko v nosu.

Nepotrebno, napačno: Glave ne zvrčamo, ker s tem povzročamo zatekanje krvi v žrelo.

Krvavitev iz ušes

Kako nastane? Ponavadi je znak za zlom kosti glave ali počen bobnič.

Kako ravnamo? Uho sterilno pokrijemo in obvežemo.

Kdaj k zdravniku? Vedno.

Nepotrebno, napačno: Izpiranje ušesa z vodo, ker lahko s tem okužimo uho in notranjost lobanje!

Tujek v očesu

Kaj je to? To je največkrat trd predmet ob zrklu ali pa zadrt vanj.

Večje mesto. Nesreča. Pretep. Človek leži krvav. Ljudje pa kar hodijo mimo. Ozrejo se na ležečega, zanima jih, pomagati pa si ne upa nihče. Skavt je prijatelj vsakomur. Si ti pripravljen pomagati? Si dovolj usposobljen, si sploh upaš pomagati? Prva pomoč je vsekakor vredna učenja, saj smo ljudje bitja, ki si želimo pomagati drugim. Morda pa jo bomo kdaj potrebovali celo zase!

Kako ravnamo? Tujek poskusimo sprati s fiziološko sterilno tekočino (fiziološka sterilna tekočina se kupi v lekarni, glej »Seznam opreme za prvo pomoč«). Pri spiranju poskusimo obrniti zgornjo veko, oko mora biti široko odprto. Zgornjo veko najlažje obrnemo tako, da jo rahlo povlečemo navzdol, postavimo na veko npr. vžigalico in veko obrnemo preko vžigalice. Če tujek plava v očesni tekočini nekje ob robu očesa, ga lahko enostavno odbrišemo npr. z robom robčka. Robček mora biti čist!

Kako preprečimo? Pri brušenju uporabljamo zaščitna očala.

Kdaj k zdravniku? Vedno, ko je tujek zadržan v zrklo, še posebej v predelu roženice. Vedno, ko gre za kovinski opilek, ki je domnevno priletel v oko, tudi če ga ne vidimo; kovina lahko namreč prodre globoko v zrklo. Vedno, ko opazamo slabši vid.

Tujek v ušesu

Kaj je to? Najpogosteje gre za žuželko.

Kako ravnamo? V uho nalijemo olje, boljše je toplo (pazi, da ni prevroče!), in počakamo, da se tujek odplavi.

Kdaj k zdravniku? Če se tujek ne odplavi sam.

Nepotrebno, napačno: Ne poskušajmo tujka odstraniti sami.

Rana

Kaj je to? Je nasilno povzročena prekinitev kože ali sluznice. Glede na nastanek ločimo več vrst ran:

- **Odrgnina:** Povrhnja poškodba kože, ki je nenevarna.

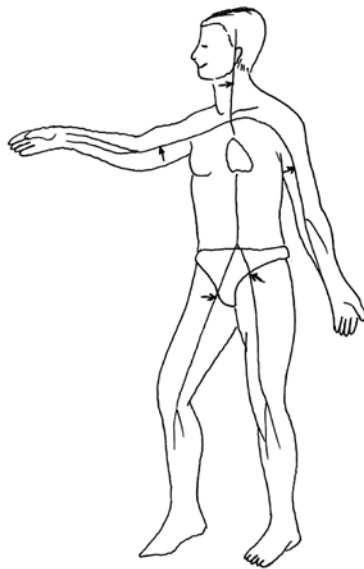
- **Vreznina, vsekanina:** Rana s ponavadi ostrimi robovi, povzročena z ostrim predmetom, nevarna, če je globoka ali dolga.

- **Raztrganina:** Najpogostejša vrsta rane, ki nastane pri padcu. Rob je neraven, saj zaradi udarca na kožo pride do raztrganja kože.

- **Vbodnina:** Nastane zaradi vboda z ostrim predmetom, je navidez majhna, a globoka in nevarna, ker lahko zadane večje žile ali organe.

Kako ravnamo? Pri rani se bojimo krvavitve in okužbe!

Krvavitev ustavimo z neposrednim pritiskom na rano preko gaze ali s posrednim pritiskom (pri poškodbi prsta lahko prst pokričimo, naredimo pest, pritisnemo na krvavečo žilo med rano in srcem (glej slike), ...).



Najpomembnejša mesta, kjer s prsti pritiskamo na krvavečo žilo.



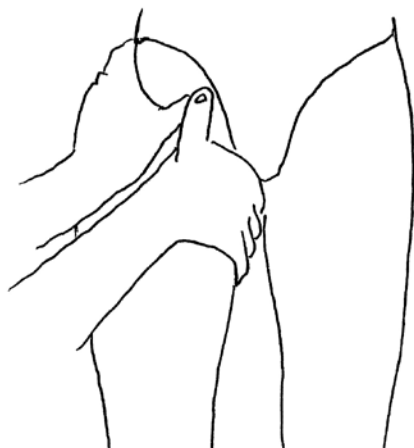
Pritisk glavne vratne arterije ob hrbtenico. (Nikoli ne smemo pritisniti hkrati obe vratni arteriji, ker s tem prekinemo dotok krvi v možgane in lahko pride do nezavesti!)



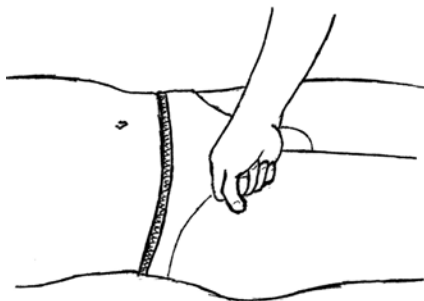
pritisk na pazdušno arterijo



pritisk na nadlahtno arterijo



pritisk na stegensko arterijo z obema
palcema



pritisk na stegensko arterijo s pestjo

Okužba: Pri poškodbi kože se v globlje sloje kože prenesejo snovi, s katerimi smo bili ob poškodbi v stiku: zemlja, rastline, hrana z noža ... in tam povzročijo vnetje. To preprečimo tako, da odrgnino in njeno okolico dobro očistimo s fiziološko raztopino ali navadno milnico. Če nimamo fiziološke raztopine, speremo pod tekočo vodo. Nato rano pokrijemo s sterilnimi zloženci in povojem. Rano nato vsak dan previjemo (ponovno očistimo) in smo pozorni na morebitno rdečino ali gnojenje. Odrgnine najlepše očistimo kar z umivanjem z vodo in milom, lahko jih pustimo odprte.

PP: Nevarno okužbo lahko povzroči bakterija, ki jo najdemo povsod v naravi (v zemlji, na trnu vrtnice ...) in povzroča tetanus – hudo bolezen, ki lahko povzroči smrt. Razmnožuje se predvsem v globokih ranah. Proti tetanusu smo večinoma cepljeni, vendar je treba cepljenje obnavljati. Če je rana zelo umazana ali globoka, takoj obiščemo zdravnika, ki rano očisti in nas po potrebi (če je od zadnjega cepljenja več kot 5-10 let) ponovno cepi.

PP: V primeru da gre za odtrgan prst ali ud, ga sterilno zavijemo in damo v polivinilasto vrečko, ki jo zalepimo. V drugo damo led in ju položimo ob prvo, da nizka temperatura upočasni propadanje prsta. Vse skupaj damo v tretjo vrečko, ki jo po možnosti obesimo, da ne pride do pritiska na prst. V vrečko damo listek s podatki o vsebini vrečke in poškodovancu (Ime in priimek poškodovanca, kaj je v vrečki, čas nastanka poškodbe in čas oskrbe, dominantna roka poškodovanca). Čimprej

moramo na urgenco za poškodbe.

Kdaj k zdravniku? Če je krvavitev obilna in se ne ustavi, če je rana dolga (več kot 1 cm) ali globoka (več kot nekaj mm), če je potrebno cepljenje proti tetanusu, če je bila rana povzročena s strupeno ali zelo umazano snovjo.

Nepotrebno, napačno: Rane ne mažemo z različnimi kremami, še manj pa nanjo polagamo razna zelišča ali hrano (listi so umazani, lahko nosijo bakterije tetanusa, pogosto povzročajo kontaktne alergije). Tudi antibiotični praški (npr. Bivacin) so se izkazali za neučinkovite.

Ugriznina

Kaj je to? Gre za rano, ki nastane kot posledica ugriza živali ali človeka. Vse živali in človek imajo v ustih bakterije, ki lahko povzročijo hudo okužbo rane. Pri ugrizu neznane živali pa obstaja možnost okužbe s steklino. To je nevarna bolezen, s katero so okužene divje živali, prenašalci na človeka pa so največkrat psi, ki niso bili cepljeni proti steklini.

Kako ravnamo? S čisto gazo ali robcem obrišemo živalsko slino v smeri stran od rane, morebitne krvavitve nekaj časa ne ustavljamo, da se rana sama izčisti. Rano nato večkrat izperemo z raztopino blagega razkužila (Asepsol ipd.) ali pa kar z milnico. Nato speremo še s fiziološko sterilno tekočino, zaustavimo morebitno krvavitev in sterilno obvežemo.

Kdaj k zdravniku? V vsakem primeru, da bo obrezal robove okužene rane in poskrbel za ostale ukrepe. Mimogrede: Večkrat letno lovci nastavljajo vabe za lisice, da bi jih obvarovali pred steklino. Če smo bili v stiku s tako vabo, moramo takoj k zdravniku.

Nepotrebno, napačno: Zažiganje rane, podcenjevanje manjših ugrizov (mačkin ugriz ali ugriz glodalca, belouške ... je lahko zelo nevaren).

Ugriz strupene kače

Kaj je to? Strupeni kači, ki živita v Sloveniji, sta gad in modras. Oglej si ju v živalskem vrtu! Znak ugriza sta pikčasti ranici na koži, 0,6-1 cm narazen, ki malo ali sploh ne

krvavita. Okolica ranic oteče in boli. Oteklina se širi, na koži se pojavijo modrordeče lise.

Kako ravnamo? Strup omenjenih dveh kač povzroči propad dela krvnih celic, le zelo malo pa vpliva na živčevje. Torej ugriz ne ogroža življenja!! Kri se bo postopno obnovila. Namen prve pomoči je, da se strup počasneje sprošča v kri, da se ta lahko bolje obnavlja. To dosežemo tako, da se prizadeti takoj uleže in miruje. Poškodovani ud narahlo prevežemo (med mestom pika in trupom) za največ dve uri. Na mesto ugriza položimo hladen obkladek, da upočasnimo širjenje strupa po telesu.

Kdaj k zdravniku? V vsakem primeru, čimprej.

Kako preprečimo? Kača ugrizne le, če se čuti ogroženo. Bodimo torej pazljivi. Dolžina zob strupnikov je le nekaj milimetrov, tako da nas že vsaka obutev in debelejša obleka ščiti pred pikom.

Nepotrebno, napačno: Zarezovanje pičenega mesta, izsesavanje strupa, izžiganje rane.

Piki strupenih žuželk

Kaj je to? Mesto pika ose, čebele ali sršena oteče, pordí ter močno boli. Pik je praviloma nenevaren. V primeru alergije pa lahko ogroža življenje. Posebej nevarni so piki v predelih ust in žrela (čebela ali osa na medu, pod lupino hruške, v soku ...), saj lahko pride do zadušitve.

Kako ravnamo? Čebela pusti v koži želo, ki ga je potrebno odstraniti. Nato pičeno mesto hladimo z ledom in z njim mirujemo. Kasneje uporabljamo mazila proti srbenju kot npr: Fenistil, Synopen ali močnejši Kuterid (le 1 teden). Pri osebi za katero je znano, da ima alergijo na pik žuželk je potrebno čim prej dati zdravila za zmanjševanje alergijske reakcije. Take osebe imajo ponavadi zdravilo s seboj. Takoj pa moramo tudi poiskati zdravniško pomoč.

Kdaj k zdravniku? V primeru znane alergije ali obsežnega srbečega kožnega izpuščaja je potreben čimprejšen obisk pri

zdravniku. V primeru otekanja okrog ust ali v ustih ali dušenja je potrebno klicati urgentnega zdravnika!

Vbod klopa

Kaj je to? Vbod klopa lahko povzroči podobno, a manjšo reakcijo kot pik žuželke z rdečino in srbečico. Na vbod smo pozorni, ker klopi v Sloveniji prenašajo več bolezní. Najpogostejši sta boreliozá in klopni meningoencefalitis (vnetje možganov in ovojnic).

Kako ravnamo? Klopa odstranimo čimprej. Primemo ga čim bližje koži (najbolje s pinceto za odstanjevanje klopov, ki jo dobite v trgovini z medicinskimi pripomočki, zelo dobra je tudi pinceta iz žepnega noža „švicarja«) in ga počasi izvlečemo. Če glavica ostane v koži, jo poskušamo odstraniti s sterilno iglo (če nimamo sterilno zaprte igle, jo lahko razkužimo nad plamenom). Mesto vboda lahko razkužimo z alkoholom. Mesto pika še nekaj dni opazujemo zaradi pojava morebitne rdečine.

Kako preprečimo? Pred hojo v naravi se primerno oblečemo (dolgi rokavi in hlačnice, svetla obleka, da klopa opazimo, preden se prisesa) in odkrite dele poškopimo s sredstvi za odganjanje mrčesa (Autan, Off). Po gibanju v naravi oz. vsak večer, če smo na taboru, se pregledamo in odstranimo vse prisese in še neprisese klope.

Kdaj k zdravniku? Če klopa nikakor ne moremo odstraniti. Če se okrog pika, kjer smo klopa že odstranili, naredi večja rdečina (vsaj 1 cm premera), ki se širi in v sredini lahko blede (znak borelioze). Če nastopi nenadni glavobol, lahko s prehladnimi znaki in otrdelostjo vratu – brade prizadeti ne more dobro približati prsim (znaki meningoencefalitisa).

Nepotrebno, napačno: Mazanje klopa z oljem je škodljivo, ker se klop v olju duši in v tem času lahko izbljuva borelije, ki jih nosi v svojih prebavilih.

Buške

Kaj je to? Buške, podpludbe in modrice ali hematomi (modrikasti madeži, ki nastanejo, ko zaradi udarca iz prizadetih žilic kožnega tkiva steče kri, čez čas pa se obarvajo zeleno

in rumeno) nastanejo, ko se udarimo v kaj trdega ali pademo. Manjše buške večinoma niso nevarne.

PP: Če je prizadeti po padcu, sunku ali udarcu nekaj minut nezavesten, če bruha, ima verjetno pretres možganov (glej 4. poglavje »Najpogostejše bolezní oziroma znaki bolezní na taboru«). Lahko ima počeno ali zlomljeno kakšno lobanjsko kost ali pa je prišlo do možganske krvavitve. Tudi pri podpludbah na hrbtu ali trebuhu je potrebno biti pozoren zaradi poškodbe notranjih organov.

Kako ravnamo? Na prizadeto mesto damo hladne obkladke ali led.

Kdaj k zdravniku? Če je poškodovana koža in je ureznina daljša od 1 cm, da rano zašijejo, ker se lepše zaraste. Če je podpludba velika. Če je prizadeti bled ali bruha.

Omedlevica

Kaj je to? Omedlevica je kratka nezavest.

Kako nastane? Omedlevica nastane zaradi hude vročine, slabega zraka, ob pogledu na kri, zaradi preotrujenosti ... Traja običajno krajši čas. Prizadeti je bled, oči ima obrnjene navzgor, zenice široke, dihanje je hropeče, pulz je počasen.

Kako ravnamo? Prizadeti naj nekaj minut leži v vodoravnem položaju. Odnesimo ga na svež zrak. Odpnimo hlače, zrahljamo ovratnik, omočimo mu čelo in prsi z mrzlo vodo. Ko se mu povrne zavest, mu ponudimo kozarec hladne vode. Predno vstane, naj počiva še pol ure.

Kako preprečimo? Oseba, ki ji preti omedlevica, pred tem zeha, zvoni ji v ušesih, pred očmi vidi meglo ali zvezde, v prsih čuti tesnobo, postaja ji slabo, obliva jo hladen pot. Prizadetega pospremimo na svež zrak, naj se usede, damo mu piti hladno vodo, zrahljamo mu ovratnik, močimo čelo in prsi s hladno vodo.

Kdaj k zdravniku? Če ne vemo, zakaj se je pojavila omedlevica.

Nepotrebno, napačno: Siljenje prizadetega, da takoj vstane, ko mine omedlevica.

Nezavest

Kako nastane? Vzroki so številni. Lahko gre za zaplet bolezni ali pri nezgodi.

Kako ravnamo? Če se prizadeti ne odziva na naše klice in stresanje in diha in mu bije srce, ga položimo v položaj za nezavestnega. Pokličemo zdravnika. Če prizadeti ne diha ali mu ne bije srce, začnemo z umetnim dihanjem in masažo srca. (glej 5. poglavje »temeljni postopki oživljanja«)

Kdaj k zdravniku? Vedno.

Nepotrebno, napačno: Dajanje pijače nezavestnemu ali napol zavestnemu, ker je nevarnost, da se zaduši!

Dušitev

Kako nastane? Najpogostejši vzrok je hrana, ki ne gre v želodec, kot bi morala, pač pa se zatakne v grlu ali sapniku. Izredno nevarni so lepljivi bonboni ali žvečilni gumiji, ker se radi prilepijo na dihalno pot. Dušitev se pojavlja tudi pri hudi koprivnici, pri davici, pri pikju žuželke v usta ali žrelo, pri alergiji na pike.

Kako ravnamo? Če je vzrok dušitve hrana, ponavadi prizadeti spontano začne kašljati in tako izloči tujek iz ust. Znaki grozeče zadušitve so pomodren obraz, prizadetega je strah, težko diha, žile na vratu se napnejo, oči se izbuljijo, ... Prizadetemu pomagamo tako, da nekajkrat pritisnemo na trebuh malo nad popkom (glej slike v 5. poglavju »Temeljni postopki oživljanja«). Pomembno je, da pomagamo takoj in se ne obotavljamo. Če tujek vidimo v ustih, s kazalcem sežemo v usta in ga odstranimo.

Kako preprečimo? Na taborih in pri športnih aktivnosti ne dovolimo žvečilnih gumijev ali bonbonov, pri hranjenju mirujemo.

Kdaj k zdravniku? Takoj pri znakih grozeče zadušitve, prizadeti naj med prevozom leži z visokim vzglavjem, na vrat dajemo mrzle obkladke, če preneha dihati, začnemo z umetnim dihanjem.

Nepotrebno, napačno: Odstranjevanje tujka iz ust, če ga ne vidimo – nevarnost, da ga potisnemo še globlje!

Utapljanje

Kako ravnamo? Utaplajočemu ponudimo palico, vrv, del oblačila, desko, žogo, karkoli, česar se lahko oprime. Pokličemo pomoč. Iz vode rešujemo samo manjšega otroka! Utaplajoči namreč dobi izredno moč in je nevarnost, da se nas v paniki oklene in utopi še reševalca. Reševalec naj se pred skokom v vodo hitro sleče in sezuje, ker sta obleka in obutev, ko se napijeta vode, velika ovira pri reševanju. Ko utaplajočega potegnemo na suho, ga slečemo do bokov ali pa vsaj odpnemo srajco in zrahljamo pas. Očistimo mu usta, odstranimo morebitni pesek, alge ... Če ne diha, mu damo umetno dihanje ter mu masiramo srce, če to ne bije. Takoj, ko se zave, mu damo piti topel čaj in ga zavijemo v toplo odejo.

Kdaj k zdravniku? Čim prej!

Nepotrebno, napačno: Sami rešujemo iz vode!

Krč

Kaj je to? Krč je boleče skrčenje mišic brez človekove volje. Prizadeta mišica postane trda in nabrekne. Krč ponavadi zajame samo posamezne mišične skupine.

Kako nastane? Krč povzroči nenadna skrčitev mišice ali mišic brez človekove volje. Pogosto ni nobenega jasnega vzroka. Lahko se pojavi pri prekomernem naporu ali hlajenju mišic kot naprimer pri plavanju (nevarno za utopitev!). Večinoma krč popusti sam od sebe v nekaj minutah.

Kako ravnamo? Prizadeto mišico raztegnemo in jo nato sprostim. Pomaga tudi masaža in toplota. Če nas krč zagrabi med plavanjem, ne zganjajmo panike! S preostalimi tremi udi lahko še vedno plavamo! Potrudimo se počasi priti do obale ali nekoga prosimo, da nam že v vodi masira prizadeto mišico.

Kdaj k zdravniku? Če se krči pojavljajo pogosto ali imamo hude napade krčev.

Zvin, zlom, izpah

Kaj je to? Če nerodno stopimo ali se ujamemo na roke, se lahko kost zlomi – **zlom**, lahko pa se samo natrgajo vezi – **zvin**. Če kost skoči iz sklepa, govorimo o **izpahu**.

Kako ravnamo? S prizadeto okončino naj poškodovanec miruje. Če gre za zvin (manjša oteklina, zmerna bolečina, na nogo lahko stopi, z roko lahko giba ...), prizadeti del hladimo z ledom in povijemo s povojem. Masažo z ledom izvajamo večkrat na dan po 15 minut.

V primeru hudih bolečin, večje otekline, spremenjene oblike uda in nezmožnosti gibanja z udom gre najverjetneje za zlom ali zelo hud zvin. Bolečine omilimo z imobilizacijo, ki prizadetemu onemogoča premike prizadete kosti in okolnih mišic. Imobiliziramo vedno sklep nad prelomom in sklep pod prelomom. Za to lahko uporabimo medicinske opornice. Če teh nimamo, vzamemo deščice, debelo lepenko ali kaj podobnega. Pomembno je, da je imobilizacija udobna, da NE žuli ali tišči. To preprečimo tako, da deščice, palice povijemo npr. s povojem, predno z njimi imobiliziramo. Prizadeti ud naj vsaj dve osebi, previdno z rahlim raztezanjem, položita na opornico ali pa opornice enostavno prislonita ob ud. Pomembno je, da prizadeti ud čim manj premikamo. Opornice pritrdimo s trikotnimi rutami ali povojem.

Kako preprečimo? Obutev, ki sega čez gleženj, varuje pred zvini gležnja. Ščitniki varujejo sklepe.

Kdaj k zdravniku? Če gre za zlom ali hud zvin (opis glej zgoraj), je potreben hiter prevoz na urgenco, kjer obravnavajo poškodbe. Sicer obiščemo splošnega zdravnika. V primeru hudih bolečin damo še pred imobilizacijo oziroma prevozom tableto proti bolečinam. Če sami ne moremo zadovoljivo imobilizirati (npr. prelomi večjih kosti, sklepov, hude bolečine ...), pokličemo urgentnega zdravnika (112).

Poškodba glave

Kaj je to? Rane na glavi močno krvavijo, a se tudi dobro in hitro zacelijo. Pogosto je potrebno rane zašiti. Nevarnejše so poškodbe in krvavitve v možganih ali ob njih. Nanje moramo pomisliti ob vsakem udarcu v glavo, predvsem kadar je poškodovani tudi nezavesten ali pa nenadoma postane zaspan, mu je slabo, bruha.

Kako ravnamo? Rane obvežemo, nezavestnega damo v primeren položaj za

nezavestnega.

Kako preprečimo? Pri možnosti padca z višine ali močnega udarca v glavo nosimo čelado (kolesarjanje, jamarstvo, plezanje ...).

Kdaj k zdravniku? Pri vsakem močnejšem udarcu v glavo, pri večji rani, ki močno krvavi. V primeru nezavesti, slabosti ali bruhanja pokličemo urgentnega zdravnika.

Poškodba hrbtenice

Kaj je to? Pri padcih z višine (drevesa, lestve ...) na zadnjico, hrbet in glavo, pa tudi pri direktnem udarcu z veliko silo (avtomobilske nezgode, trki pri smučanju ...) se lahko poškoduje hrbtenica. V sredini hrbtenice je kanal s hrbtenjačo, ki je odgovorna za to, da gibamo, čutimo ... Če po zgoraj navedeni vrsti padca poškodovanec navaja bolečine v hrbtenici in je težje gibljiv v njej, posumimo na njeno poškodbo. Ta je zelo verjetna, če ima spremenjen občutek v okončinah, gotova pa, če ne more premikati določenih delov okončin.

Kako ravnamo? Pri sumu na poškodbo hrbtenice poškodovanca nikakor ne premikamo, ker iz njega lahko naredimo doživljenjskega invalida. Pokličemo urgentnega zdravnika. Med čakanjem prizadetega mirimo, da se čim manj premika, zaščitimo ga pred mrazom ali vročino.

Kako preprečimo? Ne skačemo v plitvo vodo, ne hodimo nezavarovani na višini.

Kdaj k zdravniku? Ob vsakem sumu na poškodbo hrbtenice kličemo urgenco.

Žulj

Kako ravnamo? Vsak žulj je nevaren za okužbo! Žulj dobro umijemo s toplo vodo in milom. Kožo okoli žulja in žulj namažemo z alkoholom ali jodom. Če je žulj zaprt in ne boli preveč, ga sterilno obvežemo.

PP: Če je mehur napet, ga s sterilno iglo predremo ob robu, namažemo gazo z borvazelinom in obvijemo.

Nepotrebno, napačno: Kožice, ki pokriva žulj, nikoli ne odstranjujemo!

Opeklina

Kaj je to? Nastane zaradi prevelike toplote ali stika s kemikalijami. Opeklina so različnih globlin in površine, nevarnejše so globlje in obsežnejše opeklina.

Kako ravnamo? Odstranimo izvor poškodbe in rano začnemo hladiti pod tekočo mrzlo vodo. Lahko hladimo tudi čez obleko, če te ne moremo enostavno in neboleče odstraniti! Hladimo, dokler bolečina ne popusti ali se vsaj omili, kar lahko traja tudi pol ure. **TAKOJŠNJE HLAJENJE JE BISTVEN UKREP**, z njim zamejimo poglobljanje opeklina. Nato opeklino oskrbimo kot druge rane. Ob hudih bolečinah damo tableto proti bolečinam.

Kako preprečimo? Previdno ravnamo z ognjem, uporabljamo zaščitne rokavice, maske.

Kdaj k zdravniku? Če je opekline globoka in obsežna ali na občutljivih mestih.

Zmrzline

Kaj je to? Je področna, z mrazom povzročena okvara delov telesa. Predvsem dovzetni so od srca bolj oddaljeni deli, kot so prsti, uhlji.

Kako ravnamo? Ozeblo kožo previdno obrišemo in zavijemo. Ponesrečenca odpeljemo na toplo. Dajemo mu piti tople napitke. Ozebel ud postopoma segrejemo v topli vodi. Začnemo s hladno vodo okoli 10 °C in jo približno v dveh urah segrejemo do 40 °C. Temperaturo vode ves čas preverjamo.

Kako preprečimo? Topla in suha obleka in obutev, razmigovanje okončin.

Kdaj k zdravniku? Pri obsežnejših zmrzlinah ne ogrevamo sami. Ud imobiliziramo in prepeljemo v bolnišnico, kjer bodo pred ogrevanjem dali sredstva proti bolečinam.

Nepotrebno, napačno: Hitro segrevanje zmrzlin ali segrevanje s suho toploto (ogelj, infrardeča peč, ipd.). V zmrznjenem tkivu so lahko poškodovani živci in tkivo. S tem ko tkivo preveč ali prehitro segrejemo (poškodovanec tega ne bo zaznal, ker je zmanjšana občutljivost), tkivo dodatno poškodujemo.

Podhladitve

Kaj je to? Pri podhladitvi je izguba telesne toplote večja kot njena proizvodnja, zato telesni organi, katerih funkcije so naravnane na določeno temperaturno območje, ne morejo optimalno opravljati svojih nalog.

Kdaj nastane? Podhladitve lahko nastanejo v vseh letnih časih. Za podhladitev ni potrebno hladno vreme, dovolj sta vlaga in veter, četudi je temperatura ozračja 20 °C.

Kako ravnamo? Pri zgodnji podhladitvi je dovolj, da se ogrejemo s telesno aktivnostjo (skačemo, delamo počepa, tečemo na mestu). Popijemo toplo tekočino. Drgetamo, to je naraven način ogrevanja. Gremo na toplo.

Kako preprečimo? Topla in suha obleka, vetrovka.

Kdaj k zdravniku? Pri resnih podhladitvah ponesrečenca odpeljemo na toplo. Odpnemo obleko do spodnjega perila. Spodnjega perila ne slačimo. Na trup (prsni koš in trebuh) damo tople zavoje ali termofofor. Prek zavojev zapnemo obleko (če je suha) in ponesrečenca zavijemo v astronautsko folijo ali polivinil. Roke in noge pustimo zunaj. Nato vse telo, tudi roke in noge, zavijemo v vse, kar imamo. Če pomoči ni dalj časa, moramo ogrevalno plast zamenjati vsako uro.

Nepotrebno, napačno: Pitje alkohola ali kave. Podhlajeni ne sme hoditi, saj se v primeru hoje začne mešati hladnejša kri iz periferije (udov) s toplejšo iz jedra (trupa) in je nevarnost motenj v delovanju srca, ki so lahko usodne.

Sončarica

Kaj je to? Je nevarno obolenje, ki nastane zaradi pretiranega izpostavljanja glave in zatilja sončnim žarkom. Posledično pride do pretirane prekrvavitve možganov in motenj termoregulacije. Telo se ne more več samo ohlajati, tako da telesna temperatura lahko naraste tudi na 41 °C. Prizadeti je rdeč in vroč v obraz, ima hud glavobol, lahko je omotičen in vrtoglav, sčasoma celo nezavesten.

Kako ravnamo? Prizadetega prenesemo na hladno v senco. Leži naj z dvignjenim vzglavjem. Glavo mu hladimo s hladnimi obkladki ali vrečicami ledu. Pazimo da

obkladkov ne polagamo na teme. Če je pri zavesti, naj pije hladne pijače.

Kako preprečimo? Glavo in vrat zaščitimo pred sončnimi žarki, v vročih opoldanskih urah smo v senci.

Snežna slepota

Kaj je to? Sončni žarki so v višinah in na snegu očem škodljivi. Lahko povzročijo nevarno vnetje oči, če nimamo zaščitnih očal. Oči postanejo rdeče, zatečejo, se solzijo in močno pečejo. Najprej prizadeti vidi vse rdeče, potem postane omotičen in nato oslepi. Slepota traja le nekaj dni, lahko pa tudi ostane za celo življenje.

Kako ravnamo? Poškodovani mora v temen prostor. Na oči mu polagamo hladne obkladke s prekuhano vodo ali kamiličnim čajem, dokler otekline ne zginejo in bolečina preneha. Več dni naj nosi temna očala.

Električne poškodbe

• Dotik nizke napetosti

Kaj je to? Nizka napetost je napetost 230 V, ki ga imamo doma, v vrtcih, šolah in drugih delovnih prostorih.

Kako nastane? Tok pri nizki napetosti si po vstopu v telo izbere pot, kjer je upor najmanjši, torej gre po žilah. V vsakem primeru doseže srce in povzroči takojšen zastoj ali njegovo trepetanje. Z delovanjem na živčevje povzroči tudi mišične krče. Najnevarnejši je krč prepone, zaradi česar prizadeti ne more več dihati. Kjer tok vstopi v telo, pogosto vidimo na koži okrogla, ovalna, sivorumenena znamenja, nekoliko dvignjena nad površino, v sredi pa ugreznjena.

Kako ravnamo? Prizadetega je potrebno nemudoma rešiti iz območja električne napetosti. PAZI, DA SE PRI TEM SAM NE DOTAKNEŠ ELEKTRIČNE NAPETOSTI! To preprečimo tako, da izklopimo napetost; obrnemo stikalo oziroma odklopimo glavno varovalko. Če to ni mogoče, vzamemo v roke lesen predmet, stopimo na lesen zaboj, gumijast predmet, porcelanast krožnik ali steklo in odmaknemo prizadetega od vira elektrike. Prizadetemu nudimo umetno

dihanje in masažo srca, če je potrebno.

PP: Če gre za **hude električne opekline**, prizadetega ne slačimo, ker ga s tem lahko ranimo, okužimo in mu povzročamo še dodatne bolečine. Če prizadeti iz opekline krvavi, obleko prerežemo ter opeklo kožo pokrijemo z aluplastično folijo ali nekaj plastmi sterilne gaze (lahko si pomagamo s prelikano rjuho, plenico, brisačo, ipd). Narahlo povežemo.

Kdaj k zdravniku? Vedno.

Nepotrebno, napačno: Prizadetega primemo z golimi rokami, stojimo na mokrih tleh, prizadetega primemo za mokro obleko.

• Dotik visoke napetosti

Kaj je to? Visoka napetost je napetost nad 10.000 V v daljnovodih in transformatorjih, kjer piše: POZOR – VISOKA NAPETOST. Tok pri visoki napetosti lahko v hipu ubije človeka, ker ohromi vsa pomembna živčna središča. Na mestu dotika s tokom in na mestih, kjer si tok poišče pot v zemljo, nastanejo hude električne opekline.

Kako ravnamo? NAPETOST MORA OBVEZNO IZKLOPITI STROKOVNJAK! Ponesrečencu se ne približujemo, ker je lahko vsak korak smrten. Pokličemo v električno ali transformatorsko postajo, da izklopijo napetost. Šele nato rešujemo ponesrečenca. Dajemo umetno dihanje in masažo srca in pokličemo zdravnika.

Posebno opozorilo: Če na daljnovodih ali transformatorjih leži na tleh žica, se ji ne smemo približati, ker nas tok lahko ubije.

• Strela

Kaj je to? Poškodbe od strele so navadno hude, saj je napetost strele kar nekaj milijonov voltov. Strela deluje na živčevje, srce in povzroča opekline. Obleka in koža sta osmojeni, zažgani in raztrgani. Opekline na koži so pike, proge, luknje, rane. Prizadeti se navadno onesvesti in pri tem pade in si lahko poškoduje tudi glavo, roko ...

Kako ravnamo? Poškodovanega čim prej spravimo s kraja nesreče, začnemo z oživiljanjem in pokličemo reševalce.

Kako preprečimo? Ob nevihtah in bliskih ne stojimo pod velikim in visokim drevesom.

Raje bodimo mokri, kot da bi tvegali, da nas zadane strela. Odvrzimo vse večje kovinske predmete (orodje ...), ne stojimo na obronku hriba, na visoki skali ali vzpetini, niti ne ob vodi!

Kdaj k zdravniku? Vedno.

Zastrupitve

Kaj je to? Vzroki zastrupitve so pokvarjena hrana, gobe, kopianje v onesnaženi reki. Znaki so od slabosti, bruhanja, driske do nezavesti. Znaki se lahko pojavijo od pol ure do nekaj ur lahko tudi do nekaj dni po zaužitju hrane.

Kako ravnamo? Z draženjem jezika povzročimo bruhanje in tako odstranimo škodljivo hrano iz telesa. Damo živalsko oglje in odvajalo (2 žlici grenke soli v kozarcu vode). Zastrupljenec naj pije ohlajen nesladkan čaj ali vodo. Odkriti je treba izvor okužbe (npr. voda, konzerve, jedi iz svežih jajc, piščančje meso, hrenovke, gobe), tako da vzorec sumljive hrane oziroma izbljuvke vzamemo s seboj k zdravniku za preglede.

Kako preprečimo? Jemo le svežo hrano, poleti pokvarljivo hrano shranimo v hladilniku. Dobro očistimo kuhinjski pribor, npr. desko za rezanje, po tem ko smo rezali meso ...

2. SEZNAM OPREME ZA PRVO POMOČ

- **Rane:** sterilni zloženci različnih velikosti (5 x 5 cm, 0,2 m², 0,4 m²), tamponi, prvi povoj, fiziološka sterilna raztopina (500 ml ali manjša), povoji, obliži, lepilni trak mikropor.
- **Zvini:** led, elastični povoj, trikotna ruta. (Led si pripravimo na palčki, in sicer tako, da v jogurtov lonček damo 15 cm dolgo palčko in vodo. Skupaj zamrznemo.)
- **Glavobol, prehlad, vneto žrelo:** Lekadol s C vitaminom, Septotele, topel čaj, med.
- **Vročina:** Panadol, Daleron, Lekadol; mlajšim od 18 let nikoli dati Aspirin.
- **Driska:** prepečenec, borovničev čaj, jedilna čokolada, kapsule Linex, aktivno oglje, nadomestek elektrolitov.
- **Piki, alergije po koži:** led, mazilo Synopen ali Fenistil, mazilo Kuterid, tablete

Flonidan ali Claritine.

- **Krči v trebuhu (menstrualne težave):** tablete Nalgesin ali Bonifen, Lekadol ali Ketonal; čaj Ursi (za boleč mehur).
- **Herpes na ustnici:** mazilo Virolex, Aciklovir (na recept).
- **Opekline:** led, losjon ali mazilo za opekline, sončne Bepanthene; Dermazin (kasneje, če je opekline globoka).
- **Razno:** termometer, škarje, pinceta, Autan ali Off, Rupurut za zgago, pinceta za odstranjevanje klopov, alkoholno razkužilo, trikotne rute, varnostne sponke ...

3. KAKO IN ZAKAJ KLIČEMO URGENTNEGA ZDRAVNIKA?

(poglavje za PP)

Kako pokličemo urgentnega zdravnika?

To je zdravnik, ki je 24 ur dostopen po telefonu, vendar le za življenjsko ogrožujoča stanja. Kjerkoli taborimo, se moramo predhodno pozanimati, kako je v tem kraju organizirana nujna (urgentna) zdravniška služba in na katero telefonsko številko lahko kadarkoli dobimo zdravnika. Če bomo potrebovali nujen prevoz v bolnišnico, lahko kar sami pokličemo 112.

Kaj povemo?

- ime in priimek kličočega
- natančno opišemo, kaj in kdaj se je zgodilo
- opišemo stanje prizadetega (glej spodaj pod »Življenjsko ogrožujoča stanja«, npr. Krvavi, se ne odziva, ne diha, se duši, nima pulza ...)
- kje se nahajamo (kraj, ulica, dostop ali prepoznavno točko, kjer lahko mi počakamo)
- kakšne so okoliščine na kraju nesreče (požar, nevarne snovi, poškodovane plinovodne ali druge napeljave...)
- kakšno pomoč potrebujemo

- počakamo, če nas bodo še kaj vprašali. Govorimo mirno in razumljivo.

Kdaj se odločimo za klic?

Ko gre za življenjsko ogrožujoča stanja ali ko prizadeti potrebuje zdravnika, pa prevoza prizadetega ne moremo opraviti.

Življenjsko ogrožujoča stanja so:

- **Nezavest:** Prizadeti se ne odziva na naše klice. Pri zelo globoki nezavesti, ki se imenuje koma, je neodziven celo na vbodljaj.
- **Dušenje ali zastoj dihanja:** Prizadeti se muči z dihanjem oziroma ne premika prsnega koša in trebuha. Če damo pred usta roko ali uho, ne zaznamo toka zraka.
- **Hude krvavitve:** Prizadeti hitro izgublja velike količine krvi, posebej nevarna je brizgajoča krvavitev.
- **Nenadna huda bolečina v prsih:** Pomemben znak pri starejših, ki lahko pomeni srčno kap, če bolečina traja več kot 20 minut.
- **Slabo tipen pulz:** Prizadeti je ob tem lahko bled, poten ... Lahko gre za stanje šoka, ki je posledica različnih bolezenskih stanj.

4. NAJPOGOSTEJŠE BOLEZNI oziroma ZNAKI BOLEZNI na taboru

Vročina

Kaj je to? Zvišana telesna temperatura (vročina) je temperatura telesa nad 37 °C.

Kako nastane? Nastane kot obrambna reakcija organizma na okužbo; zavre namreč razmnoževanje in dejavnost bolezenskih klic.

Kako ravnamo? Vročina do 39 °C ni posebej nevarna. Prizadeti mora čim več počivati in piti bezgov, kamiličin, lipov ali šipkov čaj z limono. Zelo primeren je tudi sok rdeče pese. Od zdravil dajemo Daleron, Lekadol, ...

Kdaj k zdravniku? Pri visoki temperaturi nad 39 °C; če vročina ne pade po 48 urah; pri trdem vratu, zaspanosti, bruhanju in če

svetloba moti prizadetega (znaki meningitisa); bolečine v trebuhu, slabost in bruhanje (znaki hepatitisa, vnetja slepiča ...).

Glavobol

Kako ravnamo? Glavobol v večini primerov ne pomeni resne bolezni. Pomaga počitek v hladnem in mračnem prostoru, Lekadol, Nalgesin.

Kdaj k zdravniku? Če je glavobol zelo hud, če ga spremljajo bruhanje, otrdel vrat ali vrtoglavica.

Alergija

Kaj je to? Alergija je pretiran odziv organizma na sicer nenevarno snov. Poznamo alergije na dihalih (kihanje, smrkanje, voden izcedek iz nosu, zamašen nos, izguba voha, kašelj), alergijsko astmo (težko dihanje, piskanje v prsih, tiščanje v prsnem košu, suh kašelj, težje dihanje med naporom in ponoči), alergije na koži (rdečkasti izpuščaji, srbenje, luščenje kože), alergije na hrano (prebavne motnje, koprivnica, srbeča koža, otekanje, rdečica, kihanje, zamašen nos, oteženo dihanje), alergije na pike žuželk (boleča oteklina in rdečina, lahko reakcija celega telesa – srbež, koprivnica po celem telesu, otekanje ustnic, obraza, bruhanje, driska, dušenje, izguba zavesti), alergije na zdravila. Najhujša oblika alergije je anafilaktični šok, ki je smrtno nevaren.

Kako ravnamo? Pojemo eno tableto Flonidana ali Claritina, srbenje kože lahko ublažimo s kremo Elocrom ali Advantan.

Kako preprečimo? Zaščitimo se pred soncem, jemo preprosto nekonzervirano hrano.

Kdaj k zdravniku? Vedno, če težave ne minejo. Če se stopnjujejo v dušenje, je potrebno klicati urgentnega zdravnika (glej pod »Piki strupenih žuželk«).

Koprivnica

Kaj je to? To je lahko nevarna bolezen, ki se kaže s srbečim izpuščajem kože v obliki koprivk (to so izbokline, podobne tistim, ki jih dobimo, če nas opeče kopriva). Gre za alergično reakcijo na najrazličnejše snovi, npr.

hrano, sonce, zdravila ...

Kako ravnamo? Pojemo eno tableto Flonidana ali Claritina, srbenje kože lahko ublažimo s kremo Elocom ali Advantan.

Kako preprečimo? Zaščitimo se pred soncem, jemo preprosto nekonzervirano hrano.

Kdaj k zdravniku? Vedno, če težave ne minejo. Če se stopnjujejo v dušenje, je potrebno klicati urgentnega zdravnika (glej pod »Piki strupenih žuželk«).

Okužbe zgornjih dihal

Kaj je to? Najpogosteje gre za z virusom povzročeno vnetje nosu, žrela, grla ali sapnika. **Znaki:** izcedek iz nosu in kihanje oz. bolečine v žrelu oz. hripavost oz. bolečina v sredini prsi ter dražeč suh kašelj.

Kako ravnamo? Z visoko vročino in bolečinami v žrelu se navadno začne bakterijska angina, ki jo zdravimo z antibiotiki. O tem naj presoja zdravnik! (Angino namreč lahko povzročajo tudi virusi.) Ostale zgoraj našteje težave so navadno zaradi okužbe z virusom. Tu antibiotiki ne pomagajo. Počakati moramo, da obrambni sistem telesa uniči povzročitelje. Važno je, da pijemo veliko tople tekočine. Pri temperaturi več kot 38 °C lahko vzamemo Lekadol, ki niža temperaturo in manjša bolečine. Potreben je tudi počitek.

Kako preprečimo? Skrbimo, da smo toplo oblečeni, da si preoblečemo vlažno obleko, ko se ustavimo, da imamo v čevljih suho, da ne sedimo na hladnem. Jemo sadje in zelenjavo, ki vsebujejo veliko vitaminov, ne pijemo mrzlih pijač.

Kdaj k zdravniku? Pri visoki temperaturi (nad 38 °C) in večjih težavah.

Bruhanje, driska

Kaj je to? Bruhanje je izločanje vsebine želodca skozi usta, driska pa pogostejše odvajanje mehkejšega ali tekočega blata. Lahko sta znaka različnih bolezni.

Kako ravnamo? Če gre za zastrupitev s hrano, imajo težave vsi, ki so to hrano uživali. (»Zastrupitev«.) Lahko gre za virusno okužbo, ki mine sama po nekaj dneh. Stroga dieta tu ni potrebna, lahko uživamo lahko hrano.

Včasih sta driska ali bruhanje znaka nevarnih trebušnih bolezni kot je npr. vnetje slepiča. Takrat bolnika hudo boli trebuh, leži in ne more kaj dosti migati. Nujno mora čimprej k zdravniku! Pri driski in bruhanju gre za izgubo elektrolitov in tekočine, zato je potrebno nadomeščanje. Obstajajo že pripravljene rehidracijske mešanice, npr. Nelit.

Kako preprečimo? Ne pijemo vode iz neznanega izvira, jemo svežo prekuhano hrano.

Pretres možganov

Kako nastane? Možgani so v lobanjski votlini obdani z možgansko tekočino in pri padcu ali udarcu močno zanihajo.

Znaki: Bolečine v glavi, slabost, bruhanje, vrtoglavica, tudi kratkotrajna nezavest. Ponesrečeni se ne spomni, kako se je nesreča zgodila.

Kako ravnamo? Večina manjših pretresov možgan mine brez posledic in brez zdravljenja. Prizadeti naj počiva na ravnem. Na mestu buške mu dajemo hladne obkladke. V primeru nezavesti poškodovanega položimo v položaj za nezavestnega.

Kdaj k zdravniku? Če je prizadeti nezavesten ali bruha. Glava prizadetega se med čakanjem na reševalce ali prevozom ne sme tresti ali poskakovati, zato je najbolje, da jo obložimo z zvito brisačo, odejo ali plenico.

5. TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA

(Povzeto po predavanju dr. A. Manohina *Temeljni postopki oživljanja za zdravstvene delavce v okviru predmeta Nujna medicinska pomoč*, 9. december 2004.)

1. Ugotavljanje stanja, položaj nezavestnega.
2. Sprostitev dihalne poti.
3. Dihanje (spontano ali umetno).
4. Krvni obtok (spontan ali zunanja masaža srca).

Ugotavljanje stanja, položaj nezavestnega

Oživljanje je zaporedje postopkov za vzdrževanje življenja pri navidezno mrtvem človeku. Navidezna smrt je stanje, v katerem se zdi človek mrtev, vendar pa mu še lahko povrnemo življenjske funkcije. Stanje navidezne smrti imenujemo tudi klinična smrt. Vedno je to izjemno nujno stanje, ki terja takojšnje ukrepanje. Če pri navidezni smrti takoj učinkovito ne ukrepamo, sledi smrt. Kljub temu pa moramo najprej zavarovati sebe in ponesrečenca.

Pri oživljanju upoštevamo 4 starostna obdobja:

- odrasel (8 let in več),
- otrok (1–8 let),
- dojenček (1 mesec–1 leto),
- novorojenček (do 1 mesec); v praksi je novorojenček samo prve dni življenja, nato pa je do 1. leta dojenček.

Oživljamo, kadar so izraženi:

- nezavest,
- odsotnost spontanega dihanja,

Ugotavljanje zavesti: Žrtev narahlo stremo za ramena in vprašamo: „Ali ste v redu?“ (Pri sumu na poškodbo vratne hrbtenice ne smemo stresati.)

Ugotavljanje dihanja: Sklonimo se k žrtvi, vzhvramo glavo in dvignemo brado ter gledamo dvigovanje prsnega koša, poslušamo dihanje, čutimo zrak na svojem licu.

Tipamo utrip na velikih žilah:



Tipanje na vratu naj traja do 10 sekund.



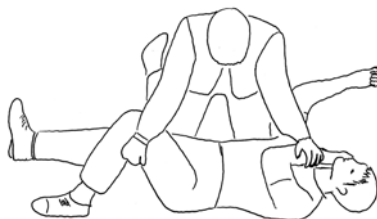
Kdaj kličemo urgentnega zdravnika – telefon 112? Nekdo takoj začne z umetnim dihanjem, drugi pokliče 112. Če smo sami,

najprej oživljamo 1 minuto in nato kličemo 112. Pri odraslemu kličemo takoj.

Položaj za nezavestnega (stabilni bočni položaj): Pri spontanem dihanju:



1. Roko, ki nam je bliže, odročimo v pravem kotu in skrčimo v komolcu – dlan je obrnjena navzgor.



2. Oddaljeno roko povlečemo čez prsni koš – dotika se bližnje rame. Oddaljeno nogo pokrčimo v kolenu tako, da je stopalo na tleh.



3. Oddaljeno nogo in oddaljeno ramo povlečemo k sebi – nezavestnega obrnemo na bok.



4. Vzhvramo glavo in namestimo zgornjo roko pod spodnjo čeljust in uho tako, da ostane glava vzhvrnjena.

Sprostitev dihalne poti – odstranjevanje tujkov

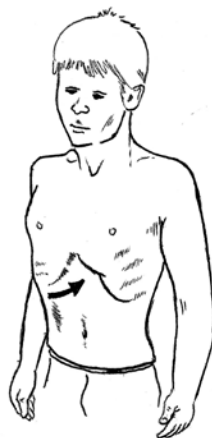
Nad glasilkama: Z zaščitenim prstom (rokavica, robec, gaza ...). Pozor – možen je ugriz, če žrtev ni globoko nezavestna ali klinično mrtva.

Med glasilkama in pod njima. Pri tem ločimo:

- Delno zaporo z dobrim gibanjem zraka – žrtev kašlja, govori, pospešeno diha. Ukrep: vzpodbujamo kašelj. Pri poškodovancu z delno zaporo dihalne poti ne izvajamo udarcev po hrbtu ali Heimlichovega manevra dokler poškodovanec lahko kašlja.
- Delno zaporo s slabim gibanjem zraka – žrtev slabotno in neučinkovito kašlja, slišni so piski med vdihovanjem, dihanje je oteženo, izražena je pomodrelost. Ukrep: Na poškodovancu najprej izvedemo 5 udarcev med lopaticami. Med udarci naj bo poškodovanec nagnjen naprej. Če se stanje po udarcih ne izboljša petkrat izvedemo Heimlichov maneuver. Po vsakem stisku preverimo ali smo odstranili tujek. NE izvedemo ga pri dojenčkih in novorojenčkih zaradi nevarnosti povzročitve raztrganin v trebuhu, NE pri nosečnicah v drugem in tretjem trimesečju nosečnosti in NE pri utopljenicah s Heimlichovim postopkom odstranjevati vdihnjene vode.
- Popolno zaporo brez gibanja zraka - žrtev se grabi za vrat ali se zgrudi; ukrep: Heimlichov postopek in temeljni postopki oživljanja (takoj, ko postane žrtev nezavestna, začnemo s TPO).

Pri odstranjevanju tujkov ravnamo po naslednjem zaporedju:

1. vzpodbujanje kašlja,
2. udarci med lopaticama (5x),
3. Heimlichov postopek (5x).



Pritisnemo v sredini med žličko in popkom



Heimlichov postopek pri sedečem oziroma stoječem ponesrečencu.



Heimlichov postopek pri ležečem ponesrečencu.

Umetno dihanje

Ponesrečenca položimo na hrbet na trdo ravno podlago.

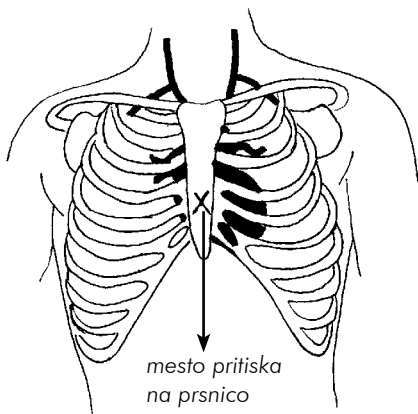
Sprostitev dihalne poti (glavni vzrok zapore so jezik in ohlapna tkiva žrela ter ustne votline):

- vzvrnitev glave
- dvig brade

Najpogostejše napake:

- reševalčeva usta ne tesnijo dovolj
- premalo je vpihnjenega zraka
- dihalna pot ni prosta
- ni dovolj premora za izdih
- nos pri dihanju usta na usta ni zatesnjen med vpihom in sproščen med izdihom
- usta pri dihanju usta na nos niso zatesnjena med vpihom in odprta med izdihom

Zunanja masaža srca



Iskanje mesta za masažo (slika):

- Pritiskamo na spodnjo tretjino prsnice (pri dojenčku in novorojenčku prst pod črto, ki povezuje prsni bradavici).
- Otipljemo rebrni lok, po rebrnem loku potujemo s sredincem do mesta spojitve obeh rebrnih lokov, na to mesto položimo sredinec, zraven njega pa kazalec; dlan druge roke položimo ob kazalec prve roke. Mesto za masažo je torej 2 prsta (2 cm) nad spojitvijo obeh rebrnih lokov.

Frekvenca stisov:

- odraslim, otrokom in dojenčkom 100 - 120 stisov / min

Opis masaže:

Žrtev položimo na hrbet na ravno in trdo podlago. Pokleknejo ob telo ponesrečenca. Ramena so navpično nad mestom masaže, komolci so iztegnjeni. 'Peta' roke je vzporedno s prsnico, prsti so iztegnjeni in odmaknjeni od reber.

Pri otroku masiramo samo z eno roko, pri dojenčku in novorojenčku z 2 prstoma ene roke. Časovno trajanje pritiska mora biti enako časovnemu trajanju popustitve. Pri popustitvi roka ostane na mestu masaže, a ne pritiska na prsni koš. Prsni koš se mora ugrezniti za 1/3 debeline prsnega koša (pri odraslem je to 5–6 cm). Če masažo začasno prekinemo (za izvajanje umetnega dihanja), moramo pred nadaljevanjem ponovno poiskati mesto na prsnici. Če med masažo zaslišimo pok rebra, preverimo (popravimo) položaj rok (morajo biti na prsnici) in nadaljujemo z masažo ne glede na pokanje rebra ali prsnice.



umetno dihanje in zunanja masaža srca

Najpogostejše napake pri zunanji masaži srca:

- roka med popustitvijo pritiska ne ostane na prsnem košu
- prsni koš premalo stisnemo
- prepočasen ritem masaže
- ne pritiskamo navpično
- razmerje med stisom in popustitvijo ni 1 : 1
- komolci niso iztegnjeni
- prsti pritiskajo na prsni koš

Kombinacija vpihov in stisov:**1. En reševalec:**

- odrasli 30 stisov 2 vpiha
- otroci in dojenčki 30 stisov 2 vpiha
- novorojenčki 30 stisov 2 vpiha

Reševalec, ki masira srce, nadaljuje z masažo že med pasivnim izdihovanjem.

Posebna primera oživljanja

- Poškodbe z električnim tokom: najprej prekinemo električni krog.

- Utopitev: Vode ne izlivamo iz pljuč; z umetnim dihanjem (5 začetnih vpihov, če ne zadiha masaža srca v razmerju 30/2) začnemo takoj, ko smo na suhem (ne izvajamo umetnega dihanja v vodi).

Oživljamo: Do uspeha, dokler nas kdo ne zamenja, dokler nismo povsem izčrpani.

Ne oživljamo: Kadar je poškodba taka, da je očitna smrt.

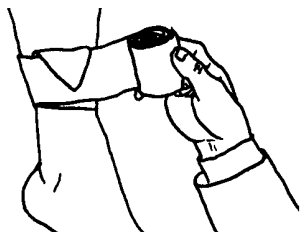
Tudi po daljšem času od nastanka klinične smrti oživljamo: pomodrelega otroka, ki je vdihnil hrano, podhlajenega človeka.

6. SLIKE: OBVEZE, POLOŽAJI IN IMOBILIZACIJA

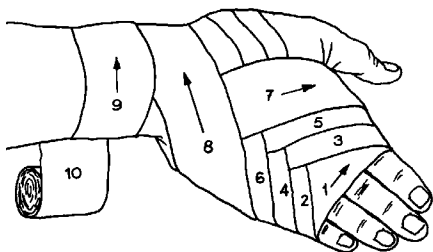
6.1. Obveze



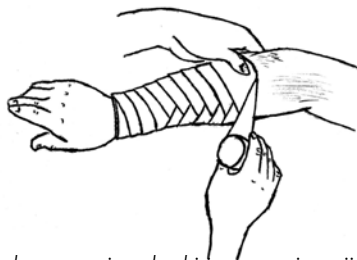
drža povoja



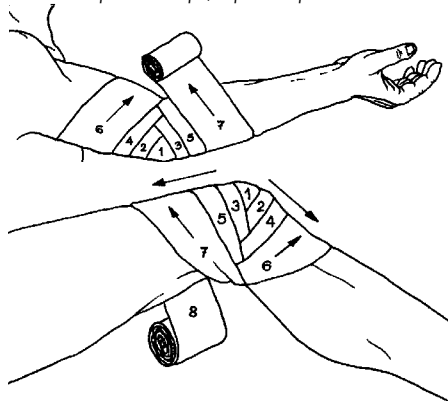
kako začnemo obvezo



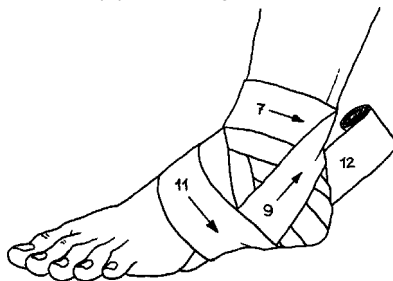
obveza roke



Pri obvezovanju uda, ki je v smeri povijanja debelejši ali tanjši, uporabljamo obrate.

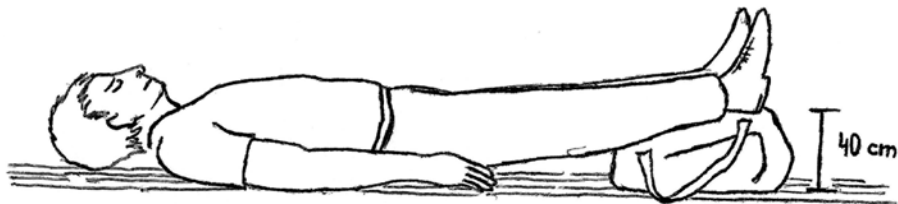


Obvezo vedno začnemo na sklepu in nadaljujemo navzgor ali navzdol.

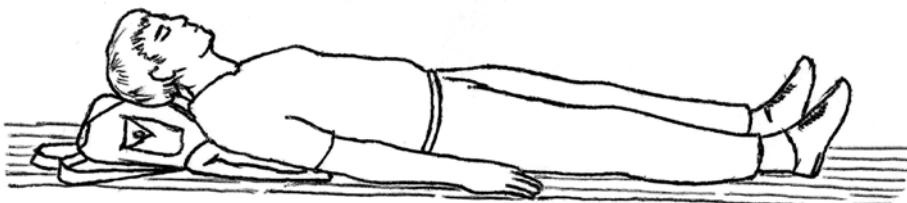


obveza pete

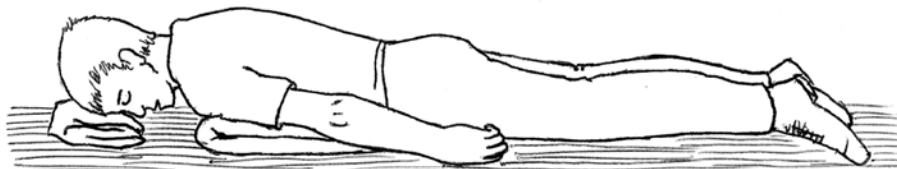
6.2. Položaji poškodovanca pri različnih poškodbah



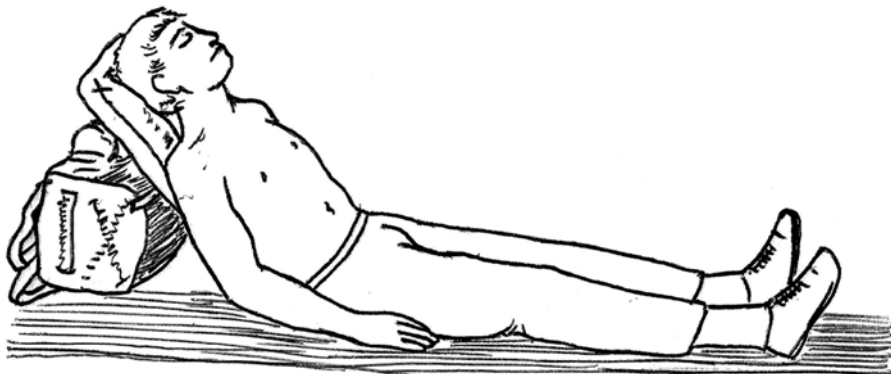
Ob veliki izgubi krvi, v šoku in pri oživljanju.



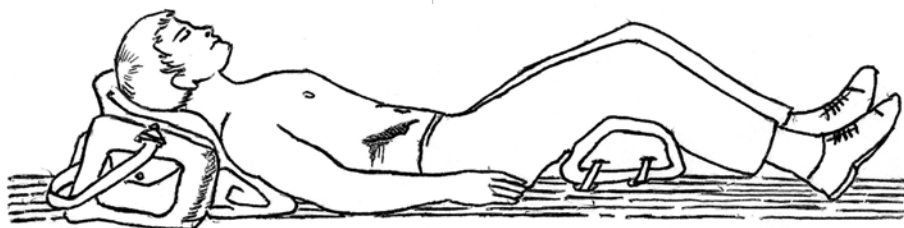
Pri poškodbi glave, če je poškodovanec pri zavesti.



Pri obsežni poškodbi obraza.

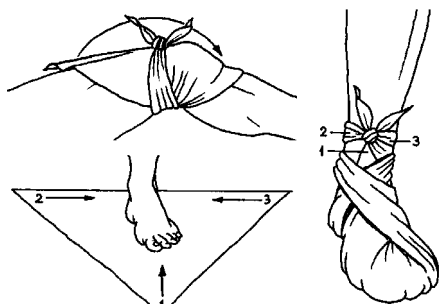


Pri poškodbi prsja in težkem dihanju.

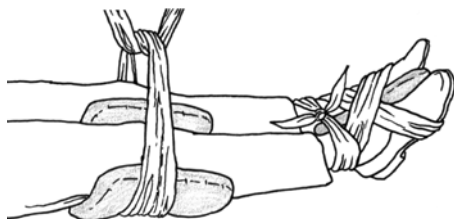


Pri poškodbi trebuha.

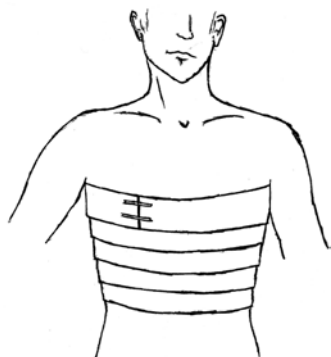
6.3. Obveze s trikotno ruto



6.4. Imobilizacija



imobilizacija spodnjega uda ob zdrav ud



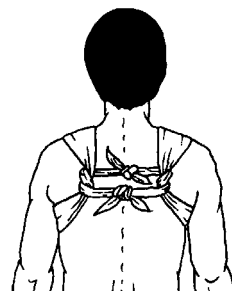
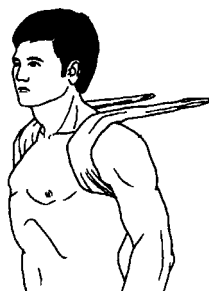
Pri prelomu reber zmanjšamo bolečino s tesno povitimi krožnimi zavoji čez oprsje.



zasilna imobilizacija podlakti in roke

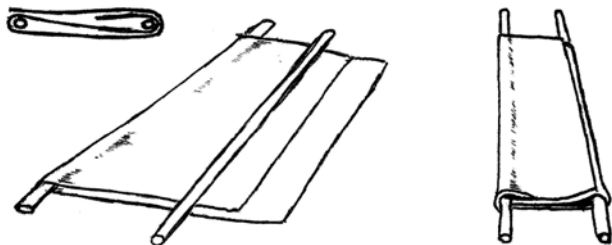


imobilizacija podlakti in roke s trikotno ruto

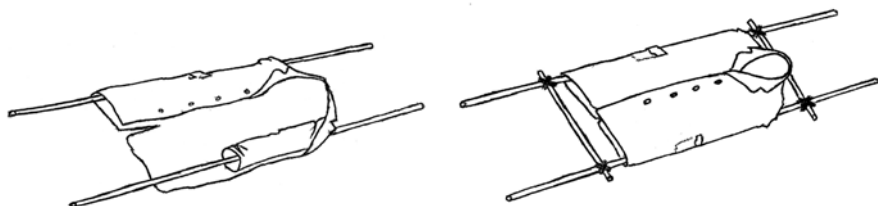


oprta pri prelomu ključnice

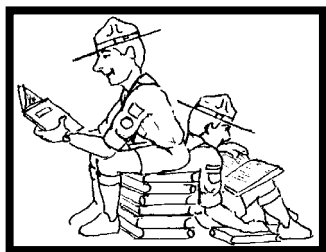
6.5. Zasilna nosila



zasilno nosilo iz kolov in šotorde



zasilno nosilo iz kolov in plašča



Literatura

- M. Derganc: Osnove prve pomoči za vsakogar. 1994.
- I. Kalinšek: Nujna medicinska pomoč. Ljubljana: DZS, 1987.
- Prva pomoč za otroke od A do Ž. Priloga revije Naša žena, januar 1998.
- Temeljni postopki oživljanja. Slovenska izdaja revije Jama, 1993.
- <http://www.ezdravje.com/si/>
- <http://familydoctor.org/>
- http://www.feltna.com/Korenina/Poti/Voznja/Prezivetje_v_divjini/podhladitev.htm
- <http://www.krka.si/si/izdelki/otc/>
- <http://www.Lek.Si/Slo/Skrb-Za-Zdravje/>
- <http://www.Mamashealth.Com/Mcramp.Asp>
- <http://www.Mf.Uni-Lj.Si/Anesteziologija/Katedra3.Htm#Tpo>
- <http://www.slo-istra.com/izola/a/dr/arhiv/podhladitev.html>

Varnost pri delu

1. Obeka, obutev in rokavice

Pri vsakem bolj obširnem delu v gozdu (nabiranje drv za taborni ogenj, zgradbarjenje, podiranje sušice za jambor, postavljanje jambora, itd.) moramo za zmanjšanje možnosti poškodb poskrbeti že s svojimi oblekami in obutvijo. Kljub morebitni vročini na poletnem taboru moramo za resnejše delo imeti na sebi trpežne dolge hlače in zaprte čevlje, najbolje gozdarje. Mimogrede nam namreč na nogo lahko pade kaka debelejša veja ali pa nas trske iz zlomljene sušice grdo popraska po nogah. Poleg tega je nujno, da ima vsak skavt svoj par usnjenih delavskih rokavic. Poškodbe na rokavah so zelo nerodne, saj nam poškodovane onemogočajo opravljanje večine del.

2. Varno delo z nožem

Nož je ostro orodje in zato moramo zelo paziti na varnost, saj se v nasprotnem primeru lahko poškodujemo.

Prvo in osnovno pravilo je, da vedno režemo (špičimo, rezljamo ...) **proč od telesa in ostalih ljudi!** Kadar nož uporabljamo v kuhinji (tudi skavtski), vedno uporabljajmo plastično ali leseno podlogo, da ne poškodujemo mize in da nam nož ne zdrsne! Rezilo naj bo vedno dobro nabrušeno, saj je s tem uporaba varnejša. (Brušenje noža je opisano v poglavju Skavtska oprema.)

Noža ni pametno uporabljati namesto kladiva ali izvijača, saj s tem poškodujemo rezilo. Prav tako ni pametno z rezilom rezati kovin. Rezilu škodi tudi, če ga porinemo v ogenj.

Noža nikoli ne mečemo. Kadar ga nosimo, naj bo rezilo obrnjeno navzdol. Če nosimo nož okoli pasu v nožnici, se prepričajmo, da je dobro zavarovan pred izpadom, saj se v nasprotnem primeru lahko zabodemo.

Skavtske aktivnosti navadno potekajo v naravi in so povezane z delom – za ogenj potrebujemo drva, za bivak šilimo palice in delamo kline, za zgradbarstvo podiramo sušice itd. Pri takem delu lahko ob malomarni uporabi opreme ali ob nepazljivosti lahko pride do poškodb. Da bi se tem poškodbam izognili (in se izognili uporabi postopkov poglavja Prva pomoč) je izredno pomembno, da poznamo principe varnega dela z orodjem.

Tehnike varnega rezanja

Največ poškodb z nožem se zgodi med rezljanjem lesa. Da bi se tem poškodbam izognili je dobro, da se naučimo nekaj varnih prijemov, s katerimi bomo lahko opravili večino svojega dela. Vedno pa seveda poskrbimo za dovolj velik prostor za varno delo – brez noža v roki se z iztegnjeno roko zavrtimo okoli svoje osi in v tem področju ne sme biti nikogar.

Najbolj varen način rezanja, ki ga lahko pod strogim nadzorom naučimo celo VV izgleda tako, da če imamo v desni roki nož pokleknemo na levo nogo, nož pa s svojo **topo stranjo** prislonimo na mehki del tik pod kolonom desne noge. S tem smo stabilizirali rezilo (z njim ne mahamo več okoli), palico pa z levo roko za rezilom elegantno vlečemo nazaj in s tem šilimo palico. Tega prijema se je potrebno malce navaditi, a je vredno, saj z njim tudi šibkejši skavti lahko dolgorajno varno delajo.

nova slika - varno delo z nožem - klečec položaj

Drug prijem je navadni prijem, ki smo ga vajeni, ko šilimo palico – z desno roko potiskamo nož, z levo pa le držimo palico. Tako se hitro utrudimo, zato ga je dobro nekoliko izboljšati tako, da imamo desno roko s katero držimo nož rahlo pokrčeno, z levo pa vlečemo palico ob nož. S tem imamo večjo kontrolo pri rezanju, saj ne pride do sunkovitih zamahov z nožem.

Delo z nožem lahko nekoliko ojačamo z dodatno palico s katero tolčemo po hrbtu noža, vendar le če imamo nepreklonni nož – za preklonno metoda ni priporočljiva. Palico, v katero hočemo narediti utor ali zarezo položimo na leseno tnalno, nanj postavimo oster del noža in z drugo palico nekajkrat z občutkom udarimo po topem delu noža in dobili bomo globoko zarezo, ki jo potem še izrezljamo – tako delamo kline. Enako metodo

lahko uporabimo za cepljenje tanjših palic recimo pri netenju ognja.

3. Varno delo z žago

Žaga je pri pravilni uporabi izredno varno orodje, ki ga lahko brez težav in z nekaj nadzora uporabljajo tudi VV, v kasnejših vejah pa nam je že dodobra znano orodje.

Glavna povdarka pri delu z žago sta, da je drevo, ki ga žagamo vedno potrebno podložiti pred rezom (da nam bo rez odpiralo, ne zapiralo) ter da je najlažje žagati v dvoje pri čemer vsak skavt le vleče žago k seboj, ne pritiska navzdol in pazi na skavta na drugi strani žage.

nova slika - varno delo z žago

4. Varno delo s sekiro

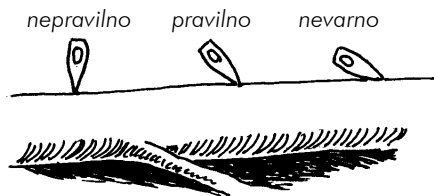
Kako uporabljamo sekiro?

Preden začnemo sekati, se moramo prepričati, **če je glava sekire dobro nasajena na ročaj**, da nam slučajno med sekanjem ne poleti z njega! Če sekira ni dobro nasajena, jo moramo popraviti. Najbolje, da vanjo na novo zabijemo zagozdo ali pa, če je potrebno, zamenjamo cel ročaj. Če se sekira razsadi na taboru pomaga, če sekiro za nekaj časa namočimo v potok ali vedro z vodo, da se les ročaja napne. Vendar to pomaga le začasno – tak ročaj bomo morali zamenjati. (Nasaditev in brušenje sekire sta opisana v poglavju Skavtska oprema in orodje).

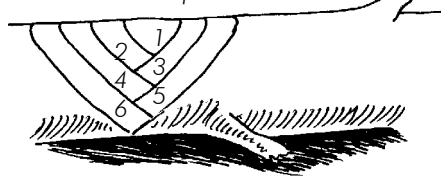
Za delo s sekiro si pripravimo stabilno in dovolj veliko tnalno, ta nam bo olajšala delo in močno pripomogla k varnosti.

Pred začetkom sekanja se moramo prepričati tudi, **ali imamo dovolj prostora** in nas ne ovirajo veje ali grmovje. Če nas kaj ovira, oviro odstranimo ali pa gremo sekat drugam. V času sekanja naj se nihče ne zadržuje v prostoru 3 m okrog nas, predvsem pa ne pred ali za nami. Postavimo se v rahel razkorak, da morebiten nepričakovan udarec ne konča v naši nogi in se zavedamo, da moramo biti ob sekanju pozorni.

Kadar sekamo, naj bo manjši kot med deblom in glavo sekire približno 75° (slika). Če je ta kot večji, bomo bolj malo odsekali, lahko le zlomimo ročaj. Če je ta kot manjši, nam sekira lahko zdrsne in zleti iz rok.



vrstni red sekanja:



Cepljenje s sekiro

Najvarnejša in tudi najmanj utrudljiva metoda cepljenja drv je taka, pri kateri sodelujeta dva skavta. Skavt, ki drži sekiro v razkoraku, položi sekiro na stabilno položeno poleno na vrhu tnalne. Drug skavt se postavi pravokotno na prvega skavta in z daljšim polenom ali z lesenim kladivom (pozor, udrihanje s sekiro na sekiro je nevarno, ker lahko povzroči kršnjeje malih delcev kovin, ki frčijo okoli) s pozornostjo na prvega skavta udarja po topem delu kovinskega dela sekire s čemer gre ta čedalje globlje v poleno, dokler se ne razcepi.




Kako podiramo sušice?

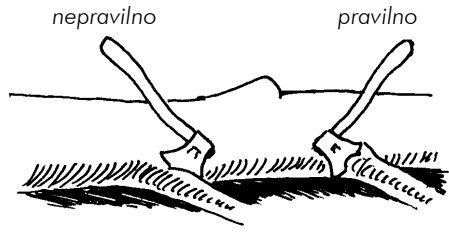
Pri podiranju dreves (tanjša lahko podiramo tudi s sekiro) najprej z žago zarezemo na tisti strani na kateri želimo, da drevo pade. Zarezemo dva reza čim nižje v obliki klina, ki naj sega nekako do polovice debla. Nato žagamo ali sekamo na nasprotni strani nekoliko višje, dokler drevo ne začne padati (slika). Kadar podiramo drevesa, ne sme biti močnega vetra, ker lahko ta vpliva na smer padanja drevesa. Nihče ne sme stati pod vpadnico drevesa. Pri določanju smeri padanja drevesa bomo pozorni, da nam ne bodo v napoto druga drevesa, veje ali celo šotori ...

Ko drevo podremo, ga moramo **oklestiti**. Pri tem pazimo, da vedno stojimo z obema nogama na nasprotni strani debla, kot je veja, ki jo želimo odsekati (slika).

Vejo vedno odsekamo s strani, kjer je kot med vejo in deblom večji (slika).

 Delo z razmajanim in skrhanim orodjem je težko in nevarno, poleg tega je odraz slabega gospodarjenja. Trudimo se, da bi orodje vzdrževali v čim boljšem stanju. Skrb za orodje je opisano v poglavju: "Skavtska oprema".

nepravilno



2. Potem zasekamo na nasprotni strani, dokler drevo ne začne padati.

1. Najprej zasekamo na strani padanja.



Literatura

- Lastne izkušnje avtorja
- R. Mears: Essential Bushcraft, Hodder & Stoughton, 2003.
- Epizode Ray Mears (BBC)

Taborni prostor in taborjenje



1. IZBIRA PROSTORA POLETNEGA TABORA IN PRAVNO UREJANJE STVARI ZA TABORJENJE

Kakšen prostor izbrati?

Pomembno je poznavanje naravnih značilnosti, ki veljajo na območju tabornega prostora, npr. travnik je lahko občasno mokrišče, kar ob lepem vremenu ni vidno, ob rasti gladine vode pa lahko postane manjše jezero. Zaradi nadmorske višine, lege, rabe tal in drugih fizičnih lastnosti območja se na travniku lahko vzpostavijo posebni pogoji, npr. klimatski (zelo nizke temperature), vegetacijski (pomanjkanje rastja), biotopski (zbirališča gozdni živali) na kar moramo pozorni pri izbiri lokacije tabora. Nadvse pozorni moramo biti pri lociranju tabora na pašniku ali večji gozdni jasi. Težko se vzpostavi raste, ker se travnik kosí le enkrat letno. Gozdne jase so lahko predvsem v nočnem času zbirališče več gozdnih živali ali pa prehodno območje med njihovimi biotopi. To opozorilo velja predvsem, če se odločimo, da bo naš tabor na kakem pašniku ali večji gozdni jasi.

Pazimo tudi, da tabor ni v neposredni bližini avtomobilske ceste, njive ali deroče reke.

Skušajmo zagotoviti skupni prostor pod streho, kjer se lahko izvaja program tudi v deževnem vremenu, kar navadno zagotovimo z vojaškimi šotori (členarji), ki jih ima civilna zaščita v vsakem večjem kraju. **TA Odstavek naj bi šel pod opremljenost tabora pa ne najdem kje bi to bilo :(**

Na koga se je priporočljivo obrniti pri izbiri tabornega prostora?

Najprej preverimo, kdo je lastnik travnika oz.

Vsak skavt se slej ko prej znajde pred situacijo, ko se sam ali s svojimi voditelji odpravi na taborjenje, izhod ali drugo aktivnost, pri kateri bo prespal neke v naravi. In takrat je dobro poznati nekaj stvari, ki olajšajo taborjenje v naravi. V tem poglavju so obravnavani napotki, ki se nanašajo na pravilno pripravo in izvedbo taborjenja.

tabornega prostora, saj nam bo lastnik tekom tabora pomagal tudi z drugimi koristnimi informacijami (npr. kje pridobiti krajnike, prevoz opreme na taborni prostor itd...). Z njim se dogovorimo za termin ter tudi za (vsaj okvirno) ceno najema tabornega prostora.

Morda je na tem tabornem prostoru kakšna skavtska skupina že imela tabor, pri lastnikih so lahko pustili dober ali slab vtis.

Omemba tabornega portala? Lahko se napiše tudi postopek kako ugotoviš, kdo je lastnik placa -> lahko jst napišem, če se rab.

Priporočljivo je, da se oglasimo pri lokalnem duhovniku, saj nam lahko pomaga z dodatnimi informacijami in kontakti.

Kaj je potrebno še urediti pred taborjenjem?

Pozanimajmo se, v katero občino spada zemljišče, na katerem bomo taborili; na občini vprašajmo, pod kakšnimi pogoji lahko na omenjenem zemljišču taborimo (nekateri občine imajo odloke, ki to urejajo - glej prilogo na koncu poglavja). Pozorni bodimo tudi na regijske parke oziroma zavarovana območja, saj v njih veljajo posebni pogoji za taborjenje, ki jih je treba spoštovati, saj so sicer za kršitelje

predvidene visoke kazni. Navadno je na takih območjih obvezna uporaba kemičnih stranišč. Spremljamo obvestila o morebitnem prepovedi kurjenja v naravnem okolju. Poizvemo, kje je najbližja policijska postaja, kamor bomo odnesli seznam taborujočih ter izpolnjen obrazec Prijava taborjenja lokalne enote (stega) – glej prilogo na koncu poglavja. Pozanimamo se, kje je zdravstveni dom oziroma, kako je na tem območju z zdravstveno oskrbo.

Pridobiti moramo soglasje lastnika prostora (zemljišča) in prijavimo tabor na upravni enoti oziroma občini.

Če bomo uporabljali kakšno skupno dobroto (otročka ali športna igrišča), o tem obvestimo občinske organe, ker so te naprave lahko tudi v zasebni lasti.

Nenazadnje pa ne pozabimo na **prijavo tabora na ZSKSS (tabori.skavt.net)**, saj sicer ne bo možno uveljavljati ugodnosti iz naslova zavarovanja, pa še v primeru nesreče ZSKSS o taboru ne bo informirano.

Tabor **prijavimo na najbližjo policijsko postajo**, na območju katere se organizira tabor in se ji izroči tudi poimenski seznam udeležencev s podatki. To bo koristilo, če se bo kdo izgubil ali pa bomo koga nenadoma



pogrešili.

Zakaj morajo biti taboreči člani ZSKSS?

Preden gremo z otroki na taborjenje, je treba preveriti, ali so **vsí taboreči člani ZSKSS**. Plačana članarina prinaša poleg drugih ugodnosti tudi kritje zavarovanje splošne odgovornostno na skavtskih dogodkih v Sloveniji. To zavarovanje krije škodo, narejeno proti tretji osebi (npr.: požar v gozdu), in odškodnino za poškodbe udeležencev, do katerih pride zaradi tega, ker ni bila zagotovljena varna izvedba načrtovane dejavnosti (več o zavarovanju v prilogi). **Če gre z nami otrok, ki ni naš član (ni plačal članarine)**, naj njegovi starši ali oskrbniki pred odhodom izpolnijo in podpišejo obrazec oziroma izjavo, da so otroku dovolili udeležbo na taboru in da so seznanjeni s programom tabora.

Kaj je treba zagotoviti na taboru?

Po zakonu je na taboru treba zagotoviti **ustrezno sanitarno higieno**, ki jo lahko preverja sanitarni inšpektor. Enako velja za kuhinjo, kjer je **treba ločiti čisti in nečisti del kuhinje**, priporočljivo je, da je v kuhinji oseba, ki ima opravljen izpit iz higienskega minimuma. Tudi **prva pomoč** je zelo pomembna, zato je dobro, če imamo vsaj nekoga, ki je zdravstveni tehnik ali medicinska sestra. Ne pozabimo tudi, da je **taborjenje na vodovarstvenem območju prepovedano**. Enako velja za **kurjenje v naravnem okolju** (zlasti poleti v Primorju). Če za **pitje uporabljamo tekočo vodo** in nismo prepričani o njeni neoporečnosti, jo damo v analizo. Ta ne bo zastoj, bo pa vsekakor cenejša kot morebitno tveganje s posledicami. Lahko pa namesto tega vso vodo prekuhavamo. Bodite pozorni tudi na **divjad in drevesno združbo**, saj sta tudi ti lahko zaščiteni.

Kateri pravni predpisi so urejajo taborjenje?

a) Splošni

- Zakon o varstvu okolja (Uradni list RS številka 41/04)
- Zakon o ohranjanju narave (Uradni list RS številka 96/04)
- Uredba o prepovedi vožnje z vozili v naravnem okolju (Uradni list RS številka 16/95)
- Pravilnik o spremembah in dopolnitvah pravilnika o označevanju zavarovanih območij naravnih vrednot (Uradni list RS številka 53/05)
- Zakon o nalezljivih boleznih (Uradni list RS številka 69/95)
- Zakon o varstvu pred požarom (Uradni list RS številka 71/93)
- Uredba o varstvu pred požarom v naravnem okolju (Uradni list RS številka 26/93)
- Zakon o zdravstveni ustreznosti živil in izdelkov ter snovi, ki prihajajo v stik z živili (Uradni list RS številka 52/00, 42/02, 75/03)
- Pravilnik o higieni živil (Uradni list RS številka 60/02, 104/03)
- Pravilnik o spremembah in dopolnitvah pravilnika o higieni živil (Uradni list RS številka 11/04)
- Pravilnik o zdravstvenih zahtevah za osebe, ki pri delu v proizvodnji in prometu z živili prihajajo v stik z živili (Uradni list RS številka 82/03)
- Pravilnik o ravnanju z odpadki (Uradni list RS številka 84/89, 45/00, 20/01, 13/03)
- Pravilnik o predelavi biološko razgradljivih odpadkov v kompost (Uradni list RS številka 42/04)
- Pravilnik o ravnanju z organskimi kuhinjskimi odpadki (Uradni list RS številka 37/04)
- Pravilnik o ravnanju z odpadnimi olji in mastmi (Uradni list RS številka 42/04)
- Zakon o spodbujanju razvoja turizma (Uradni list RS številka 2/04)
- Zakon o prijavi prebivališča (Uradni list RS številka 9/01)
- Zakon o orožju (uradni list RS številka

61/00)

- Pravilnik o pogojih, ki jih morajo izpolnjevati vozila in vozniki vozil, s katerimi se prevažajo skupine otrok (Ur. list RS številka 110/2004)

- Zakon o omejevanju porabe alkohola (Uradni list RS številka 15/03)

- Zakon o omejevanju uporabe tobačnih izdelkov (Uradni list RS številka 26/03)

b) Predpisi, ki urejajo aktivnosti v, na in ob vodi

- Zakon o varstvu pred utopitvami (Uradni list RS številka 44/00)

- Zakon o plovbi po celinskih vodah (Uradni list RS številka 30/02)

- Pravilnik o opremi in sredstvih za dajanje prve pomoči, usposabljanju in preizkusih iz prve pomoči ter zdravniških pregledih reševalcev iz vode (Uradni list RS številka 70/03)

- Uredba o območjih kopalnih voda ter o monitoringu kakovosti kopalnih voda (Uradni list RS številka 70/03)

- Pravilnik o minimalnih higienskih in drugih zahtevah za kopalne vode (Uradni list RS številka 73/03)

- Pravilnik o podrobnejših kriterijih za ugotavljanje območij kopalnih voda (Uradni list RS številka 79/03)

- Pravilnik o tehničnih ukrepih in zahtevah za varno obratovanje kopališč in za varstvo pred utopitvami na kopališčih (Uradni list RS številka 88/03)

- Pravilnik o razvrstitvi kopališč in organizacijskih ukrepih za varstvo pred utopitvami (Uradni list RS številka 88/03)

- Pravilnik o kriterijih za označevanje vodovarstvenega območja in območja kopalnih voda (Uradni list RS številka 88/04)

- Pravilnik o reševalcih iz vode (Uradni list RS številka 118/2004) Predpisi so dostopni na spletnih straneh državnega zbora.

2. ORGANIZACIJA KRAJŠEGA PRENOČEVANJA (na izhodih voda ali na taboru klana)

V kolikor bomo na enem mestu prenočili le eno noč oziroma se čez dan premikamo na drugo lokacijo, se je navadno težko vnaprej organizirati in se dogovoriti z lastniki zemljišč. V tem primeru je dobro, da prijazno povprašamo v najbližji vasi, kje bi se dalo prespati na prostem. Lastniku zagotovimo, da bomo s travnikom ali gozdom ravnali spoštljivo, da bomo poskrbeli za varnost pri netenju ognja in da bomo prostor za seboj pospravili. Dano obljubo nato tudi izpolnimo.

3. KO SMO ZA TABORNI PROSTOR DOGOVORJENI, SLEDI PRIPRAVA TABORA

Kakšne so vloge organizatorjev taborjenja?

Organizatorji poletnih taborov so navadno voditelji. Pomembno je, da če neko aktivnost pripravljajo skavti sami, vseeno poskrbijo za vse potrebno tako, da si delo med seboj razdelijo. Delitev nalog je nujno potrebna zato, da vemo, kdo je za kaj odgovoren, da se delo porazdeli in je tako bolje opravljeno. **Posamezne odgovornosti**, ki naj bodo jasno določene, razdelimo med voditelje (ali skavte, kadar aktivnost organizira vod ali klan).

Odgovorni voditelj sporazumno razdeli naloge med sovoditelje skavte, in sicer:

- odgovorni za tehniko
- odgovorni za kuhinjo
- odgovorni za program,
- odgovorni za duhovnost,
- odgovorni za PP



Pri deljenju nalog ne gre za delitev po načelu, jaz bom vzel prvo pomoč, ker sem pred 10 leti delal izpit za moped in se mi malo sanja, kaj naj bi zajemala. Napaka! Pomembno je, da si skavt to delo želi opravljati, ima sveža znanja in veščine ter k delu pristopi vestno in odgovorno.

Kuhar (tisti, ki prevzame odgovornost za kuhinjo), skrbi za čistočo kuhinje, pregled nad nabavo in porabo hrane, poskrbi za raznolik jedilnik ter primerne količine hrane. Vloga kuharja na taboru je zelo pomembna, saj se kakršnekoli napake - slaba higiena, neprimerne količine hrane ..., kaže v počutju celostne skupine. Če kuhar ni izkušen, mu pomagamo z nasveti ter več časa namenimo temeljitemu načrtovanju jedilnika, razporeditve opreme v kuhinji, da bo imel pregled nad porabo in raznovrstnostjo hrane. Ker navadno med nami ni poklicnega kuharja, moramo uporabiti rezervno možnost - priučenega.

Enako velja za »**tehničnega**«. Ta mora imeti natančna navodila vseh ostalih organizatorjev, saj je prevzel odgovornost za nakup tehničnih pripomočkov, ki so potrebni na taboru. Zato mu je te stvari potrebno sporočiti pravočasno in natančno. Če potrebujemo 300 m vrvice, je treba vedeti, kolikšne debeline in katere vrste. Skavt, ki je zadolžen za opremo, ima veliko dela že pred samo izvedbo tabora, saj je opremo potrebno pregledati, jo dopolniti in spraviti v

takšno stanje, da je na taboru uporabna. Če na taboru ugotovimo, da en šotor prepušča vodo in nimamo rezervnega, se bomo pač morali sprijazniti s tem, da bomo v njem mokri.

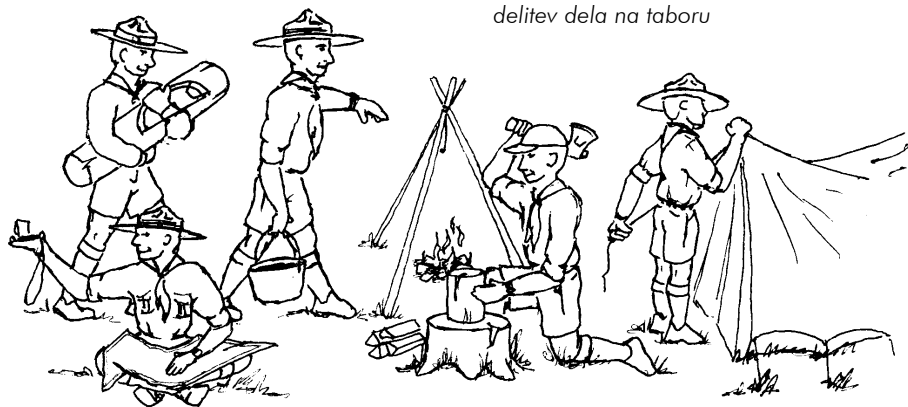
Odgovorni za program ima pomembno nalogo, saj je od njega odvisno skoraj vse dogajanje na taboru. Program tabora mora razdelati tako, da so posameznim ljudem poverjene konkretne naloge in da ti ljudje vedo, kaj določena naloga pomeni.

Tudi vloga **duhovnega voditelja** je pomembna. Duhovnost je na taboru ponavadi rdeča nit, saj vse taboreče usmerja k določenemu cilju, ki ga želimo razviti prek namena in ciljev tabora. Duhovni vodja pa je hkrati tudi opazovalec. Zato je pomembno, da je na taboru dejaven. Program zastavimo tako, da lahko sodeluje pri programu čimveč, saj bo le-tako lahko dodobra začutil utrip skupine/tabora.

Od **odgovornega za prvo pomoč** se pričakuje, da ima čimveč izkušenj. Pred taborom se mora ustrezno založiti z medicinsko opremo, poleg tega pa mora vedeti, v kakšne kraje se podajamo na taborjenje in kakšne bolezni oz. alergije imajo posamezni taboreči.

Odgovorni voditelj – oseba, ki je prevzela odgovornost za vse, kar se dogaja na taboru, in dežurni skavt, ki bo na določen dan tabora usklajeval program, naloge in dejavnosti.

delitev dela na taboru



Kakšne so vloge taborečih na poletnem taboru čete?

Za same taboreče moramo voditelji določiti, kdo in kdaj bo **stražil tabor**, kdo je zadolžen za **jutranjo telovadbo**, **molitev**, **čiščenje določenih delov tabora**, urrejanje okolice, **vodenje določenega programa** za celo skupino, **kdo in kdaj postavlja ogenj**, **kdo dviguje in spušča zastavo**, **kdo pomaga v kuhinji** ... Te zadolžitve so potrebne samo na taboru in je priporočljivo, da na oglasno desko obesimo razpored za celotno taborjenje. Vloge, kot so **vodnik**, **podvodnik**, **kuhar**, **zastavonoša**, **kuhar** ..., so izbrane že na začetku leta v vodu in se tu samo še bolj poudarijo. Vodnik hodi vsakodnevno na vodniška srečanja, kjer se zmenijo za naslednji dan, podvodnik aktivno pomaga pri vodenju voda, zastavonoša ima vedno zastavico pred očmi in jo postavi na častno mesto, kuhar vedno poskrbi za sestavine za obroke ter organizacijo kosila, večerje, zajtrka ... Vsako delo je častno delo in opravilo ga kar najbolje.

Če na taborjenju ugotovimo, da bi bilo potrebno še kaj narediti, prevzemimo pobudo in se v posvetu z voditeljem načrtno lotimo dela.

Glej tudi poglavje Priprava izhoda, potepa, tabora in zimovanja.

Izbira prostora za postavitev šotora ali bivala

Če je le mogoče, poleti izberemo prostor, ki je zjutraj obsijan s soncem, popoldne in zvečer pa je v senci. Tako se bo šotor, ki ga je ponoči zmočila rosa, čimprej osušil, čez dan pa bo v njem bolj hladno. V ostalih letnih časih naj bo čim bolj na soncu. Dobro je, če je šotor pred vetrom zaščiten z gozdom, vendar naj ne stoji pod drevesom, ker se tam tla po dežju najkasneje osušijo. Vhod naj bo na zavetrni strani. Najboljša tla za postavljanje šotorov so prodnata, prekrita s tanko plastjo zemlje in porasla s travo. Vsak nagib zemljišča najbolj občutimo leže, ko drsimo po klancu navzdol, zato naj bodo tla čim bolj ravna. Nikar ne postavljajmo šotorov v globel, kjer bi ga poplavlil prvi dež. Glejmo, da bo voda lahko odtekala proč od šotorov. Zemljišče očistimo večjih kamenin, kamenja, vej ipd.

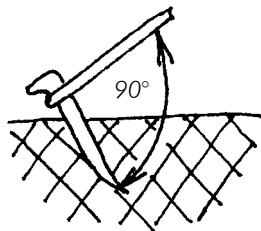
Postavljanje šotorov

Če nismo večji v postavljanju šotorov, ga poskusimo postaviti že pred začetkom tabora s priloženimi navodili ali pod vodstvom nekoga, ki to zna.

Šotor Jamboree postavimo tako, da najprej razprostremo po tleh močnejšo **polivinilno podlogo**, ki zaščiti dno šotorov. To podlogo priskrbimo takrat, ko kupimo šotor, potem pa jih shranjujemo skupaj. Velika naj bo toliko, da pokrije tla pod notranjim šotorom, ne sme pa štrleti izpod vrhnje strehe ven, da se ne bi na njej nabirale padavine.

Dno šotorov pritrdimo na tla. Nad njim postavimo sleme kovinskega ogrodja in nanj pritrdimo notranji šotor. Na vogalih postavimo z notranje strani šotorov še kratke pokončne palice in tedaj damo notranjemu šotoru njegovo končno obliko. Preko slemena potegnemo še vrhno streho. Če je šotor lep na pogled, to običajno pomeni, da je tudi dobro postavljen.

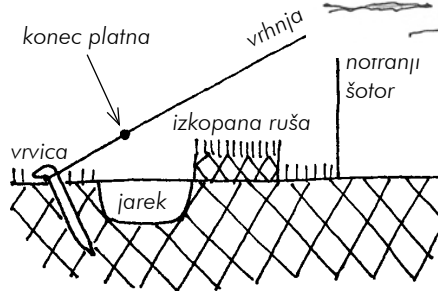
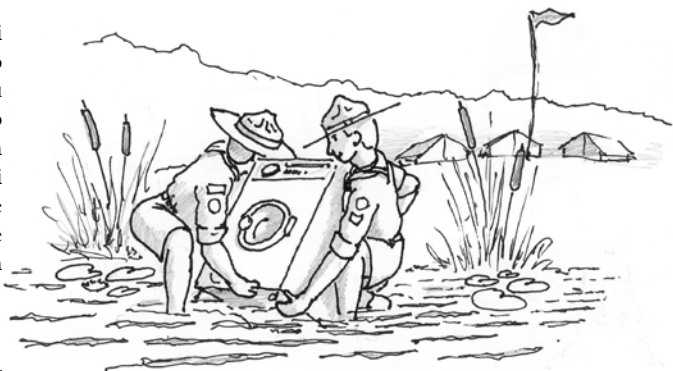
Pazimo, da bo vrhnja streha toliko napeta, da se ne bo dotikala notranjega šotorov niti v vetru. Seveda pa s pretiranim napenjanjem ne smemo potrgati platen, vrvic ali šivov. Vrvice šotorov navežemo na kline. Če klinov nimamo dovolj, si lahko pomagamo z lesenimi rogovilami, ki jih narežemo v grmovju. Kline zabijamo v tla vedno tako, da objemajo z vrvico kot 90°. Glejmo, da bodo zabiti diagonalno, tako da bo šotor dobro napet.



Vojaške šotorov pa postavljamo drugače. Najprej postavimo samo streho kovinskega ogrodja, navpične palice pa ostanejo še spodnesene (šotor izgleda, kot bi klečal). Čez ogrodje razgrnemo streho in šele nato šotor postavimo pokonci ter ga pritrdimo s klini.

Če pričakujemo večje količine padavin, za **odvajanje vode** od šotorov skopljemo okrog njega približno 10 do 15 cm široke jarke.

Ti nam služijo kot žlebovi pri strehi, zato jih naredimo ravno na mestu, kjer se bo voda v dežju stekala s strehe. Rušo odložimo poleg jarka na notranjo stran šotorov in s tem postavimo vodi še dodatno oviro. V kolikor ne bo obilnih padavin, jarkov ne kopljemo. Lastnik prostora nam bo zelo hvaležen.



Ko je šotor postavljen, ga moramo **stalno vzdrževati** in prilagajati vremenskim razmeram. Če pričakujemo močan veter, ga dodatno utrdimo in napnemo. V dežju ali pred nočno roso pa premočno napete vrvice raje nekoliko popustimo, da se premočeno platno ne bo raztegnilo.

V dežju se nikar ne dotikajmo zunanje strehe, saj bo na mestu dotika šotor začel prepuščati vodo.

Razporeditev šotorov na poletnem taboru

Največkrat jih razporedimo po zemljišču v loku, v vsakem primeru pa moramo posameznemu šotoru nameniti dovolj prostora. Za najpogosteje uporabljane šotore tipa »jamboree« zadostuje širina 6–7 m. Med šotori naj bo toliko prostora, da bo med njimi kljub napetim vrvicam mogoč prehod. Zlasti ponoči so vrvice nevidne! Pravo razdejanje pa nam lahko povzročijo krave, ovce ali večja divjad, če zaidejo v tabor, zato moramo to preprečiti. Pazimo, da bo oddaljenost šotorov od ognja dovolj velika, da iskrice ne bodo padale na platno. Ta razdalja naj bo vsaj 10 m od tabornega ognja.

4. NA TABORNEM PROSTORU

Ko pridemo na taborni prostor najprej določimo prostor, kjer bomo izkopali ognjišče, kje bomo postavili jambor in kako bomo okoli ognja postavili šotore. Šotori morajo biti vsaj 10 m od ognja, saj jih bodo v nasprotnem primeru iskre od velikih slavnostnih ognjev lahko poškodovale. Šotori so navadno postavljeni po zemljišču v loku, pazimo pa da vsakemu šotoru namenimo dovolj prostora. Med šotori naj bo toliko prostora, da bo med njimi kljub napetim vrvicam mogoč prehod. Najpogosteje uporabljamo šotore »jamboree«, za katere zadostuje širina 6 - 7 m.

Slika "shema tabornega prostora"

Ko smo določili postavitev glavnih stvari, preverimo kako je z vodo in glede na vodo postavimo taborne wc-je na drugo stran, kot je voda, da si s sanitarijami ne onesažimo pitne vode, vode s katero pomivamo ali vode v kateri se kopamo. Če smo z vodo obkroženi, sanitarije postavimo vedno nižje po toku, kot imamo tabor.

Pralnico bomo postavili čim dlje od vode. Skrbimo da odpadne vode ne zlivamo neposredno v vodotok temveč z njo ravnamo kot piše v poglavju "skrb za okolje".

Naslednje po vrsti je postavljanje šotorov, sočasno kopanje ognjišča in wc-jev, postavitve umivalnice, izbira podiranje ter postavitve jambora. Za tem sledi postavitve dobre in čvrste tnalne ob ognjišče - vsaj kak meter dolg čim debelejši kos lesa, na katerem bomo žagali in sekali les, da ne bodo kosi lesa ležali po celem tabornem prostoru. Ob tnalni je navadno skladovnica lesa za dodajanje na večerni ogenj (ob dežju jo je pametno pokriti), s tem pa imamo že skoraj vse za udobno taborjenje zato lahko začnemo z dekorativnimi objekti kot je oglasna deska, vhodna zgradba, določimo mesto za skupno orodje (skladovnica), koši za smeti in bio luknjo - več o teh temah je opisano v poglavju "Skrb za okolje") ipd.

Kratkotrajno bivanje

Ob prihodu na področje kratkotrajnega bivanja potrebujemo manjši prostor saj bomo postavili manj objektov. Najprej poiščemo primeren prostor za spanje (glej poglavje "Bivanje") ter varen, primeren prostor za ognjišče (glej poglavje "Ognji"). Glavno je, da ogenj postavimo v zavetrje, biva pa obrnemo tako, da bo veter pihal v stranico bivaka in ne skozenj. Tudi tu ob ožjen postavimo tnalno, se odločimo za vir vode, določimo predel kam bomo hodili na stranišče na nasprotni strani tabornega prostora in o tem obvestimo vse taboreče. Pripravimo še pokrito skladišče za orodje in lahko začnemo s pristnim uživanjem narave.



Na prostorih, kjer smo le eno noč navadno ne kopljevo wc-ja, zato pa si za opravljanje potrebe skopljevo manšo luknjo, v katero kasneje vse zakopljevo, skupaj s-papirjem. Nikakor za sabo ne puščamo "min" ali povzročamo, da bo veter raznašal okoli toaletni papir.

Kako lahko zaščitimo taborni prostor pred nepridipravi?

Najprej je potrebno **tabor** obvezno **zavarovati pred morebitnimi kraji**. Kako? Univerzalnega odgovora ni, je pa že to, da vrednejše stvari damo v avto ali v poseben šotor pod ključ. **Zavarujemo tudi dostop v tabor.**

Tabor moramo organizirati tako, da bo poskrbljeno za red, da ne bo ogroženo življenje in zdravje udeležencev ali drugih oseb. Poskrbimo, da ni ogroženo premoženje nas ali drugih oseb, da se ne ogroža prometa ter da se ne onesnažuje okolja.

Dobro je, da je **taborno vodstvo stalno dosegljivo** na telefonski številki tabora (mobitel – GSM) in da je telefon na vidnem mestu. Včasih je potrebno hitro ukrepati, avta ni pri roki ipd.



Hrup je v bližini naselij lahko moteč dejavnik, zato poskušajmo program izvajati do 22. ure, potem pa se preselimo v zaprte prostore (večji šotor – članar ipd.).

Bodimo pozorni tudi pri izvedbi potepa, dneva vodnikov in ob morebitni skupni dejavnosti izven tabornega prostora, ko bo **tabor prazen**. Vedno mora nekdo (če ne drug, odgovorni voditelj) prevzemati odgovornost, da nekatere stvari ne bi ostale brez nadzora.

Pozorni bodimo tudi na **sumljive domačine in nenapovedane kraje** zastave in jih prijavimo domači policiji (več o kraji v prilogi).

Odgovornost za nepredvidljive dogodke na taborjenju pa je na vseh, ki smo v taboru, tako voditeljih kot tudi taborečih. Skavti lahko k temu pripomoremo z odgovorno nočno stražo, rednim pospravljanjem šotora in okolice, s pozornim opazovanjem narave ...

Kaj nam lahko predčasno konča taborjenje?

Naravni pojavi in vremenske spremembe (naraščanje reke v primeru večjega dežja), bolezni (razne viroze), poškodbe, zapleti z domačini ...

V vsakem primeru je potrebno take težave reševati umirjeno, brez panike, a čim bolj pametno, da zmanjšamo tveganje zase in za ostale taboreče.

5. PUSTI TABOR LEPŠI, KOT SI GA PREJEL

Kako skrbimo za taborno okolje?

Med potekom tabora moramo čim boljše skrbeti za taborno okolje, da bo ostalo čisto in lepo tudi za našim odhodom. Skrb za taborno okolje med taborom je podrobno opisana v poglavju Skrb za okolje, ki si ga dobro preberi.

Poleg opisanega v poglavju Skrb za okolje pa moramo poskrbeti tudi za pospravljanje tabornega prostora po koncu taborjenja.

Kako pospravimo tabor?

Ko po koncu tabora pospravimo vse svoje stvari, zasujemo wc, dobro pogasimo ogenj in z rokami (da se prepričamo, da smo pogasili) razmečemo pepel, nazaj zložimo rušo, zasujemo luknjo za organske odpadke, zasujemo vse luknje, ki smo jih naredili na travniku in odstranimo vse smeti.



Čisto na koncu taborjenja se vsi skavti razvrstimo v dolgo vrsto po celotnem tabornem prostoru. Počasi se premikamo naprej in naloga vsakega je, da temeljito pregleda in prečisti prostor pred seboj.

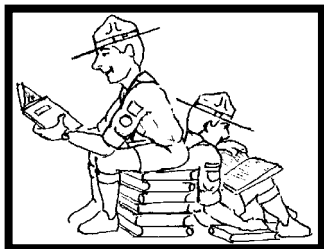
Po **končanem taborjenju** moramo še enkrat pregledati celoten taborni prostor, če je kje ostalo še kaj **smeti, klinov in drugih drobnih stvari**.

Kje lahko izvem več o tem?

- informacija o zavarovanju v ZSKSS (dobiš na tajništvu Združenja slovenskih katoliških skavtinj in skavtov)
- odloki občin o taborjenju v naravi (vir: Uradni list RS)
- pravni akti (uredbe, predpisi) na področju taborjenja v naravi (vir: Uradni list RS)
- Zakon o prekrških zoper javni red in mir

(Ur. l. RS št. 110/2003)

- Zakon o javnih zbiranjih (Ur.l. RS št. 59/2002)
- Zakon o prekrških (Ur. l. RS št. 55/2005)
- podatki o regijskih parkih in zaščitene območjih v RS (vir: Uradni list RS, Zakon o regijskih parkih)
- navodilo za izvedbo igre Kraja zastave v ZSKSS (dobiš na tajništvu)
- podatki o ogroženih naravnih okoljih v RS (vir: Republika Slovenija, Ministrstvo za okolje in prostor, www.sigov.si/mop)
- Možnost in način taborjenja določajo občinski akti o taborjenju ali javnem redu in miru na območju posamezne občine. Internetni naslovi vseh slovenskih občin so sestavljeni na naslednji način: www.imeobcine.si (npr. www.ljubljana.si).
- <http://zakonodaja.gov.si>
- <http://www.dz-rs.si>
- <http://www.gov.si>



Literatura

- Lastne izkušnje in podatki iz zgoraj navedenih virov.

Priprava programa za taborjenje



1. TABOR

Tabor je večdnevna dejavnost (7-14 dni) na katero se skavti odpravimo v poletnem času in je vrhunec skavtskega leta. Je nagrada za delo med letom in hkrati najboljša priložnost, skavti v praksi zaživijo skavtsko življenje.

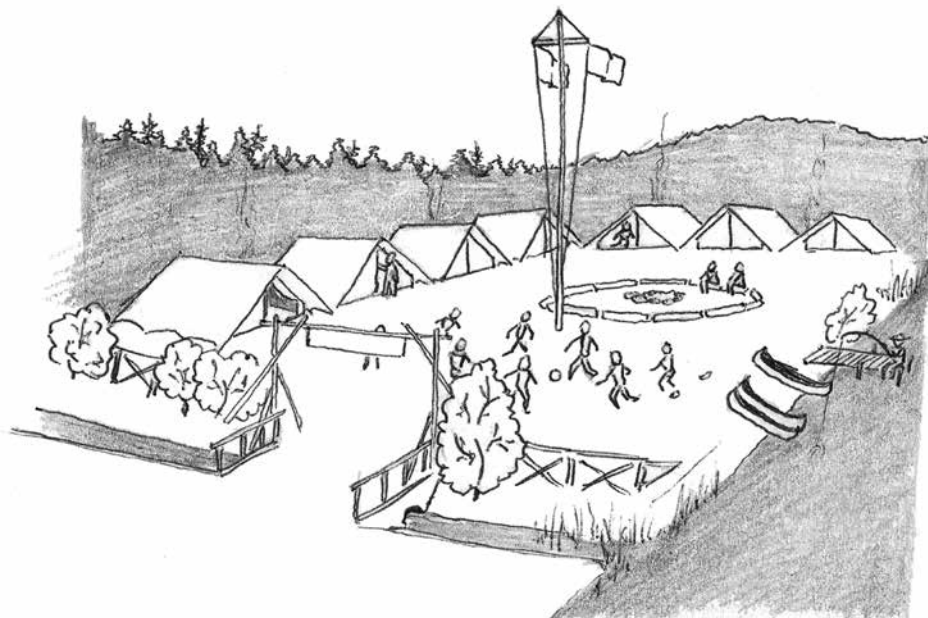
Na taboru se izvidniki preizkusijo in napredujejo v skavtskem znanju ter se učijo življenja v skupnosti. Člani voda se še bolj povežejo med seboj, poglobijo se tudi odnosi med IV ter med IV in voditelji.

»Taborjenje je zelo prijeten del skavtskega življenja. Življenje na prostem, v Božji naravi, med hribi in drevesi, pticami in zvermi, morji in rekami – to je življenje z naravo. Imeti svoj majhen šotor za dom, si sam kuhati in raziskovati – vse to prinaša zdravje in srečo, kakršne nikoli ne moremo najti med opekami in mestnim smogom. Tudi dolg potep, ko raziskuješ nove kraje, je veličastna dogodivščina. Utrdi in okrepi te, da se ne bojiš vetra in dežja, vročine in mraza. Vse to sprejmeš, kadar pride, in čutiš pripravljenost, ki ti omogoča, da se na vsako znano težavo odzoveš z nasmehom, vedoč, da jo boš premagal.« Bi-Pi, Skavtstvo za fante

O samem tabornem prostoru smo precej prebrali že v prejšnjem programu, vseeno na tem mestu še enkrat izpostavljam: tabor bo uspešnejši, če bo taborni prostor izbran tako, da v neposredni bližini ni cest, njiv, hiš, sprehajalcev in ostalih sledi civilizacije. Prav tako pa moramo biti previdni na to, da ne prekinemo poti ali uničimo zbirališč gozdnih živali. Prav tako pazimo, da ni zraven preveč deroča reka, ki je lahko nevarna in povzroča hrup. Travnik mora biti na suhi podlagi, saj so mokrišča zelo neprimerna za taborjenje.

V Sloveniji imamo tudi nekaj zavarovanih območij, kjer veljajo posebni pogoji za taborjenje, v katerih so zajeti natančni predpisi, ki jih je treba spoštovati, saj so sicer za kršitelje predvidene visoke kazni.

Vsaka dejavnost na prostem (izhod, potep, tabor ali zimovanje) za skavte pomeni izziv, ki se ga lotimo z veseljem. Sploh, če se imamo v naravi lepo, če uživamo, se zabavamo in kaj novega naučimo. Dejavnost pa uspe veliko bolje, če se nanjo pripravimo – naredimo načrt, kje se bomo zadrževali in kaj bomo počeli. Pomemben del načrta vključuje tudi odgovoren premislek glede skavtske opreme, ki jo vzamemo s seboj.



1.1 VLOGA VODITELJEV NA TABORU

Voditelji začno tabor pripravljati že mnogo časa preden nastopi prvi dan tabora. Razdelijo si naloge in vsak sprejme odgovornost, da bo svoje dolžnosti dobro opravil. Pomembno je, da se voditelji lahko drug na drugega zanesejo, si pomagajo in se podpirajo.

Potrebno je poskrbeti za tehniko, opremo, kuhinjo, program, duhovnost, prvo pomoč, pravočasno obveščanje skavtov in staršev, ...

Odgovorni voditelj (četovodja, klanovodja) je tisti, ki je prevzel odgovornost za vse kar se dogaja na taboru.

1.2 VLOGA TABOREČIH NA TABORU

Skavt vestno opravlja svoje dolžnosti. Zato, da tabor lahko nemoteno poteka voditelji na taboru določijo dolžnosti kot so: kdo in kdaj bo stražil, kdo je zadolžen za jutranjo telovadbo, molitev, čiščenje določenih delov tabora, urejanje okolice, vodenje določenega programa za celo skupino, kdo in kdaj postavlja ogenj, kdo dviguje in spušča

zastavo, kdo pomaga v kuhinji. Te zadolžitve so potrebne samo na taboru in zato je priporočljivo, da na oglasni deski visi raspored za celotno taborjenje. Vsak izvidnik pa ima tudi svojo funkcijo (vodnik, podvodnik, kuhar, zastavonoša, tajnik, bolničar, ...) in na taboru je ta še bolj poudarjena.

Vodnik hodi vsakodnevno na vodniška srečanja, kjer se zmenijo za naslednji dan ali opravijo refleksijo, podvodnik aktivno pomaga pri vodenju voda, kuhar vedno poskrbi za sestavine za obroke in organizacijo kuhanja, zastavonoša ima vedno zastavico pred očmi in jo postavi na častno mesto ter skrbi, da je čista, gospodar poskrbi, da je orodje vedno na svojem mestu, skrbi za vodovo opremo, bolničar ima pri sebi nujno prvo pomoč oziroma stopi do voditelja v primeru, da se pripeti nesreča, tajnik poskrbi, da se zanimive stvari uvekovečijo, zapišejo. V vodu pa so včasih še funkcije zabavneža, duhovneža, blagajnik ... ki so prav tako častne in pomembne, da vod, četa, tabor diha v enem duhu.

Vsako delo je častno delo in opravimo ga kar najbolje. Če na taborjenju ugotovimo, da bi bilo potrebno še kaj narediti, sami prevzemimo pobudo in se v posvetu z voditeljem načrtno

lotimo dela.

Kako se lahko vod pripravlja na tabor?

Na vodovem srečanju zbiramo ideje, kaj bi radi zanimivega počeli na taborjenju, in jih predlagamo voditeljem. Pripravimo kakšno temo in jo vodimo za celo četo. Načrtujemo zabavni večer. Vodniki si lahko skupaj z voditelji ogledajo taborni prostor. Priskrbimo si vso potrebno opremo voda, ki jo bomo potrebovali za kuhanje. Lahko zbiramo razne materiale (odpadke, usnje ...), če jih bomo potrebovali med izvajanjem raznih iger. Tabor bo uspel le, če se bomo tudi sami za to potrudili. Ni vse na voditeljih, ampak je velik delež tudi na nas.

1.3 DAN NA TABORU

Tabor traja več dni, a ima nek ustaljen urnik znotraj katerega se zvrstijo različne dejavnosti.

Tako velja na taboru taborni red, ki ga določijo in potrdijo voditelji skupaj z izvidniki in ga je potrebno upoštevati ter spoštovati. V primeru neupoštevanja pravil se opravlja odkupnina, ki je vnaprej dogovorjena ali določena iz strani voditelja.

Vsako jutro na taboru se prične z budnico in nadaljuje s telovadbo ter molitvijo. Po tem, ko razgibamo svoje telo in se zahvalimo Bogu običajno sledi zajtrk. Nato pa je čas za pospravljanje šotorov in osebno higieno. Red in disciplina sta pomemben del osebnega napredovanja in življenja v skupnosti. Sledi uradni zbor, jutranji kvadrat v katerem vsi izvidniki oblečeni v skavtskih krojih, urejeni stojijo v skavtski drži. Po govoru četovodje imata 2 izvidnika čast dvigniti zastavo, saj sta si le to prisluzila v prejšnjem dnevu ali skozi celotni tabor. Ob dvigu stojimo v drži za pozdrav zastavam in slovesno zapojemo slovensko ter skavtsko himno. Po uradnem zboru sledi ocenjevanje šotorov (in vodovih kuhinj/kotičkov) nato pa sledijo različne dejavnosti po navodilu voditeljev. Dnevi na taboru so razgibani, polni različnih dejavnosti,

ki za izvidnika predstavljajo izziv in priložnost, da pokaže svoje znanje ter se kaj novega nauči. V času kosila in večerje se člani voda običajno zberejo v vodovi kuhinji, kjer si pripravijo kosilo, se družijo in zabavajo ali pa se zbere cela četa in skupaj obeduje. Ko se poletni dan prevesi v večer, ob mraku spustimo zastave. Ob pisku dva taboreča spuščata zastavo, ostali pa v skavtskem pozdravu stojimo mirno obrnjeni proti jamboru do drugega kratkega piska, ki naznani konec spusta zastav. Po večerji sledi zabavni večer, večerna igra, ... Večere na taboru običajno preživljamo ob ognju, ki ga na začetku večera postavljajo prižgejo. Ostali ta čas stoje v tišini počakamo, da plamen doseže vrh ognja in medtem razmislimo o dnevu, ki se je zgodil, pomislimo na vse kar smo se novega naučili, s kom vse smo se družili, kdo nam je polepšal dan, kje se še lahko izboljšamo ... ko plamen doseže vrh ognja, zapojemo pesem »Naj skavtski duh kraljuje« in večer se lahko prične. Na koncu dneva zmolimo večerno molitev, nato pa sledi priprava na spanje. Pričetek nočnega reda in miru naznani pisk tišine in ga prekine jutranja budnica. Od piska tišine pa vse do budnice v taboru velja popolna tišina, vsi smo v svojih spalnih vrečah in čas namenimo počitku. Dva izvidnika pa ob pisku tišine pričneta z nočno stražo, ki se izmenjuje na 2 uri. Nočna straža je namenjena straženju celotnega tabora pred morebitnimi nepripravi. Ker pa skavt rad uri svoje spretnosti in ima v sebi veliko pustolovskega duha med skavti poteka dogovorjena in z natančnimi pravili določena nočna igra – kraja zastave.

V času noči pa se lahko zgodi, da voditelji piskajo alarm. Skavt je vedno pripravljen! Zato se ne obotavlja in nemudoma skoči iz spalne vreče ter steče iz šotora (oz. ravna glede na dogovor, ki velja v četi v primeru alarma; npr. obleče kroj, spakira nahrbtnik ... itd.).

1.4 PISKI

Neuradni zbor –
Uradni zbor ---
Kuharji ...-
Vodniki .-.
Voditelji .-.

Pisk tišine: _____

Alarm: ~~~~~~

1.5 KAKO JE Z MOBITELOM NA TABORU?

Kadar se odpraviš na tabor pusti telefon doma ali pa ga dobro zapakiraj, ugasni in pospravi. Taborno vodstvo je več čas dosegljivo na določeni telefonski številki in ima telefon na vidnem mestu nekje blizu za nujne primere kadar je potrebno hitro ukrepati ali morda kličejo tvoji starši.

Telefonov in ostalih naprav ne uporabljamo, ker je tabor čas, ko lahko vzameš pot pod noge, opazuješ cvetlice, poslušаш ptičje petje in se družiš s prijatelji. Kadar pa zreš v svoj telefon ali poslušаш glasbo, se oddaljiš od ostalih skavtov in tvoje opazovanje ter občudovanje narave je izključeno.

Prav tako ti na taboru nič ne služi radio, MP4, tablični računalnik ...

Vsekakor pa zaželjeno, da s seboj vzameš fotoaparata s katerim lahko zabeležiš kakšen utrinek s prijatelji, slikaš živali, ki jo boste srečali na taboru.

1.6 OSEBNA OPREMA ZA TABOR

Kaj posameznik potrebuje za 10-dnevni tabor čete?

Skavtski kroj in ostala oblačila:

- rutka, opečno oranžna srajca, temno modre hlače
- klobuk ali kapa s »šildom« prot soncu
- 2 topla volnena puloverja + srajca ali pulover
- 5 kratkih hlač
- 7 kratkih majic
- spodnje perilo: 9 spodnjih hlač + 5 spodnjih majic
- trenirka, pižama ali dolga majica (za spanje)
- anorak ali vetrovka (veter)
- pelarina (dež)

- kopalke + 2 manjši in 1 večja brisača
- obutev: - 8 parov bombažnih nogavic - 3 pari volnenih nogavic - gojzarji, športni copati, sandali s trdimi nizkimi podplati - copati (za zimovanje)

Osebnoprva pomoč:

- 1 navaden in 1 elastičen povoj, 1 sterilizirana gaza, komplet obližev, sončna krema, Lekadol, varnostne zaponke, sredstvo proti komarjem (Autan, Off ...), nekaj proti srbenju (Synopen, Fenistil ...) • Če potrebujemo kakšna posebna zdravila, jih vzamemo s seboj.

Toaletni pribor:

- milo, zobna ščetka, zobna pasta, robci, toaletni papir, toaletni vložki (dekleta), škarjice ali ščipalka za nohte Šivalni pribor:
- šivanka, sukanec, škarje Pisalni pribor:
- skavtski zvezek, skavtska pesmarica, pisalo, ravnilo, barvice, lepilo, flumastri oz. vodene barvice
- vsaj vodniki naj imajo s seboj tudi Sveto pismo Oprema za spanje:
- spalna vreča, armafleks ali spalna podlaga Jedilni pribor:
- čutara z vsebino vsaj 1 l, pribor, posoda
- oprema vodove kuhinje (glej poglavje Prehrana)

Razno:

• žepna svetilka, skavtski nožiček, polivinilne vrečke, glasbeni inštrument, skavtska palica (1,5 m), zdravstvena izkaznica – kartica, kompas, en spominek kot zahvala za domačine, s katerimi se bomo srečali, Vredno si je zapomniti tudi dve preizkušeni pravili oblačenja, ki pravita: 1) da je topleje, če si nadenemo več tanjših oblačil, ker zračne plasti med njimi delujejo kot dober toplotni izolator; 2) da je v udobnejših ter ohlapnejših oblačilih več zraka in so zato toplejša.

-rezervne baterije za svetilko, vžigalice, milo za pranje perila, naslovi za pisanje kartic,

potni list, 2 klina za postavljanje bivaka, fotoaparata – vsaj nekdo iz skupine V so opremo, potrebno za taborjenje, spravimo v plastične vrečke (za primer dežja ali polite tekočine v nahrbtniku in zaradi samega reda).

1. 7 OSEBNA OPREMA ZA POTOVALNI TABOR

Poleg prej naštetega (v manjših količinah) je na potovalni tabor potrebno vzeti tudi:

- gorilnik, bombice – kartuše, vžigalice
- posodo (jedilni pribor, čutaro za vodo, posode za kuhanje)
- krpo za brisanje posode, gobico ter malo pralnega sredstva za pomivanje posode
- šotor ali šotorko, vrv
- Vsaka skupina vzame tudi stvari, ki jih potrebuje za svoje področje (zemljevid, vozovnice, denar, opise kulturnih in naravnih področij ...).

Ob koncu, ko imamo že vse pripravljeno, si še enkrat vse oglejmo in vzemimo stran, česar ne bomo res nujno potrebovali. Kakšen kos opreme si lahko deli več skavtov in ga s sabo vzame le eden od njih ali pa si jih razdelijo (fotoaparata, zobna pasta, posoda za kuhanje, gorilnik ...). Zapišimo si, da skavti neradi nosimo prepoln nahrbtnik stvari, ki jih ne potrebujemo.

2. POTEPI

2.1 KAJ JE IZHOD IN KAJ POTEPI?

Kaj je izhod in kaj potep v četi?

Izhod čete je posebna oblika srečanja čete, kjer se člani čete srečajo izven skavtskega prostora in se skupaj odpravijo v naravo za nekaj ur ali za cel dan. Program sloni na aktivnostih v naravi, veščinah skavtskega znanja, izživu, npr.: orientacija, bivakiranje čete, velika igra ...

Potep v četi je namenjen pozitivni ustaljenega ritma srečanj voda med letom ali tabornega programa. Na njem člani voda

sobivajo, se samostojno odločajo ter spoznavajo drug drugega in okolico. Z načrtovanjem in izvedbo postopa se izvidnik uri v ustvarjalno in odgovornosti. Pomembno vlogo imata na potepu vodnik in podvodnik, do izraza pa pridejo tudi vse ostale funkcije v vodu. Tako posameznik preizkuša svoje sposobnosti.

Poznamo **vodov potep**, ki ga vodi opraviljo med letom, ga sami načrtujejo in organizirajo (seveda jim je v pomoč lahko voditelj) in potep na taboru, ki ga običajno pripravijo voditelji, izvedejo pa vodi.

V nadaljevanju se bomo posvetili predvsem potepu, ki ga boš kot izvidnik ali popotnik verjetno na svoji skavtski poti tudi pripravljati ali soustvarjal.

Izhod je eno-, dvo- ali večdnevna dejavnost v naravi, sestavljena iz opravljene poti in določenega programa ter skupnega prenočevanja (razen pri enodnevem izhodu, kjer prenočevanja ni). Na izhodih IV preverijo do tedaj osvojeno znanje in veščine ter se hkrati preizkusijo v novih.

Potep je izhod manjše skupine s prenočitvijo na prostem in z določenim namenom. IV doživijo izkušnjo dogodivščine tako, da imajo daljši stik z okoljem. V tem času so na preizkušnji njihove sposobnosti.

Kaj pomenita izhod in potep v noviciatu in klanu?

Izhod je eno- ali večdnevna dejavnost skupine zunaj domačega kraja.

Potep je samostojna izkušnja poti, ki jo PP opravijo sami ali v manjših skupinah (2–3 člani). Navadno vključuje prenočevanje, ki ni vnaprej predvideno. Poteka lahko kot del potovalnega tabora ali kot samostojna dejavnost.

V čem je razlika med izhodom v četi in izhodom v noviciatu/klanu?

Izhod je izhod. Vsak izhod potrebuje pripravo, dobro izvedbo in na koncu tudi preverbo. Naj bo izvidniški ali popotniški. Zato prav velike razlike med izhodom v četi in klanu ni. Nekaj malega pa nam vseeno nakazuje imeni »izvidnik« in »popotnik«.

Izvidnik naj se na izhod poda, kot se vojak poda v izvidnico. Ogleduje si okolje, ga razišče, ga natančno opazuje. Kot v izvidnici tudi na izvidniškem izhodu ne manjka akcije in pustolovščin. In za te so izvidniki in vodnice odgovorni sami – pustolovščina ne pride sama od sebe. Potrebno jo je najti.

Tudi **popotniki** naj gredo na izhod svojemu imenu primerno. Ne kot turisti, temveč kot popotniki. Popotnik je oseba, ki si želi pristnih stikov z ljudmi, ki je kdaj pripravljena prevzeti kakšno služenje, ki vse, kar se ji zgodi, sprejema za dobro. Seveda pa tudi na popotniškem izhodu ne sme manjkati izvidniških elementov, torej raziskovanja, akcije in pustolovščine.

2.2 NA SPLOŠNO O POTEPU

Kdaj je potep res dober?

Nič ni boljši pokazatelj dobrega potepa kot to, da se skupina razume med seboj, da smo dobre volje, da je to, kar počnemo, vsem všeč, in predvsem, da se ga udeleži večina skavtov. Vsak izmed nas mora prispevati svoj delež, saj le tako postane aktivnost del nas vseh.

Poleg razpoloženja pa mora biti zagotovljena dobra hrana, ustrezen izbrana pot z zanimivimi dejavnostmi in ogledi. Bodimo pozorni na to, da preveč ne hitimo oz. da nismo prepočasni.

Poseben čar izhodu dajejo aktivnosti, ki so nekoliko nevsakdanje. Take aktivnosti lahko načrtujemo vnaprej ali pa se zgodijo sprti. Primeri tega so lahko: spanje na seniku, molža krav, kuhanje brez posode, spanje na prostem pri -10°C , izdelovanje kremenčkovega avtomobila, obmetavanje z vodnimi balončki, tekovanje v žaganju hlodov, obisk rudnika, izdelovanje kolišč in hiš na drevesu, priprava modne revije z oblekami iz odpadkov, plezanje ...

Kdaj na potep?

Vse to je odvisno od tega, za koliko časa želimo iti na potep. Najbolj primeren čas so gotovo počitnice (jesenske, novoletne, majske, letne, zimske), sicer pa konec tedna ali šole prosti dnevi (razni prazniki, ravnatelj dan

...).

Kako izbrati kraj potepa?

Na posvetu voda je navadno zelo veliko idej, kam bi šli na potep. Uskladimo jih in izberimo tisto, ki je vsem najbližja. Važno je, da vemo, kaj se bo na potepu počelo. Drugače pa ideje za kraj potepa lahko najdemo tudi v atlasih, raznih leksikonih poti (pešpoti, kolesarske steze, gorniške poti) in drugi literaturi, ki jo poiščemo v knjižnicah ali na internetu. Dober vir informacij so velikokrat tudi nasveti naših voditeljev, prijateljev, znancev ali pa soskavtov iz drugega voda.

Kako pripraviti pot?

Naredimo načrt potepa. Skupaj se odločimo, kaj si želimo na potepu ogledati oz. kaj ali koga želimo obiskati. To so lahko zanimivi ljudje ali kulturne, zgodovinske znamenitosti ali športni objekti ... Nato ne pozabimo upoštevati sposobnosti udeležencev (fizične in psihične), saj ne bi bilo prav, da bi kogarkoli precenjevali. Zraven vključimo tudi finančni načrt in pregledjemo, če je izhod res za vse cenovno sprejemljiv.

Šele ko se dogovorimo o zgornjih podatkih, načrtujemo naprej. Prenočišče si lahko zagotovimo že pred samim izhodom, lahko pa je to del programa in si ga naključno poiščemo. Možnosti so: spanje pod šotorom, v bivaku, v župnišču, pri znancih, na seniku, v planinski koči, v domu duhovnih vaj ...

Pomembno se je pozanimati, po kakšni poti bomo hodili oz. potovali. Asfalt je nekoliko neroden in za skavte zelo nezanimiv, gozdnih poti je veliko, vendar lahko hitro kam zaidemo, kolovozi in gorske steze pa so tiste poti, ki so najboljše možnost. Skavt naj bi bil bolj iznajdljiv, izkušen željan človek, ki si upa na pot podati tudi samo s pomočjo azimutov.

Človek najlažje hodi zjutraj, zato naj bo dolžina poti na začetku dneva najdaljša. Če je le možno, se izognimo močnim sončnim žarkom in si zagotovimo počitek v najhujši vročini. Povprečno prehodimo 4–5 km na uro in se v primeru klanca dvignemo za 400 m (skupina 300 m). Pri načrtu poti si lahko najbolje pomagamo z zelo natančnimi kartami merila 1 : 25.000 ali pa 1 : 50.000.



Kako potovati?

Večkrat se na pot odpravimo kar peš, vendar ne pozabimo, da lahko uporabimo tudi druga prevozna sredstva: kolo, kajak, konj, vlak, avtobus, kanu, kombinacije ... V primeru, da potujemo z nečim, kar je vedno z nami (kolo, kanu), se že vnaprej dogovorimo, kje jih bomo med potjo shranili. Če gremo na potep z javnimi prevoznimi sredstvi, se ne pozabimo pozanimati, kakšne so povezave.



Kako je s hrano na potepu?

Glede na dolžino potepa se odločimo, ali bomo jedli suho ali toplo hrano in ali jo bo vsak prinesel le zase ali jo bomo kupili skupaj. Dogovorimo se, kakšne količine hrane bomo vzeli s seboj. Če je hrana skupna, lahko vsak prinese nekaj stvari že od doma (krompir, domača marmelada, sol, sladkor, sadje ...). Skavtom je izziv, če si hrano pripravijo sami, bodisi na gorilnikih bodisi na odprtem ognju. Če hodimo ob poteh, kjer se nahajajo trgovine, lahko nekaj hrane kupimo tudi sproti. Že prej

se dogovorimo, kakšen bo naš jedilnik in kdo ga bo pripravil. (Glej poglavje Prehrana.)



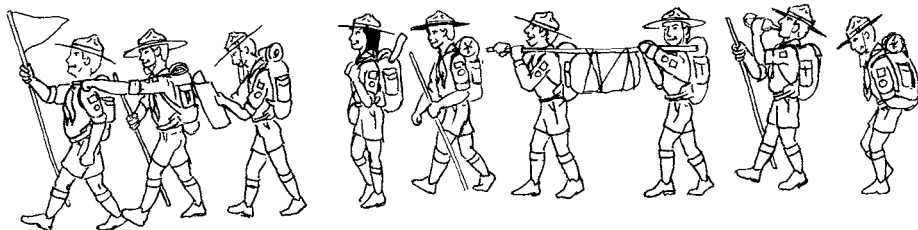
Kako in kdaj iskati prenočišča?

Če nimamo zagotavljenega prenočišča že preden se odpravimo, ga začnemo iskati najmanj eno uro pred nočjo. Pri iskanju se najprej pozanimamo, ali se v tej občini sploh lahko spi zunaj oz. izven naseljenih krajev. In ko najdemo dober prostor, se z lastniki dogovorimo glede uporabe le-tega ... Ob vsem moramo biti pozorni na prtljago, saj nikoli ne vemo, kdo nas lahko ponoči obišče. Prostora si ne iščimo v parkih ali Triglavskem narodnem parku, kjer je prepovedano šotorjenje, razen v redkih izjemah, kjer imamo posebno lastnikovo dovoljenje.

2.3 DOBER ČASOVNI NAČRT

V sami pripravi izhoda predvidevamo natančno dogajanje. Upoštevati moramo čas za obroke, počitek, različne prevoze ... Poleg vsega pa moramo dopustiti tudi časovne rezerve.

Prenatran časovni načrt lahko povzroči hitenje, od katerega nimamo nič. Ne vzamemo si časa za stvari, ki pridejo na poti in postanemo sužnji ure, za katero se nam zdi, da kar prehitro teče. Preveč razpuščen časovni načrt pa lahko naredi izhod dolgočasen. Dolgi odmori, v katerih človek nima kaj početi, so lahko prava muka.



Primer časovnega načrta z okvirnimi urami:

Dvodnevni izhod na planšarsko planino

1. DAN:

7:00 zberemo se na določenem mestu

7:10 molitev

7:20 odhod vlaka

9:15 prihod vlaka

9:30–11:30 hoja do planšarske koč

12:00–13:30 kuhanje kosila, pomivanje posode

14:00–15:30 ogled domače obrti (sirarna, molža), pogovor s pastirjem

16:00–18:30 ogled planšarske koč, ročne spretnosti (izdelovanje pastirskih palic, peka kruha, pastirske igre)

19:00 postavitve ognja in peka hrenovk

20:30–22:00 zabavni večer ob ognju

2. DAN:

7:00 vstajanje, molitev, telovadba, zajtrk

8:30–12:30 vzpon na bližnji hrib in vrnitev

12:45 kosilo

14:00 vrnitev v dolino

16:30 odhod vlaka

19:00 prihod domov

[obrazec za načrt potepa]

Imam dober načrt. Ali to pomeni, da bo gotovo vse uspelo?

Nikoli nimamo nekega zagotovila, da se v naš program ne bo »vrnilo« še kaj dodatnega. Lahko nas presenetijo vreme, poškodbe, zamude, obisk kakšnega mimoidočega, nepričakovane zanimivosti na poti ... Večkrat se zaradi takih stvari zgodi, da nam odpade kaj programa ali da nekaj veliko hitreje izvedemo, kot bi sicer. Takrat se najbolj pokaže vloga

vodnika, ki »ne sme zganjati panike«, temveč mora poskušati najti srednjo pot in se vsemu prilagoditi. Skupina pa nosi odgovornost, da vedno znova stopi skupaj in se odloči, kako naprej, da bo še vedno čimboljše izvedla izhod.



Kdo pripravi potep? Jaz sam?

Potep je pravi, če zanj vsak kaj naredi. Velik delež tega opravila vložimo že v samo pripravo, kjer je pomembno, da si znamo razdeliti posamezne naloge. Nekdo poskrbi za jedilnik in nakup hrane, drugi priskrbi ustrezno opremo (vrvi, šotore ...), tretji se dogovori za obisk kakšnega znanega človeka, četrty pregleda v literaturi, kaj bi si bilo vredno ogledati ... Nekatera dela so lahko obširnejša in sta zanje odgovorna po dva skavta. Nihče naj ne ostane brez zadolžitve.

2.4 TEMA IN RDEČA NIT POTEPA

Tema potepa je dejavnost, ki se ji bomo na potepu posvetili. To je na primer zgradbarstvo, gore, prva pomoč, srečevanje z običaji kraja, ogled ostankov soške fronte ...

Rdeča nit potepa pa je neka zgodba, oseba ali pripoved, ki se vleče skozi cel potep in nas

Primer načrta potepa/izhoda (narejen je za četo)

Načrt pred izhodom vodnik odda voditelju.

NAČRT POTEPA

Kraj: _____ Datum: _____
Kdaj začetek? _____ Kje se dobimo? _____
Kdaj konec? _____ Kje končamo? _____
Kako bomo tja prišli? _____
Kako bomo prišli nazaj? _____

PROGRAM: kaj bomo počeli, kdaj bomo počeli in kdo je za kakšno stvar zadolžen:

KDAJ?	KAJ?	KDO?
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Kaj bo vsak vzel s sabo?

Skupna oprema – kdo bo zanjo poskrbel?

Hrana (Kaj boste jedli, kdo bo kaj prinesel, vsak zase ali vsi skupaj ...):

Kaj, če bo deževalo?

Prenočišče?

Podpis vodnika: _____

Podpis voditelja: _____

na nek način spremlja.

Če si za temo potepa na primer zberemo gornišstvo, za rdečo nit lahko zberemo lik Jakoba Aljaža. Preberemo njegovo zgodbo, ogledamo si njegov kip, domačine povprašamo kaj o njem in podobno.

Program in časovni načrt potepa napišemo šele, ko že imamo v glavi temo in rdečo nit.

2.5 DUHOVNOST NA POTEPU

Na potepu ne smemo pozabiti tudi na duhovnost. Ta je lahko sestavljena iz duhovnih misli, molitev, katehez in/ali svete maše.

Duhovna misel je neko vodilo, geslo ali odlomek iz knjige. Najpogosteje je vzeta iz Sv. pisma, ali pa gre za kak citat znane osebe. Gre za kratko misel, ki nas nagovori ali spodbudi k razmišljanju o določeni temi. Pred ali po duhovni misli se lahko izvede tudi aktivnost, ki je vezana na tematiko duhovne misli.

Molitev naj bo sestavni del vsakega potepa. Gospodu, ki nam je dal prelepo naravo, se zahvalimo vsaj zjutraj in zvečer, seveda pa tudi pred in po jedi. Ko na poti hodimo mimo kapelice, se vsaj prekrizajmo, še lepše pa je, če zmolimo kratko molitev ali zapojemo kakšno pesem in si ogledamo, kateremu svetniku je posvečena.

Kateheza je daljši program, ki nam ga pripravi voditelj ali duhovni asistent. Ponavadi vključuje kakšno dejavnost, pogovor, svetopisemski odlomek, simbol in oznanilo.

Sveta maša je za mlade ljudi pogosto dolgočasno dogajanje. Pri skavtu pa naj ne bo tako. Sveta maša naj bo pogovor s prijateljem Jezusom, ki nam je podaril naravo, zabavne dogodivščine, prijatelje, prosti čas, hrano in še kaj. Pri maši pa se dogaja še veliko več! Kristjani verujemo, da je vsaka sveta maša ponovitev Jezusove zadnje večerje. Tako nam ni dal le narave in prijateljev, ampak celo sebe. Tudi ko nas ne mara nihče drug, lahko vemo, da nas ima rad tako dober človek, kot je Jezus!

2.6 PREVERBA POTEPA

Ob koncu potepa opravimo kratko **preverbo**. Zberemo se v krogu in skušamo odgovoriti na vprašanja:

- Kakšen se nam je zdel potep? Kako smo se na potepu počutili?
- Kaj je bilo dobro in kaj slabo?
- Kakšna je bila pot ali kraj, kjer smo bili?
- Kakšne so se nam zdele dejavnosti, ki smo jih opravljali?
- Smo imeli kaj stikov z ljudmi? Kako je bilo?
- Se je kdo na potepu še posebej izkazal?

Vsakemu dajmo priložnost, da spregovori. V skupini je pomembno mnenje prav vsakogar. Vrednotenje nam je lahko v veliko pomoč pri načrtovanju naslednjega izhoda.

Ni potrebno, da se vedno držimo vseh zgornjih vprašanj. Povejmo tiste stvari, ki so pomembne, potem pa le še preglejmo, če na katero od teh vprašanj nismo odgovorili. Sčasoma nam bodo zlezla pod kožo!

2.7 KORISTNE INFORMACIJE ZA POTEPE

Kdo nam lahko pomaga? Kljub temu, da že imamo dober načrt, ne pozabimo, da lahko vedno za kakršenkoli dodaten nasvet prosimo svoje voditelje, starše, prijatelje, učitelje ...

Oprema. Vso dodatno opremo, ki jo bomo vzeli s seboj, si lahko izposodimo v skavtskem skladišču, vendar je ob koncu ne pozabimo vrniti na svoje mesto.

Vreme. Predčasno se pozanimajmo, kakšno bo vreme. Te informacije lahko dobimo preko televizije, teleteksta, časopisov, interneta in v primeru, da napovedujejo zelo slabo vreme, lahko potep tudi skrajšamo oz. prestavimo. To ocenimo glede na skupino in program, ki ga bomo izvajali.

Gostje. Na potep lahko povabimo kakšnega gosta. Svojim staršem ne pozabimo razložiti natančnega načrta poti, saj jih bo tako manj skrbelo in nam bodo lažje zaupali.

Denar. Že na začetku skavtskega leta lahko uvedemo mesečno varčevanje za razne aktivnosti. S tem bomo razdelili stroške potepov na posamezne dele. Vedno

se pozanimajmo, če je možno uveljaviti tudi kakšen popust (vozovnice, razni ogledi ...).

Kje so pomembne ustanove? Pred dejavnostjo se pozanimajmo, kje je kakšna trgovina, zdravstveni dom, najbližja voda, najbližja telefonska govornica, saj nam v nepričakovanih trenutkih lahko to precej pomaga.



2.8 NEKAJ ZANIMIVIH DEJAVNOSTI (IDEJE ZA POTEPE)

- razni športi in športne igre
 - nočne igre, miselne igre, igre brez meja
- ...
- služenje (pomoč na kmetiji ...)
 - osvojimo kak vrh
 - enodnevni zimski izhod na bližnji hrib, kjer si naredimo igluje in v njih prespimo
 - izhod z orientacijo na različne načine (dopoldan po sledeh, popoldan s karto, nočna orientacija)
 - iskanje sledi v bližnjem gozdu in izdelava mavčnih ulitkov
 - izhod v neznano (Voditelji pripravijo program s pomočjo pomočnikov na služenju in razpošljejo skavtom vabila, kdaj in kje naj se zberejo. Skavti so med seboj pomešani v različne skupine in se na pot odpravijo v časovnem razmiku. Pot je lahko sestavljena iz dnevno-nočne orientacije, daljšega pohoda ...)
 - kros po bližnji okolici
 - športni turnir med vodi v različnih panogah
 - na izhod gremo skupaj z vodom iz neke druge čete
 - dva voda kreneta, začneta iz različnih



smeri in se morata ob točno določeni uri dobiti na enem mestu, kjer se nadaljuje program

- izdelava in preizkus manjše proge preživetja

- iz lesa in vrvi zgradimo različne objekte (piramide, kuhinjo ...)

- sajenje dreves

- sankanje z žaklji

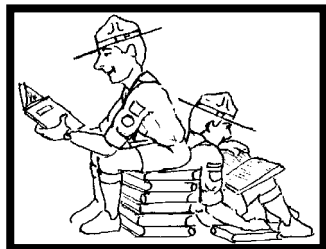
- nabiranje rastlin in izdelava herbarija

- iskanje skritega zaklada z različnimi nalogami na poti

- jutranje opazovanje živali z lovci

- nočno romanje

- nabiranje raznih zelišč, ki jih poznamo, iz njih si skuhamo skavtsko kosilo ...



Literatura

- Dvigni peruti: priročnik za skavtske voditeljice in voditelje. Ur. M. Cevc in A. Remškar. Ljubljana: ZSKSS, 2001.
- M. Černetič: Kaj moram znati za skavtski izpit. Ljubljana: Steg Ostrorogi Jelen, Brezovica 1, 1993.
- Priročnik za življenje v naravi. Ur. Četa Sove – Howki. Logatec: Steg Logatec 1, 2000.
- S. Kristan: V gore ...: izletništvo, pohodništvo, gornišтво. Radovljica: Didakta, 1993.
- J. Wiesman: The SAS Survival handbook. London: Collin Gem, 1993.
- US: Marine Corps. Military Mountaineering, 2000.



Skavtska oprema

1. OSEBNA OPREMA

Vsak skavt mora imeti na skavtskih aktivnostih nekaj osebne opreme, saj v nasprotnem primeru za neko delo lahko porabimo veliko več časa in naporov zaradi česar bomo počasnejši in zaradi večje utrujenosti tudi manj pozorni na morebitno nevarnost. Predvsem mlajši skavti navadno nimajo vse opreme, zato si jo lahko tudi izposodijo od starejših pred skavtsko aktivnostjo. Modro pa je, da ne tovorimo s seboj delov opreme, ki si jo lahko sami naredimo s pomočjo osnovne opreme – več, kot znamo, manj moramo nositi s seboj.



Delo z razmajanim in skrhanim orodjem je težko in nevarno, poleg tega pa je odraz slabega gospodarjenja.

1.1 Nož

Nož je med skavtsko opremo zagotovo najbolj uporaben pripomoček in bi ga gotovo vzeli s seboj na samotni otok. Z njim si lahko pripravimo malico, odrežemo in ošilimo palico za twist ali hrenovko, izdelamo obroček za rutico, odrežemo vrv, izdelamo kline za bivak, izrežljamo drog za zastavo, odpremo konzervo. Zaradi široke uporabnosti in ker se dobre nože danes dobi že za majhen denar, ima vsak skavt svoj nož, ki ga posodi le tistemu, ki mu res zaupa.

Kdo naj uporablja nož?

Najbolje je, da se varne uporabe noža naučimo čimprej. Tako se lahko že v veji VV naučimo pravilne uporabe noža, ko npr. s plastičnimi noži režemo mehkejšo sadje ali zelenjavo (banane, paradižnik ...). V starejših vejah pa ima lahko že vsak svoji starosti, sposobnostim in namenu primeren nož.

Za svoje aktivnosti skavti potrebujemo le manjši nabor različnega orodja, ki si ga lahko priskrbimo že za majhen denar. Vseeno pa si skavtskih aktivnosti ne moremo predstavljati popolnoma brez orodja. V tem poglavju bomo pregledali osebno orodje, ki ga mora imeti vsak skavt, ter tudi skupno orodje, za katerega poskrbijo voditelji in je že na voljo v vsakem stegu. Pomembno pa je, da tako za osebno kot za skupno opremo lepo skrbimo.

Izbira noža

Izbira noža je v veliki meri odvisna od vsakega posameznika, njegove starosti ter namena, za katerega bo nož uporabljal. Pazimo, da bosta teža in velikost primerna glede na moč in starost lastnika, ročaj naj bo anatomsko oblikovan in naj omogoča dober oprijem (naj ne bo ne predebel in ne pretanek). Najlažje bomo vzdrževali **rezilo iz nerjavečega jekla**. Paziti pa moramo, da ne bo pretanko. **V vsakem primeru je najbolj varen nož, dobro nabrušen nož.**

Na izbiro imamo **nože z nožnico in žepne nože** (»švicarje«). Če se odločimo za nož z nožnico, naj bo ta trda in neupogljiva. Imeti mora tudi varovalo, ki preprečuje izpad noža. noži z nožnico imajo lahko dve obliki rezila: a) rezilo z enojnim prelomom ali rezilo z dvojnimi prelomom (SLIKA). Pri slednjem rezilo kak milimeter ali dva pred koncem še enkrat spremeni kot. Za rezljanje lesa in splošno uporabo v naravi je boljši prvi. Tudi lažje se ga dobro nabrusi - je pa zanj potrebno bolj skrbeti, saj je manj odporen na zlorabo in zato ni primeren kot prvi nož v življenju skavta.



Žepni nožek je uporaben za vsakdanjo rabo. Je lahek, majhen, lahko ga spravimo v žep. Da ga ne izgubimo, ga privežemo na vrvico. Majhnost pa ima tudi slabosti. Večina žepnih nožev nima zapore rezila in le - to se nam lahko zapre na prste in nas grdo poreže. Prav tako nimajo branika pred ročajem in v mokrih razmerah nam ročaj lahko zdrsne in roka pristane na rezilu. Tudi vrvica se lahko kaj hitro zatakne, npr. za vejo in roka nam iz ročaja zopet lahko zdrsne na rezilo. Ko delamo z nožem, vrvico obvezno snemimo.

Za resno delo v gozdu je najboljši nepreklopen nož. Rezilo naj bo dolgo od 8 do 12 cm in trdo ter debelo cca 3 mm. Konicica naj ne bo pretanka. Pomembno je, da ima dober ročaj z nasadilom rezila po vsej dolžini in da ima dovolj velik branik.

Če izberemo žepni nož, je nujno, da ima **varovalo (vzmet)**, ki varuje pred samodejnim zapiranjem noža. Glede na želje in uporabo pri

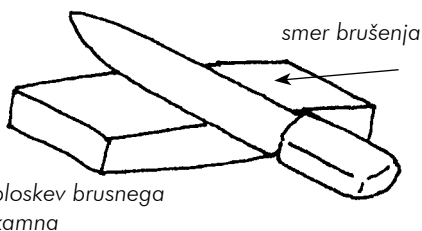
žepnih nožih lahko izbiramo tudi med noži, ki imajo različne dodatke (odpirač za konzerve, žagica, pila, izvijač, škarjice ...). Vendar pred nakupom dobro premislimo, saj preveč dodatkov lahko ovira osnovno uporabo noža!

Skrb za nož

Kot smo že omenili, je dobro nabrušen nož tudi varen nož. Tako je glavni del skrbi za nož brušenje noža. Ostala skrb za nož pa vsebuje le še skrb, da nož ni dalj časa vlažen in da je čim bolj čist.

Kako nabrusimo nož

Pri brušenju je zelo pomembno, ali ima nož rezilo z enojnim ali dvojnimi prelomom, saj ga je potrebno brusiti pod istim kotom, kot je že nabrušeno. Za brušenje rezila z dvojnimi prelomom (večina nožev) lahko uporabimo vsak brus, rezilo z enojnim prelomom pa nabrusimo tako, da rezilo noža položimo s celo ploskvijo na dobro omočen brusni kamen in nato nož previdno zvrnemo proti ostremu delu da začutimo, da je oster del vzporeden z brusnim kamnom in ga nato vodimo po mokrem brusnem kamnu kot kaže spodnja slika. Pazimo, da bo kot med nožem in brusno ploskvijo ves čas enak.



Ko odstranimo tudi iglo (to je čisto droben, neutrjen ostanek jekla prav na kocu rezila, ki nastane po piljenju ali brušenju), ga še nekajkrat potegnemo po usnjenem jermenu ali pasu, s čimer rezilo zgladimo, ga očistimo drobnih kovinskih delcev in mu podaljšamo obstojnost.

1.2 Preklopna žaga

Drugo najpomembnejše orodje v rokah skavta je žaga. Obstaja več vrst žag, med katerimi so nekatere namenjene skupni uporabi, ki jih bomo opisali kasneje, in druge namenjene osebni uporabi. Med slednjimi so najbolj uporabne preklopne žage. Preklopne žage so različnih velikosti, med katerimi je najbolj uporabna žaga z okoli 20 cm dolgim rezilom – večje so nerodne za opasanje, manjše pa imajo preveliko omejitev pri debelini lesa, ki ga lahko prežagamo. Preklopne žage so narejene tako, da žagajo le pri potegu, zato nikar ne trošimo energije za močan potisk. Preklopna žaga naj bo za pasom poleg noža in tako vedno z nami.

1.3 Set za netenje

Skavt mora imeti vedno pri sebi set za netenje ognja, pa naj bodo to vžigalice, kresilo, kremen in železo ali set za netenje z lokom in svedom. Paziti pa moramo, da je set vedno suh – z vlažnimi vžigalicami si bomo težko pomagali.

1.4 Oblačila

Za gibanje v naravi so najprimernejša odporna in trdoživa oblačila. Oblačimo se po sistemu čebulnega oblačenja – to pomeni, da imamo na sebi več slojev oblačil, ki jih lahko po potrebi oblačimo ali slačimo. Pri čebulnem načinu oblačenja velja zakonitost, da več tanjših oblačil greje bolj kot ena sama debela obleka. Razlog za to tiči v zraku, ki je ujet med oblačili. Če nam postane prevroče, enostavno odstranimo eno plast oblačila, ali odpremo ventilacijske zadržge. Tako omogočimo hladnemu zraku prodor do telesa. Ta princip velja tako za vroče kot hladne vremenske razmere.

Skavt ne loči dobrega in slabega vremena, ampak le dobro in slabo opremo.



Oblačila ločimo na naslednje plasti:

- **JEDRNI SLOJ** je prvi sloj neposredno na koži. Oblačila tega sloja naj bodo taka, da dobro dihajo in dobro odvajajo znoj proč od kože. Predstavnika teh sta »švic majica« ali navadna bombažna majica.
- **TOPLOTNI SLOJ** je namenjen temu, da nas greje. Glede na razmere je to lahko en kos oblačil, po zimi pa jih je navadno več (majica, tanek pulover, debel volnen pulover ali »flis«). Ker prejšnji, jedrni sloj, od sebe vlago oddaja jo toplotni sprejema, zato je dobro da imamo predvsem rezervo za kos direktno na jedrnem sloju – da ga zamenjamo s suhim, ko je premočen.
- **ZUNANJI SLOJ** nas varuje pred zunanjimi dejavniki/vplivi (veter, dež, sneg,...) Delimo ga na vodoodbojna oblačila (soft shell) ta oblačila nas ščitijo proti vetru in rahlemu pršenju, ni pa primeren za dež. Med ta oblačila spada recimo "windstopper". Druga skupina zunanjšega sloja predstavljajo vodonepropustna oblačila (hard shell), kot že samo ime pove, vode ne prepuščajo. Taka je na primer pelerina iz plastike.



V dežju je dobro da si glavo zaščitimo pred dežnimi kapljami. Zmočene lase si je težko osušiti, še bolj pomembno pa je, da nam na glavo padajoče kapljice malo po malo zmanjšujejo moralo in razsodnost. Ko imamo oblečeno pelerino lahko uporabimo njeno kapuco, še bolje pa je, če s seboj vedno nosimo skavtski (= nepremočljivi) klobuk iz klobučevine ali usnja. Tako nam kapuca ne bo omejevala vidnega polja, pa še slišali se bomo med seboj!

Pri aktivnostih, na katerih bomo prespali nujno potrebujemo s seboj čist in suh set oblačil, v katere se bomo preoblekli zvečer pred spanjem ali ko nas bo zeblo. Naslednji dan pa spet v mokre/umazane, čiste in suhe pa skrbno v nahrbtnik.

1.5 Gojzarji

A je to zdej kul združeno - obutev pa te zadeve???

Obutev

Čevlji so eden izmed najpomembnejših delov skavtove opreme. Večkrat so nas že spravili v slabo voljo, ko smo ugotovili, da nas žulijo ali da imamo gladke, zlizane podplate.

Pri hoji je pomembno, da imamo čevlje, ki se oprimejo gležnjev in varujejo nogo pred zvini in kamenjem ter imajo čvrst podplat z dobro ohranjeno rebrasto gumo. Vedno si jih trdno zavežimo, da nam ne opletajo na nogah. Čevlji morajo biti udobni, nepremočljivi in varni. Pri nakupu jih obvezno pomerimo z debelimi nogavicami. Novih čevljev nikar takoj ne obujmo za daljši izhod, saj jih moramo najprej znositi, da se dobro prilagodijo nogi.

Čevlje si lahko tudi sposodimo, vendar z njimi ravnamo enako kakor z novimi čevlji.

Večkrat jih skrbno očistimo in po potrebi tudi impregniramo - ponovno naredimo neprepustne za vodo (s kremo in razpršili proti vodi).

Vrste obuval

- Sandali z močno, lahko profilirano gumo

in robustnimi pasovi, zadnje čase zelo priljubljeni zaradi svoje vsestranske uporabnosti v poletnih mesecih. Primerni so tako za vsakdanje aktivnosti, krajše pohode kot tudi oz. predvsem za vodne aktivnosti.

- Lahki pohodni čevlji, ki so v bistvu ojačani športni copati (superge). Lahko segajo tudi nad gležnje. Podplat je vedno močno profiliran, zgornji del je iz kordure ali usnja (tudi umetnega). Uporabni so za daljše pohode, tudi večdnevne, po nezahtevnem terenu.
- Težki pohodni čevlji – gojzarji so glede na izvedbo primerni za hojo po najtežjem terenu. Nekateri imajo vgrajene tudi nastavke za dereze in so primerni za zimske vzpone. Vedno segajo precej nad gleženj. Navadno so usnjeni, z notranjim vložkom iz Gore-texa, podplat je iz močne narebrane gume (Vibram). Zaradi velike izpostavljenosti obrabi naj imajo predvsem na sprednjem delu kar najmanj šivov, saj ti najprej popustijo.
- Nizki pohodni čevlji nam omogočajo laagodnejšo, prijetnejšo hojo predvsem na suhih, nezahtevnih terenih, če seveda nimamo težav z gležnji in obvladamo hojo po vsaki podlagi. Visoki gojzarji pa so težji, korak v njih je okornejši, a dajejo veliko boljšo oporo in zaščito, predvsem v gležnju. Gležnja sta med hojo in večino drugih aktivnosti v naravi najbolj izpostavljeni sklepa, saj nosita težo vsega telesa.
- Visoki čevlji so skoraj nujni pri resnejšem pohodništvu in gorništvu. Najpomembnejše lastnosti pohodnega čevlja so udobje, razumna teža, zaščita pred mehanskimi in drugimi vplivi okolja, dober oprijem stopala v čevlju in podplata na podlagi. Nasvete znancev pred nakupom jemlji z rezervno. Model čevlja, ki je za nekoga odličen, ni nujno najboljši tudi za nas.

Človeška stopala so različno oblikovana, zato se pri nakupu bolj kot na dobronamerne prijateljske nasvete zanašaj na lasten občutek. Splošno uporaben nasvet glede dolžine

pohodnega čevlja je, da ga pomerjamo v drugi polovici dneva, ko se stopalo zaradi zastoja telesnih tekočin nekoliko poveča. Pomerjamo v nogavicah, ki jih bomo uporabljali na turah. Ko stopalo v čevlju porinemo naprej, naj bo na peti prostora največ za debelino kazalca. Če nas že v trgovini kaj tišči ali žuli, nas bo med resno uporabo še bolj.

Nogavice

Pri izbiri nogavic upoštevajmo razmere na izhodu, taboru. Pomembno je, da nimajo debelih šivov, še posebno ne na tistih mestih, ki so najbolj izpostavljeni pritiskanju in trenju (na peti, na zunanji strani palca ali mezinca). Ne nosimo pretesnih, premajhnih, prevelikih ali slabo zakrpanih nogavic, saj bomo lahko tudi zaradi njih dobili žulje.

Pri hoji na izhodih ali v gore je priporočljivo, da obujemo dva para nogavic: najprej mehke kratke, nato pa debelejše dokolenke oz. nadkolenke. Pozimi lahko namesto kratkih nogavic oblečemo hlačne nogavice (žabe). Zelo dobre so bombažne ali tkane volnene nogavice. Bombaž sicer dobro vpija vlago, vendar je hladen, zato se pozimi izogibajmo bombažnih nogavic. Priporočljiva za ta letni čas je volna, ker ima to lastnost, da je tudi mokra še vedno topla.

Če se noge zelo znojijo, je dobro, da tudi na krajše izhode vzamemo s seboj rezervne nogavice.

Pred nakupom pohodnih čevljev se moramo vprašati o namenu njihove uporabe. Jih bomo uporabljali na skavtskih dogodkih, v vsakdanji mestni hoji, v visokogorju? Dilemo pred nakupom pohodnih čevljev naj bi rešili že pred obiskom trgovine.

1.6 Rokavice

Vsak skavt mora pri sebi vsak trenutek imeti par usnjenih rokavic. Z njimi si zaščiti roke pred poškodbami ob delu, poleg tega lahko z usnjenimi rokavicami za par trenutkov primemo nekatere vroče stvari (držalo kotlička, vročo zajemalko itd).

1.7 Nahrbtnik

Pred dejavnostjo, na katero gremo, izberemo primeren nahrbtnik. Vsak dober nahrbtnik mora biti: funkcionalen, udoben, prilagodljiv, robusten, trden. Pomembno je, da poznamo vse funkcije nahrbtnika, saj ga bomo le tako lahko maksimalno izkoristili (vsak trakec, vsaka vrstica imata točno določeno funkcijo).

Nahrbtnik izberemo glede na aktivnost in dolžino poti. Izbira prostornine je v največji meri odvisna od dolžine poti in aktivnosti povezane z našo potjo (enodnevna tura: do 30l; večdnevna tura: 50 - 70l).

Pri zlaganju v nahrbtnik v največji meri pazimo na razporeditev teže in lahki dostopnosti nujne opreme. Najtežje stvari zložimo v predel hrbtišča, lažje stvari pa v zgornji, spodnji in stranski del nahrbtnika. Teža naj bo razporejena enakomerno, da nas med hojo ne vleče v eno ali drugo stran.

Funkcionalnost:

- hrbtišče nahrbtnika mora biti dovolj trdno (nahrbtnik mora kljub temu, da je prazen v hrbtišču, obdržati togo obliko)
- naramnice in bočna oprt naj bodo široke, trdne in mehke, naj se tesno prilagajo telesu, a vseeno omogočajo rokam prosto gibanje
- skavti (v nasprotju z denimo alpinisti) potrebujemo čim bolj razgiban nahrbtnik (veliko žepov in trakcev, da lahko nanj privežemo vso opremo: šotorke, kotliček, armafleks...)
- priporočljiva je dodatna vreča, ki jo damo čez nahrbtnik v primeru dežja (nepremočljiv nahrbtnik je zaenkrat še mit)

Vsekakor pa si vsebino nahrbtnika zložimo v vrečke preden jih damo v nahrbtnik. Če se nam zmoči bomo še vedno imeli suha oblačila.

1.8 Spalna Vreča

Spalne vreče grejejo z ustvarjenjem in zadrževanjem zračne plasti okrog telesa. Ta plast, ki jo ogrejemo sami s svojo telesno toploto, ustvarja oviro med nami in hladnejšim okoljem. Ko ležimo, s težo telesa stisnemo izolacijsko plast spalne vreče, zato je potrebna dobra podloga.

Temperaturna vrednost

Pred nakupom spalne vreče najprej razmislimo, v kakšnih razmerah jo bomo uporabljali. Temperaturna vrednost "comfort" mora ustrezati najnižji nočni temperaturi, pri kateri nameravamo spati (lahko dodamo še kakšno varnostno stopinjo navzdol). Oznaka »comfort« podaja podatek o skrajni temperaturi, ko je spanje za večino še udobno. Ekstremna vrednost pomeni skrajno temperaturo, ko še ne pride do podhladitve. Maksimalna pa, ko nam postane prevroče. Večina novejših spalnih vreč ima podane štiri temperature, srednji dve označujeta temperaturo udobja za ženskega oz. moškega uporabnika - ženske temperature so ponavadi za nekaj stopinj manjše. Vendar pozor, označevanje ni popolnoma zanesljivo, saj za proizvodnjo splanih vreč ni poenotenih standardov, zato vsak proizvajalec sam določi temperaturne vrednosti svojega izdelka.

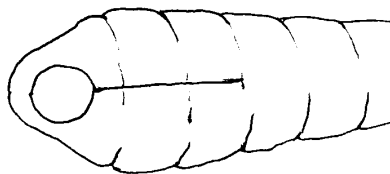
Ne vem, če bo moja spalna vreča zdržala temperaturo, v kateri hočem spati! V primeru, da imamo slabšo spalno vrečo in želimo spati pri nižjih temperaturah uporabimo način čebulnega ohranjanja toplote - v eno spalno vrečo damo še eno. S tem smo med spalne vreče ujeli nekaj zraka, ki nas bo dodatno izoliral.

Puh ali sintetika?

Spalne vreče delimo na puhaste in sintetične. Spalne vreče s puhastim polnjenjem so lažje (pri isti teži so bolj tople), se tudi bolj stisnejo in so bolj trajne, a v zameno potrebujejo dobro nego. Sintetične vreče grejejo tudi mokre, se hitreje sušijo in lažje očistijo. Glede na razmerje med ceno in uporabnostjo so vreče s sintetičnimi vlakni zelo priljubljene. Te

se izboljšujejo z vsakim novim modelom in so zagotovo prva izbira, ko je pomembna cena ali uporaba v vlagi, zato so za skavtsko populacijo bolj primerne kot puhaste.

Spalna vreča bo hvaležna dobremu lastniku. Po uporabi jo je potrebno prezračiti in raztegniti, v primeru čiščenja pa je potrebno slediti navodilom proizvajalca. Sintetične spalne vreče se lahko perejo strojno pri 40°C, puhaste pa je najbolje nesti v čistilni servis s primerno licenco. Potrebno je zavedanje, da kljub dobri skrbi v primeru pogoste rabe spalna vreča sčasoma izgublja svoje izolativne lastnosti.



1.9 Ležalna podloga


Poznamo več vrst podlog, ki se med seboj razlikujejo predvsem po namembnosti: bombažne, napihljive, samonapihljive, armafleks... Ker smo skavti specifični uporabniki opreme, je za naše dejavnosti najbolj primeren armafleks, saj je ob cenovni dostopnosti maloobčutljiv na umazanijo in poškodbe, njegov edini resni sovražnik je taborni ogenj. Poleg dobre izolativnosti pred mrazom in vlago podloge skrbijo tudi za spalno udobje.

1.10 Ostala oprema vsakega skavta

- svetilka
- kompas
- posoda za hrano (menažka) in pribor

2. SKUPNA OPREMA

Z osebno opremo navadno ravnamo spoštljivo in previdno, kar pa pri skupni opremi radi pozabimo. Ključni pri uporabi skupnega orodja sta dve dejstvi – da boš lahko ti naslednji, ki bo orodje uporabljal in da bo imel voditelj ob nemarni uporabi skupnega orodja poleg dela s tabo še delo s popraviljanjem orodja. Zatorej pamet v roke in pazljivo in skrbno uporabljaj skupno opremo!

 Opremo, ki smo jo uporabljali na taboru, sem pospravil. Zdaj imam pa eno leto mir pred njo. – Ne še. Ne pozabi, kaj moraš še storiti:

- Popravi kline za šotore ali jih zamenjaj z novimi.
- Poskrbi za popravilo ali zamenjavo strganih šotorskih platen, šotorok, polivinilnih podlog ipd.
- Nabrusi in nasadi sekire, krampe in ostalo orodje.
- Preveri gorilnike in plinske svetilke, da iz njih ne uhaja plin.
- Popravi ali odstrani ostalo poškodovano opremo.

2.1 Skladišče

Ureditev skladišča je zelo pomembna, dober gospodar v njem pa izredno olajša priprave na tabor in njegovo izvedbo. S skrbnim gospodarjenjem in vzdrževanjem opreme nam lahko prihrani veliko denarja. Gospodar mora sodelovati s skavti, jim pomagati pri izposoji in jih opozarjati na pravilno uporabo opreme.

Brez skladiščne knjige si urejenega poslovanja ne moremo zamisliti. Vanjo vpisujemo posamezne kose opreme in beležimo izposojanje. Tako imamo vedno pregled nad tem, kje so določeni deli opreme. Skladiščno knjigo naj gospodar preko leta večkrat pregleda in preveri, kako poteka poslovanje in ali skavti izposojeno opremo vračajo v skladišče.

Skladišče uredimo čimprej po vrnitvi z letnih taborov. Pri tem opravimo tudi popis opreme in ugotovimo, kakšno je njeno stanje in število. V skladišču velikokrat dobijo zatočišče deli osebne opreme (oblačila, kuhinjska

oprema ...), ki so jo skavti pozabili na taboru. Če ne najdemo lastnika, čimprej presodimo, ali jih bomo še potrebovali.

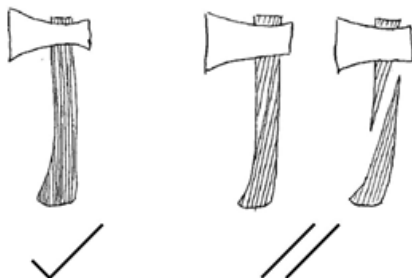
2.2 Sekira

Sekira je prav tako kot nož pripomoček, ki je na vsaki večdnevni skavtski aktivnosti skorajda nepogrešljiv. Velja pa opozoriti, da se je (tudi na skavtskih aktivnostih) zgodilo že nič koliko nesreč zaradi napačne uporabe sekire. Zaradi tega se je potrebno naučiti pravilno uporabljati sekiro, še preden jo prvič resno potrebujemo!

To se bomo naučili v naslednjem poglavju - Varnost pri delu.

Kakšno sekiro kupiti?

Najbolje je, da kupimo sekiro na lesenem ročaju – leseni ročaj diha, zdrži nizke in visoke temperature, je prijeten za držati in ga lahko zamenjamo, če se obrabi. Bodimo pazljivi, da lesen ročaj ni polakiran, saj s tem ne diha več in nam lažje zdrсне iz roke. Če kupimo polakiran ročaj, ga lahko doma pobrusimo in s tem odstranimo lak. Glavno pri izbiri sekire z lesenim ročajem je, da lahko sledimo letnicam od začetka ročaja do konca ročaja – da ni narejena »čez les« (slika). Ob nakupu si tako vzemimo čas in dobro pregledjmo vse sekire v trgovini, da izberemo najboljšo. V kolikor so vsi ročaji narejeni čez les, zamenjajmo trgovino.



Kako skrbimo za sekiro

Kot smo že spoznali pri nožih, naj bo tudi rezilo sekire dobro nabrušeno. Poskrbeti moramo, da takšno tudi ostane (zelo koristno je, če si iz usnja ali gume izdelamo zaščito za rezilo sekire). Večina sekir v trgovini nima

ostrega rezila, zato moramo novo sekiro pred prvo uporabo dobro nabrusiti. Poleg tega je dobro, da z ročaja odbrusimo morebiten lak in tako lesen kot kovinski del premažemo z lanenim oljem, pustimo par minut da se olje vpije v les in s suho krpo obrišemo ostanek olja. To ponovimo po vsaki daljši uporabi.

Nikoli ne sekajmo korenin ali vej na golih tleh, saj pri tem, ko s sekiro tolčemo po zemlji in kamnih, krhavo rezilo. Vedno si moramo, še preden začnemo sekati, podložiti hlod ali štor, da ne tolčemo s sekiro po tleh. Sekire tudi nikoli ne puščajmo ležati na tleh, saj je to lahko vzrok hude nesreče. Vedno jo pospravimo na za to dogovorjeno mesto, na katerem bo pod streho in dvignjena od tal.

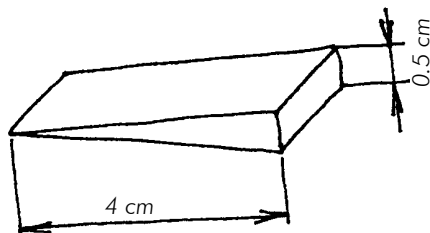
Sekire nikoli ne mečimo, še posebno ne v rastoča drevesa. Rezultat tega je **skrhana sekira**, zlomljen ročaj in poškodovano drevo, da ne omenjamo poškodb ljudi, ki se pri tem lahko zgodijo.

Če se nam zgodi, da se nam sekira razsadi in nimamo druge izbire (smo na taboru), jo namočimo v vodo, vendar se moramo zavedati, da s tem ročaju škodujemo in bomo ko bomo imeli možnost morali zamenjati ročaj.

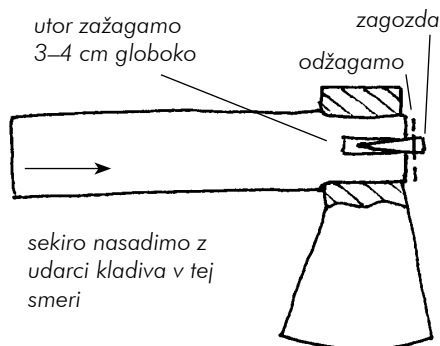
Kako nasadimo sekiro?

Pri nakupu ročaja smo lahko še bolj izbirični glede njegove kvalitete – predvsem tega kako potekajo letnice. Kupimo le ročaj, ki ni narejen čez les, saj smo najverjetneje prisiljeni v menjavo ročaja, ker na to nismo bili pozorni pri nakupu sekire. A sekire ne nasajamo takoj po nakupu ročaja. Ročaj shranimo v kurilnici (ali drugemu toplemu in suhemu prostoru) vsaj 3 mesece, da se popolnoma posuši in šele po tem shranjevanju sekiro močno nasadimo na ročaj.

Toporišče (ročaj) čimbolj prilagodimo luknji z oblanjem ali brušenjem. Vanj s konca z drugo sekiro zacepimo 3 cm globok utor po dolgi osi in pravokotno nanj še po kratki osi. Pripravimo si zagozde, z obliko kot je na sliki. Za zagozde uporabljamo trd les, najbolje jesenov ali bukov. Lepljenje ne pomaga prav veliko in tudi pri nakupu sekire glejmo, da je sekira nasajena z zagozdo ne pa zalita z umetno maso.



TOLE SLIKO NA NOVO ZRISAT



Sekiro nasadimo z udarci kladiva po ročaju z nasprotne strani. Nato v oba utora zabijemo zagozdi, ki ju po potrebi odžagamo, vendar ne prav do konca. Pustimo še nekaj prostora za morebitno kasnejše zabijanje, če se sekira razmaje.

In kako jo nabrusimo?


Najlažje je brušenje zmanjšati s skrbno uporabo, saj bo sekira manj poškodovana. **NA Spodnji s LIKI IZBRISI KRÍŽEC.**

Sekiro naostrimo s pilo, ki mora biti primerna za piljenje kaljenega jekla. Dobre sekire (večinoma osebne sekire) brusimo samo z brusnim kamnom. Brušenje na ročnem brusilnem stroju je manj primerno zaradi nezadostnega hlajenja. Jeklo se v tem primeru preveč segreje in izgubi trdoto, ki je bila dosežena s kaljenjem. Med brušenjem ves čas skrbimo, da spreminjamo tako kot pod katerim brusimo (zaradi oblike rezila), kot tudi del rezila, ki ga brusimo (ker je rezilo zaobljeno), torej precej drugače, kot brusimo nož. Iglo odstranimo z brusnim kamnom. S tem dosežemo zaobljeno rezilo (slika), ki je ostro in dobro drži ostrino.



2.3 Žaga

Žaga je precej bolj varno orodje, kot sekira, zato se na skavtskih aktivnostih trudimo, da čim več opravimo z žago in le česar ne moremo z žago, naredimo s sekiro. Najpogostejše žage za skupno uporabo so žage lokarice. Ključno pri tej žagi je, da dobro zategnemo vijak s katerim je pritrjena (navadno se zateguje kar brez orodja) ter da poskrbimo za varovalo – s tem bomo zaščitili tako žago kot tudi sebe. Vedno pazimo, da žaga ni izpostavljena vlagi, saj je njen list zelo občutljiv na rjavenje. Če žage dlje časa ne uporabljamo, jo obrišemo z naoljeno krpo, da ne rjavi. V kolikor čutimo, da je žagin list (del z zobmi) skrhan ali uničen ga zamenjajmo – nov list nam bo vrnil voljo do žaganja!



Če smo na taboru in se nam zdi, da žaga slabo žaga lahko nekoliko izboljšamo njeno učinkovitost tako, da s klešči malenkost razmaknemo zobe – enega v eno in drugega v drugo smer. Pri tem moramo biti pozorni, da so gladki deli zob na zunanji strani, nabrušeni deli zob pa na notranji strani. S tem bo rez širši, list pa se ne bo tako zatikal v rezu.

2.4 Šotori in šotorska krila

Obstaja mnogo vrst šotorov, skavti pa najpogosteje uporabljamo naslednje:

Šotorska krila uporabljamo predvsem na potovalnih taborih in na potepih, kjer je vse treba nositi s seboj, saj so razmeroma lahke. Vsak skavt nosi v nahrbtniku le en kos, vse kose pa potem sestavimo v poljubno velik bivak. Več o bivakiranju je opisano v poglavju Bivakiranje.

Šotori **jamboree** so najbolj značilni za skavtski tabor. Imajo dvojno streho in nepremočljivo dno. V njih lahko udobno biva do 8 oseb, dovolj pa je tudi dodatnega prostora za osebno prtljago. Seveda so občutno težji od šotorskih kril.

Vojaški šotori imajo samo enojno streho iz močnega platna in so brez dna. Manjše, imejemo jih tudi **štabni** šotori, največkrat

uprabljamo za skladišče ali kuhinjo, večje **členarje** pa lahko med seboj povežemo in tako dobimo poljubno velikost šotora.

Vzdrževanje šotorov in šotorskih kril

Platno lahko shranimo, ko je popolnoma suho. Če moramo šotor ali bivak podreti takrat, ko je moker, naj ne bo zvito več kot 24 ur.



Če šotor jamboree podiramo v vlažnem vremenu, lahko najprej podremo notranji del šotora, ga suhega zložimo in šele nato pospravimo moker zunanji del šotora. To nam prihrani sušenje - a vseeno notranji del pred skladiščenjem dodatno posušimo - še vedno je tudi ta del malce vlažen.

Platno, ki ostane mokro in zvito, namreč začne plesniti in propadati. Čimprej ga moramo razprosteti in posušiti na zraku pri sobni temperaturi. Pazimo, da se presušijo tudi robovi, ki ostanejo vlažni dlje časa. Pri pospravljanju naj bodo zadržge zapete. Šotora za hranjenje čez zimo ne stlačimo v vrečo premočno. Položimo ga na čimbolj zračno mesto, nikar pa ne na betonska tla, kjer je lahko vlažno.

Stanje šotorov in šotork preverimo že na taboru, ko so razpeti. Popišimo in označimo vse morebitne poškodbe. Večje poškodbe platna – raztrgane šive, luknje v platnu in podobno – naj popravijo ljudje, ki se ukvarjajo s popravilom šotorov, manjše luknje pa lahko zalepimo tudi sami.

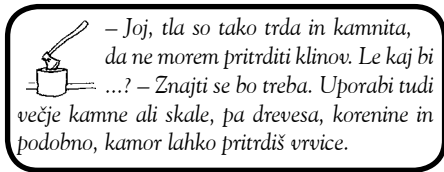
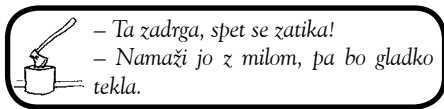


Pri nakupu vsake opreme imejmo s seboj skavtsko izkaznico in vsakič vprašajmo prodajalca, če dobimo z njo kaj popusta, ki ga nudi marsikatera trgovina.

Postopek lepljenja

Če nimamo ustrezne krpe, jo pojdimo iskat k tapetniku. Najboljša so posebna tekstilna lepila, lahko pa uporabimo tudi univerzalno

lepilo Neostik. Oba dela temeljito očistimo in osušimo. Premažemo ju z lepilom in pustimo, da se popolnoma posuši. Nato ju namažemo še enkrat in ko je lepilo že skoraj suho (rečemo, da lepilo »pika«), ju s pritiskom spojimo. Dobro je, če raztrgano platno lepimo z obeh strani. Opisani postopek je primeren tudi za lepljenje šotorskega dna. Vedeti pa moramo, da je šivanje zanesljivejše od lepljenja, le da ni vedotesno. Če na koncu prilepimo še krpo preko šiva, pa lahko odpravimo tudi to pomanjkljivost.



Pri **nakupu** pazimo, da ima šotor lepljene šive, kar pomeni, da je čez šiv nalepljen trak. S tem preprečimo, da bi voda skozi luknjice šiva pronicala skozi platno. Pomembno je, da so šotori ali šotorska platna iz močnejšega in kakovostnega platna - šotori za stalne tabore so lahko težji, šotorsko platno pa tako vsak skavt nosi le eno.

Poškodb **kovinskega ogrodja** velikokrat ne moremo odpraviti sami. Pomoč lahko poiščemo v servisih, ki se ukvarjajo s popravilom taborne opreme.

Kline takoj po uporabi očistimo zemlje. V vrečki, kjer jih shranjujemo, naj bo tudi krpa za čiščenje klinov, vendar pazimo, da je ne shranimo vlažne skupaj s šotorom. Zvite, skrivljene in poškodovane kline shranimo posebej, da jih bomo ponovno usposobili. Klini, izdelani iz pločevine, se pogosto skrivijo, vendar jih ponavadi v primežu in s pomočjo kladiva lahko brez težav popravimo.

2.5 Vrvi

Vrvi so pri postavljanju in vzdrževanju tabora nepogrešljive. Uporabljamo večinoma vrvi iz umetnih vlaken, ki so za vzdrževanje dokaj preproste, kljub temu pa jih ne smemo zanemariti. Za manj zahtevne vezave pa včasih še uporabljamo tudi tanjše konopljne vrvi. Običajno so navite v klobčič, ki ga ne odstranimo iz plastičnega ovoja in ga vedno začnemo razvijati iz sredine, da se ne razmota.

Katero vrv bomo izbrali?

To je odvisno od njenega namena. Za nezahtevne ali okrasne vezave so to tanjše vrvice premera do 2 mm, za večino tabornih zgradb zadostuje debelina 2–4 mm, vrvi premera 5–8 mm uporabljamo pri vezavi zahtevnejših tabornih zgradb, nosilne vrvi mostov pa naj imajo premer 12 mm ali več. Take vrvi imenujemo statične, kar pomeni, da se pri obremenitvi ne raztezajo veliko in so primernejše za vezave. Za varovanje ljudi pri plezanju naj vrv ne bo tanjša od 10 mm. Vrvi za ta namen so precej dražje od prej omenjenih. To so t. i. dinamične vrvi in imajo velik raztezek, kar v primeru padca plezalca zelo ublaži sunek.

Velikokrat ljudje zaradi nizke cene uporabljajo t. i. vrvi za bale (tanjše, nekalitetne vrvice). Te vrvice se ne zategnejo dovolj dobro in so pretanke za večjo obremenitev, zato za širšo uporabo niso primerne. S pridom pa jih uporabljamo lahko za označevanje igrišč ipd.

Vzdrževanje vrvi

Če vrv iz umetnih vlaken prerežemo, konce takoj **ožgimo** nad plamenom. S tem preprečimo razpletanje konca vrvi.

Vrvi moramo shranjevati popolnoma suhe, sicer izgubijo nosilnost in voljnost. Mokro vrv razvijemo, da se posuši na zraku, nikakor pa ne poleg vira toplote, in jo šele nato spravimo na njeno mesto. Vrvi shranjujemo ločeno glede na njihovo debelino. Shranjene naj bodo na suhem in temnem mestu, saj UV svetloba uničuje sintetična vlakna.

Shranimo lahko le ustrezno zvite in zvezane vrvi. Krajše in tanjše vrvi z eno roko

navijamo čez palec in mezinec v obliki številke 8, svitek staknemo s prstov druge roke in s preostalim koncem večkrat povijemo svitek in vsa zaključimo z navadnim vozlom. Tanke in dolge vrvi navijemo v klopčič ali na kos lesa.



Na mestu, kjer delamo zgradbe, pazimo, da ne bodo ležale vrvi vsepoovprek po tleh. Če po njih hodimo, jih lahko hitro poškodujemo. Pozorni bodimo na poškodovane vrvi. Natrgana vrv je lahko zelo nevarna, zato jo takoj odstranimo ali pa prerežimo na poškodovanem mestu. Prav tako moramo vedeti, da je nosilnost starih, že velikokrat uporabljenih vrvi precej manjša kot pri novih.

2.6 Gorilniki in svetilke

Skvati navadno kuhamo na primerno zavarovanem ognju. Ko le-to ni mogoče (požarna ogroženost, prepoved, pomanjkanje drv ...) pa uporabljamo gorilnike s plinskimi kartužami, ki jih po uporabi lahko odstranimo in namestimo na gorilnik pri ponovni uporabi. Uporaba takšnih gorilnikov je varnejša in lažja od standardnih plinskih bomb. Vsekakor pa kartuž ne menjujemo v zaprtih prostorih ali v bližini plamena. Novo kartužo vstavimo v gorilnik šele takrat, ko jo potrebujemo.

Pri vstavljanju nove kartuše moramo biti zelo pazljivi, da ne poškodujemo navoja, kajti v tem primeru gorilnik verjetno ne bo več tesnil. Navijanje mora potekati gladko in brez večjega upora. Če plin vseeno uhaja ven, preverimo stanje gumijastega tesnila in navoja, ki morata

biti brez poškodb. Kadar ne vemo, ali je v kartuži še kaj plina, to preverimo z ventilom in ne z odvijanjem gorilnika! Če se zamaši šoba in plin ne izteka iz kartuše skozi gorilnik, je najbolje, da šobo očisti izkušen serviser. Z drezanjem v šobo lahko gorilnik hitro uničimo.

Da bomo čimbolj izkoristili gorilnik, uporabljajmo čim širšo posodo s premerom vsaj 15 cm in pokrovko, gorilnik pa postavimo stran od vetra oziroma ga proti vetru zgradimo. Najprimernejša je aluminijasta posoda, ker je lahka in dobro prevaja toploto. Povprečna poraba gorilnikov je okrog 100 g plina na uro gorenja.

Podobno ravnamo tudi s **plinskimi svetilkami**. Posebno pozornost moramo posvetiti nameščanju žarilne mrežice. Poraba plina je podobna kot pri gorilnikih in zato se sprošča tudi enaka količina toplote. Upoštevajmo, da je uporaba plinske svetilke varna le na odprtem prostoru.

2.7 Orodje na taboru

Katero orodje potrebujemo pri postavljanju in pospravljanju tabora?

Ne bo šlo brez krampa, lopate, kovinskih grabelj, žage, sekire (imejmo jih več – tudi kakšna večja naj bo zraven), malih lopatic, macole ... Vzemimo sveder za vrtanje v zemljo, ki je opisan na koncu poglavja, morda bomo potrebovali tudi koso, lesene grablje in samokolnico.

Na tabor se tudi ne odpravljajmo brez najnujnejšega orodja, ki ga bomo morda potrebovali za razna popravila. Kladio, izvijač, klešče kombinirke in ščipalke, tračni meter, prav pa pridejo tudi pila, dleto, ročni sveder in še kaj.

Shranjevanje opreme na taboru

Na taboru naj bo za vsak kos opreme in orodja **določeno njegovo mesto**, kamor orodje po končanih dejavnostih tudi vedno vrnemo. Z nekaj iznajdljivosti lahko uredimo priročna stojala, police ipd., v katerih bomo opremo hranili. Predvsem pazimo, da neuporabljena

oprema ne bo ostajala na prostem čez noč, da se ne navlaži zaradi rose. Zakaj bi po nepotrebnem brusili kovinsko orodje, ki ponoči pod milim nebom zarjavi? Razmetano orodje je tudi nevarno za tiste, ki hodijo po tabornem prostoru ponoči, pa še izgubi se lahko. Stanje opreme in orodja preverimo že na taboru, ko imamo nad njim največji pregled. Popišimo in označimo vse morebitne poškodbe, po vrnitvi s tabora pa poskrbimo za čimprejšnje popravilo.

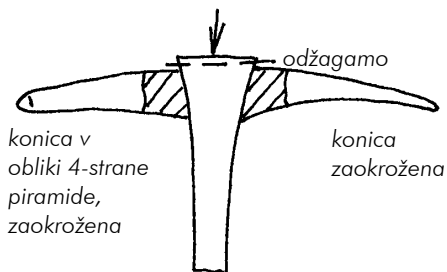
Zelo pomembno je, da ob koncu taborjenja, še enkrat temeljito **pregledamo** ves taborni prostor. Za lastnika, ki bo drugo leto travnik kosil, so zelo nevarni kovinski predmeti, ki smo jih pozabili zabite v zemlji, saj mu lahko poškodujejo kmetijsko orodje.

Kramp

Kramp nasajamo na ročaj z obratne strani kot sekiro in ne uporabljamo zagozd.

Predolg podaljšek ročaja odžagamo po nekajkratni uporabi, ko ga dodatno nasadimo z udarci kladiva. Prikazana je tudi ustrezna oblika konic orodja. Zaokrožene naj bodo s polmerom 1 mm.

kramp nasadimo z udarci kladiva v tej smeri



Lopata

Lopato najprej trdo nasadimo na ročaj, potem pa še pritrdimo z lesnim vijakom ali lesenim žebljem.

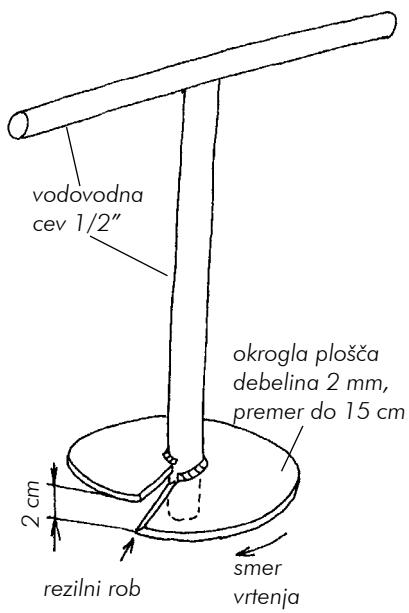
Kladiva

Za nasajanje **kladiva** (**macole**) ponavadi uporabimo kovinske cevne zagozde, ki jih kupimo v trgovini.

Sveder za zemljo

Za vrтанje lukenj, potrebnih pri postavljanju tabornih zgradb, s pridom uporabimo poseben **sveder za zemljo**, ki se ga kupi v trgovinah z orodjem.

Bistven del je okrogla rezilna ploščica, ki je prerezana in zakrivljena v obliki vijačnice z desnim navojem. Ta je privarjena na polcolsko vodovodno cev dolžine do 1 m, prečno pa na vrhu še na ročaj, dolg pol metra. Orodje je lahko ojačano z rebri. Uporaba tega orodja ima več prednosti pred kopanjem lukenj s krampom in lopato. Delo je veliko lažje in hitrejše, poškodujemo le za ped travnate površine, vkopani drogovi pa stojijo bolj trdno, saj se luknja tesno prilega drogu. Da bo drog še bolj učvrščen, zabijemo v nastalo režo še nekaj lesenih zagozd. Uporaba svedra je preprosta: pritisnemo ga v tla in vrtimo ter občasno odstranimo iz vrtnine zemljo. Delo je težje le na zemljišču, ki vsebuje mnogo kamenja.





Literatura

- R. Godec in dr.: Življenje v naravi. Ljubljana: Partizanska knjiga, 1972.
- R. Goeoeck: Sam svoj obrtnik. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1972.
- R. Mears: Essential Bushcraft, Hodder & Stoughton, 2003.
- H. McManners: Vodnik za pustolovce. Ljubljana: DZS, 1997.
- J. Wiseman: The SAS survival handbook. London: Harper Collins, 1996.
- Navodila izdelovalcev opreme ...

Prehrana



1. SPLOŠNO O PREHRANI

Zakaj občutimo lakoto?

Lakota nima nič skupnega s praznim želodcem, čeprav večina ljudi to misli. Novorojenček se rodi s praznim želodcem, pa vendar prve dni ne občuti lakote, bolni ljudje ne čutijo lakote, čeprav imajo prazen želodec. Lakota nastane, ko krvi primanjkuje določenih hranljivih snovi. Takoj ko se to zgodi, center za lakoto v možganih sprejme sporočilo, da telesu nekaj manjka. Ta center deluje na želodec in črevesje kot zavora. Dokler je v krvi dovolj hrane, le-ta upočasnjuje delovanje želodca in črevesja, takoj ko hranljive snovi iz krvi izginejo, pa primanjklaj začne vplivati na pospešeno delovanje želodca in črevesja.

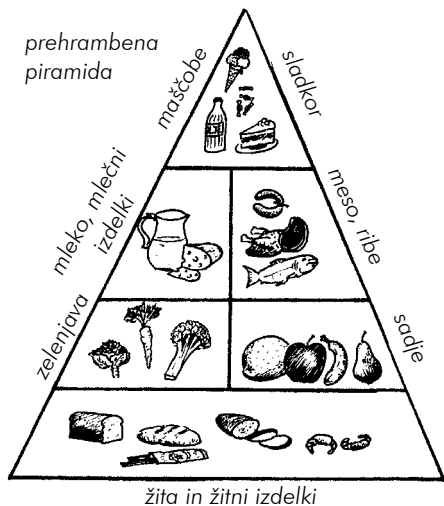
Če smo lačni, ne čutimo potrebe po neki posebni vrsti hrane, ampak samo po hrani, ki nas bo nasitila. Vendar nas samo ena vrsta hrane ne more zadovoljiti, tako da je pomembno, da vsak obrok vsebuje vse hranilne snovi.


Katere hranilne snovi poznamo – prehrambena piramida

Prehrambena piramida nam pove, kako naj se prehranjujemo. Hranilne snovi, ki so v piramidi nižje, so bolj pomembne in bolj zdrave za življenje kot pa tiste, ki so v piramidi višje. Hranilnih snovi, ki so nižje, moramo zaužiti več!

Temelj prehrambene piramide so žitna živila, ki zagotavljajo sestavljene ogljikove hidrate, vitamine, minerale in vlaknine. Sledijo sadje in zelenjava, ki so bogati z vitamini, minerali, vlakninami in revni z maščobami. Višje sta skupini, nujni kot vir beljakovin, kalcija, železa, cinka in drugih hranil. Mnoga živila iz teh dveh skupin imajo veliko maščob in holesterola. Maščobe, olja in slaščice so na vrhu piramide; uživamo jih v majhnih količinah.

Skavti tako kot ostali ljudje potrebujemo nekaj za pod zob. Zakaj smo lačni? Zakaj smo žejni? Kako pripraviti uravnotežen obrok hrane? Koliko hrane? Kako jo shraniti? Kaj je užitno? Koliko energije potrebujemo? Katero opremo za kuhanje potrebujemo? To je le nekaj vprašanj, na katera si moramo odgovoriti, preden se lotimo praktičnega kuhanja in pripravljanja hrane v naravi. Poleg odgovorov na zgornja vprašanja, so v poglavju tudi preprosti recepti glavnih jedi in sladic, ki jih lahko enostavno pripravimo v naravi. Toda kaj bi izgubljali besede v uvodu, posvetimo se raje bolj aktualni in vroči vsebini, ki kar vabi vedoželjne kuharske mojstre k požiranju napisanih dobrot.



 Najbolj zdrava telovadba je pravočasno vstajanje od jedilne mize.

Spodnja tabela (Tabela 1) nam pove, kaj v našem telesu povzroči določena hranilna snov. Pri vsem tem moramo paziti tudi na zadostno gibanje.


 Dobra, uravnotežena prehrana in dovolj gibanja sta bistveni stvari za vzdrževanje zdravega telesa.

Tabela 1: Pomen različnih hranil

HRANILO	NALOGA
beljakovine	rast in obnova telesnih tkiv
maščobe, ogljikovi hidrati	energija, potrebna za osnovno delovanje organizma in za telesno dejavnost
minerali in vitamini	nadzor telesnih procesov
voda	pospeševanje telesnih procesov
vlaknine	pravilno delovanje črevesja

Energetska vrednost prehrane

Hrana nam daje **energijo**. Več ko je pojemo, več energije sprejme naše telo. Kot razdaljo merimo v metrih in čas v sekundah, energijsko vrednost merimo v kilojoulih (beri kilodžulih), kar označimo s kJ. Včasih smo energetska vrednost hrane merili v kilokalorijah, vendar ta enota zdaj ni več v veljavi.

Tabela 2:
Povprečna dnevna poraba energije v kJ

	MOŠKI	ŽENSKE
otrok pri 8 letih	8.800	8.800
mladostnik pri 15	12.600	9.600
odrasli, pisarniško delo	11.500	9.450
odrasli, težaško delo	20.000	12.600
nosečnica	-	10.000
doječa mati	-	11.300

Koliko kilojoulov (kJ) energije potrebujemo na dan?

Otroci potrebujejo več energije kot odrasli, ker poleg dela tudi rastejo. Pozimi potrebujemo več energije kot poleti. Kaj se zgodi, če zaužijemo več snovi, kot jih potrebujemo? Telo porabi samo toliko, kolikor potrebuje, hrani pa nekaj rezerve za kasneje. Zaloga znaša približno tretjino dnevnih potreb, vse ostalo se spremeni v maščobe.

Healthy Foods You Should Eat Every Day



BRAIN

salmon, tuna, sardines, walnut



MUSCLE

bananas, red meat, fish, eggs



LUNGS

broccoli, Brussels sprouts, Chinese cabbage



SKIN

blueberries, salmon, green tea



green vegetables, beans, salmon



EYES

corn, eggs, carrot



HEART

tomatoes, potatoes, prune juice



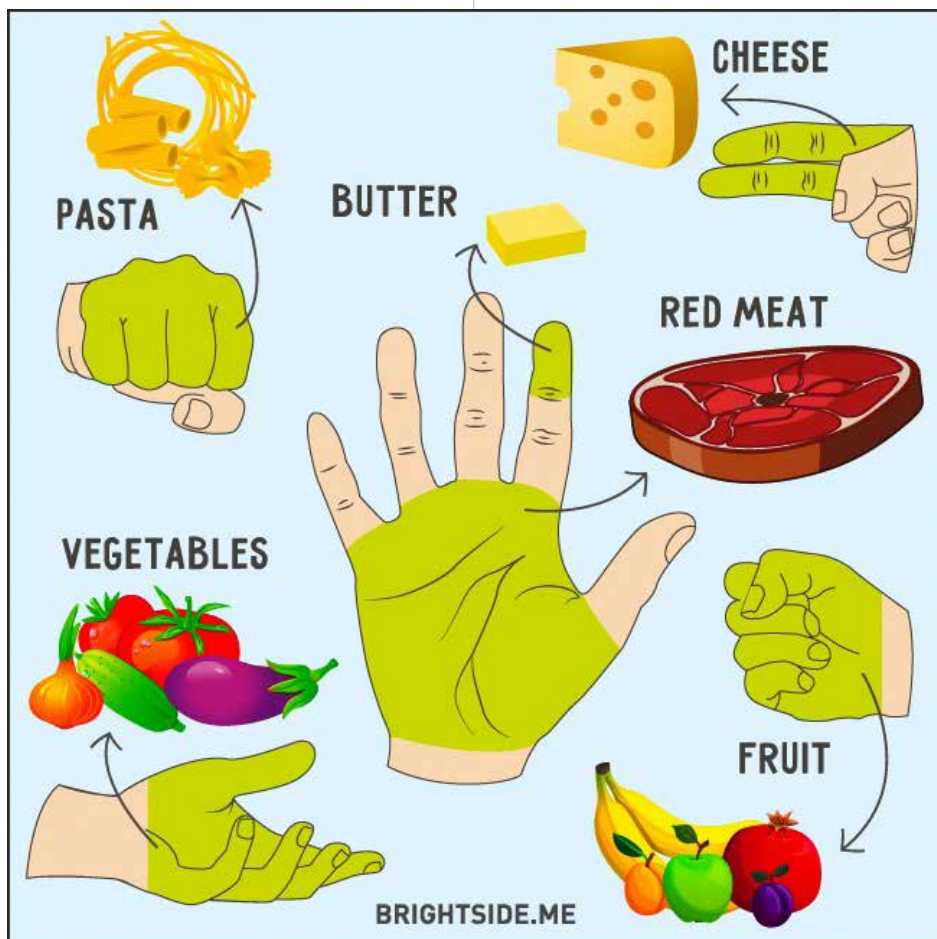
BOWELS

prunes, yogurt



BONE

oranges, celery, milk



2. PITNA VODA IN NJEN POMEN

Kako dolgo zdržimo brez vode in hrane?

Uravnovešeni in mirni ljudje lahko vzdržijo dlje kot tisti, ki se hitro razburijo. Odrasli vzdrže dlje kot otroci. Razlike obstajajo med živalmi. Klop in stenica lahko brez hrane živita celo leto, pes pogine po dvajsetih dneh stradanja, majhne ptice brez hrane ne vzdržijo več kot pet dni. Kolikor manjša in živahnjša je žival, toliko hitreje porablja zaloge hrane. Toplokrvne živali ne morejo preživeti, če izgubijo več kot polovico svoje normalne teže.



Človek potrebuje okoli 2 litra vode na dan, da zadovolji telesno potrebo po tekočini. Ni čudno, saj je v človeškem telesu okoli 75 % vode. Zanesljivo pa človek umre, če sedem dni zapored ne dobi niti kaplje vode, medtem ko brez hrane lahko zdrži tudi trideset dni in več, če ima dovolj ustrezne pijače.

Kakšen je pomen vode za življenje?

Brez vode ni življenja, saj voda oskrbuje telesne organe s snovmi (kalcij, klor, železo, fluor, kalij, magnezij), ki so življenjskega pomena za naše kosti in tkivo, iz telesa pa odplakuje škodljive strupe. Dnevno naj bi odrasel človek popil okoli 2 litra vode (količina zaužite vode v prvi meri zavisi od telesne teže človeka) samo za nadomeščanje količine, ki jo izgubimo med dihanjem, z znojenjem ter izločanjem tekočin in trdnih snovi. Seveda se potreba po vodi poveča, če se znojimo, npr. zaradi povečane temperature, povečane aktivnosti itd. Priporočljivo je, da pijemo, kadar smo žejni, po požirkih, ne več kot 2 dl naenkrat. Pijača naj ne bo prevroča ali prehladna!

V kolikor zaužijemo premalo tekočine lahko pride do dehidracije, katera lahko vodi tudi v smrt. Način da se izognemo dehidraciji je redno spremljanje količine, vonja in barve urina. V kolikor je urina malo, je obarvan in neprijetnega vonja je to znak, da v telesu

primanjkuje vode.



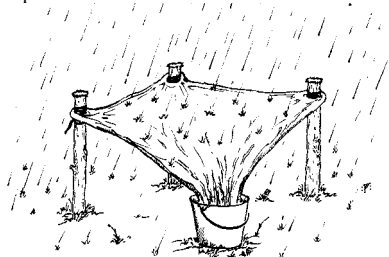
Nasvet za izgubljene v naravi:

Če želimo zmanjšati izgubo vode, dihajmo skozi nos in ne počnimo nič takega, kar bi ogrelo naš organizem. Če moramo delati, delajmo ponoči, ko je hladneje. Ne ležimo na tleh, pregrelih od sonca, ne uživajmo hrane in ne govorimo. Predvsem pa si priskrbimo zalogo vode, ko smo še pri močeh.

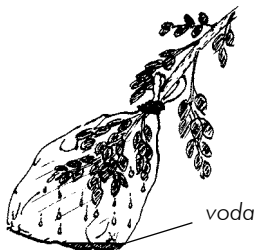
Kako najdemo pitno vodo v naravi?

Vodo iščemo predvsem ob vznožju pobočja, ob robu doline, v globeli in na pobočjih. Vodo lahko najdemo tudi po rastlinah, kot so naravna kalužnica, trsje, velika trobelika, konjska kislica ... Živali, kot so mušice, kačji pastirji, muhe in čebele, se nahajajo v bližini vode, mi pa moramo poiskati najnižjo točko vlažnega predela in tam iskati vodo.

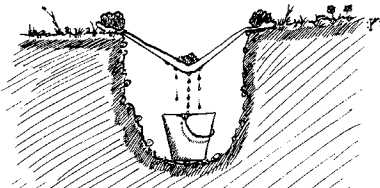
- V sili pijemo tudi roso, ki jo pobiramo z robcem in ga nato ožemamo v posodo.
- Ob dežju napnemo folijo ali polivinil (pelerino, šotorko) tako, da se voda steka v posodo.



- Kadar želimo pridobiti vodo iz rastlin, natakemo na zeleno vejo plastično vrečko in jo tesno obvežemo. V vrečki se bo nabiral kondenz in tako si lahko priskrbimo dragoceno tekočino.



- Plastično folijo ponoči pogrnemo po tleh, po travi. Hladen nočni zrak bo povzročil, da se bo na spodnji strani nabral kondenz, ki ga zjutraj pobereemo z robcem.



- V najtežjih razmerah in grožnji dehidracije telesa priporočamo, da se otresemo predsodkov in pijemo »prečiščen« urin. Pitje čiste urina je nevarno. Človeški organizem v urinu izloča odpadne snovi iz lastne presnove, zato je pitje urina v bistvu pitje lastnih odpadkov. Urin vsebuje vodo. Do nje pa lahko pridemo s pomočjo solarnega destilatorja, ki je opisan v spodnjem primeru. Pridobivanje čiste vode iz urina izvedemo na sledeč način. Izkopljemo luknjo in se vanjo polulamo. V jamo damo posodo. Jamo prekrijemo s polivinilom in ga na robovih dobro zatesnimo z zemljo. Ta faza je pomembna za izkoristek destilatorja. V sredino polivinila položimo kamen, da se izhlapela voda lahko steka v posodo.
- Kadar pa ne moremo dobiti vode iz že naštetih postopkov, se poslužimo metode »Sonce, zemlja, fizika«. V zemljo izkopljemo vsaj 0,5 m globoko luknjo, na dno luknje postavimo zbiralnik (posoda, vrečka), luknjo prekrijemo s

plastično folijo ali polivinilom in jo na robovih obežimo s kamni. Na sredino folije, nad zbiralnik, položimo primerno težek kamen in vse pustimo na soncu. Sonce segreva folijo in notranjost jame pod njo, zato iz zemlje hlapi voda, hlapi se kot kondenz nabirajo na notranji strani folije in počasi polzijo navzdol ter kapljajo v zbiralnik. Slaba stran te metode je, da je potrebno potem, ko iz jame izčrpamo vso vlago, izkopati drugo jamo.



Opozorilo: Vsako vodo, ki jo dobimo v naravi, je potrebno pred uporabo prekuhati ali kako drugače razkužiti. Pri prekuhavanju naj voda vre 10 minut. Priporočljivo je, da vodo pred prekuhavanjem še prefiltriramo. Prirodno sredstvo za izdelavo filtra sta robec in nogavica (čista!). Čimbolj na gosto je tkanina tkana, boljši je filter. Po vsakem precejanju odstranimo iz tkanine ostanke nečistoče.

3. PREHRANA V NARAVI



Opozorilo: rastline so lahko dopolnilo k hrani, ki ga najdemo v naravi, sčasoma pa tudi pomemben sestavni del prehrane. Pomembno je, da redkih in naravnih vrst rastlin ne uničujemo brez potrebe. Če bomo prisiljeni jesti nezname rastline, jih prej preizkusimo, seveda pa tega ne delamo, če ni nujno, kajti to je lahko zelo nevarno!

Kako prepoznamo neužitne rastline?

Prvi način: Rastline je najbolje preizkušati tako, da zmečkamo list med prsti in ga povohamo. Če je vonj neprijeten, odbijajoč ali podoben mandeljnovemu, pustimo rastlino pri miru.

Drugi način: na podlaket (koža na notranji strani podlakti je občutljiva) iztisnemo nekaj kapljic soka iz svežih listov ali plodu. Če

sok ne draži kože, preizkusimo kapljico soka z ustnicami (s konico jezika). Če se ni nič zgodilo in če nima izrazito neprijetnega, grenkega okusa, damo košček rastline za 5 sekund pod jezik in nato za 5 sekund na jezik. Če ne začutimo zbadanja in pekoče bolečine, zmekčamo nekaj listov, naredimo svaljek in ga pojemo. Naslednjih 8 ur ne jemo ničesar; če ni posledic, je rastlina užitna. Ta postopek pa ne velja za gobe, te reagirajo šele po 12 urah.

Tak test užitnosti izvajamo le v izrednih razmerah in na neznanih terenih. Zavedati se moramo, da v primeru, če zaužijemo strupeno rastlino, s tem nehote zastrupljamo naše telo. Za naše razmere je veliko bolje, da se naučimo prepoznavati užitne rastline.



Zlata pravila nabiranja rastlin:

- Nabirajmo čim mlajše rastline.
- Zmeraj so bolj sočne tiste rastline, ki rastejo v senci in na bolj vlažnih tleh.
- Nadzemne dele rastlin nabirajmo zmeraj zjutraj, ko so bolj sočne, razen če niso namenjene za zdravila, čaje.
- Zmeraj nabirajmo le sveže, neovele, nepoškodovane in nezapršene rastline, takšne, na katerih ni mrčesa in jih niso obgrizle že živali.
- Nekatero rastline so bolj užitne v določenem obdobju.

Za kaj vse lahko uporabimo divje rastline?

Narava nam ponuja široko paleto raznovrstnih rastlin, katere lahko uporabimo na različne načine. Uporabimo jih lahko kot začimbe, iz njih skuhamo čaj ali kavo, pripravimo juhe ali priloge, naredimo marmelado in sirupe ter različne solate in namaze.



Lakota je najboljša začimba jedi.

ZAČIMBE

V naravi najdemo veliko rastlin s katerimi lahko začimemo naše jedi, le nečesa ne smemo pozabiti doma: kuhinjske soli! Brez te natrijeve spojine naš organizem težko shaja in tudi jedi

brez soli so puste.

- Nadomestek za poper: osušeni in zmleti listi divjega šetraja
- Nadomestek za česen: navadna česnovka, divji luk, listi čemaža
- Nadomestek za čebulo: čebula čemaža
- Nadomestek za peteršilj: navadna regačica, koprca
- Nadomestek za krompir: korenina regrata, korenina repinca, pravi kostanj
- Divje začimbe za meso: divji šetraj, materina dušica, brinove jagode, rman, navadna dobra misel

ČAJ

Čaj je najpogostejši pripravek. Poznamo več načinov priprave, ki so odvisni od zelišča, učinkovin in zaželenega učinka. Ločimo poparek, zavretek, prevretek in prelivek. Večinoma pripravljamo poparek, ko 2 čajni žlici zelišč prelijemo z 250 ml vrele vode. Premešamo, pustimo stati 10 minut, nato precedimo in čaj je pripravljen za pitje. Pri zavretku vsujemo zelišča v hladno vodo in premešamo. Počasi jo segrevamo do vretja, odstranimo od ognja in pustimo pokrito stati še 10 minut. Prevretek uporabljamo predvsem za kuhanje čaja iz korenin in skorje. Dve žlici zelišč prelijemo z 250ml mrzle vode, segrejemo do vretja in pokrito počasi kuhamo še 20-30minut. Ta način uporabimo tudi za kuhanje šipka in žajblja, le da vremo le okoli 10 minut.

Prelivek uporabljamo za rastline, ki vsebujejo sluzi. Dve čajni žlički rastline prelijemo z mrzlo vodo, premešamo in pustimo pokrito stati določen čas, navadno 6 ur. Pred uporabo čaj segrejemo do pitne temperature.

Za čaj lahko uporabimo večina rastlin. Ker ima vsaka rastlina svoje delovanje je dobro, da za čaj uporabljamo le tiste, katere poznamo, predvsem, če isto rastlino za čaj uporabljamo dalj časa. Največkrat za čaj uporabimo: mete, navadni rman, šentjanževka, materina dušica, trpotec, velika kopriva, žajbelj, črni bezeg, šipek in druge (več o njih v poglavju Rastline in gobe).

Kavo se pripravi s praženjem podzemnih

delov rastline. Za to sta najprimernejša korenina regrata in korenina navadnega potrošnika. Očiščeno korenino narežemo na manjše koščke in jo popražimo. Nato jo nadrobimo in to dodamo vreli vodi ter kuhamo še okoli 3 minute.

(Glej tudi poglavje Rastline in gobe.)

VITAMINSKI NAPITKE

Vitaminske napitke pripravljamo podobno kot čaj, le da pustimo mešanico vode in rastlinskih delov po prevretju še nekaj časa stati (do 1 ure), saj se tako izloči več vitaminov.

SIRUPI IN MARMELADE

Sirup je priljubljen pripravek pri kašlju, prehladu in gripi. Razširjena je priprava iz cvetov lučnika, listov trpotca, regratovih cvetov in smrekovih vršičkov. Rastlinske dele po potrebi zrežemo in v plasteh nalagamo v steklen kozarec. Vsako plast posujemo s sladkorjem, pri čemer je zgornja plast vedno sladkor. Kozarec pokrijemo in postavimo na sončno mesto za 5-6 tednov ko tekočino odcedimo. Sirup hranimo v hladnem in temnem prostoru.

Iz divjih rastlin lahko pripravim tudi sirupe za redčenje z vodo. Najbolj poznan in priljubljen je bezgov sirup. Za slednjega potrebujemo: 1l vode, 1kg sladkorja, okoli 10 bezgovih cvetov in 1 čajno žličko citronske kisline ter steklenice. Po želji lahko dodamo tudi sok ene limone.

Cvetove namočimo v vodo in pustimo stati do 20ur. Nato precedimo, v vodo dodamo sladkor in segrejemo na 80°C. Dodamo še citronsko kislino, vlijemo v steklenice in dobro zapremo.

Marmelade pripravimo iz plodov borovnice, jagodnjaka, robide, nešplje, šipka, jagod črnega bezga pa tudi cvetov regrata.

Nabiramo le zrele plodove, katere pred pripravo tudi očistimo. Za pripravo šipkove marmelade je postopek malo bolj dolgotrajen, pri ostalih pa na 1kg jagod dodamo 30dag sladkorja in malo limoninega soka. Vse to kuhamo da se dobimo gosto zmes in nato

vlijemo v kozarce ali namažemo kar na kruh.

ZELENJAVNE JUHE IN PRILOGE

Juhe pripravimo jih iz raznovrstnih divjih rastlin (trpotec, kopriva, detelja, korenine regrata, divji luk, divji peteršilj, čemaž, vinogradski luk) in drugih rastlin, ki jih najdemo v naravi. S seboj prinesemo olje, moko, sol. **Priprava zelenjavne juhe:** Na olju prepražimo korenino čemaža, dodamo zrezano zelenjavo, dišave. Vse skupaj pražimo pet minut, pomokamo, premešamo, zalijemo z mrzlo vodo. V juho dodamo še na koščke narezano korenino regrata, posolimo, kuhamo še 30 minut.

Najbolj poznana divja prikuha je gotovo **špinača iz kopriv**. Potrebujemo poln lonec svežih kopriv (previdno pri nabiranju), od doma prinesemo maslo, sol, mleko in moko. Priprava: v lonec s svežimi koprivami malo po dnu nalijemo vodo in pokrit lonec kuhamo od takrat ko voda zavre še 5 minut. Nato vzamemo koprive in jih čim bolj na drobno nasekljamo. V istem loncu stopimo maslo, dodamo 2 jedilni žlici moke in moko malo popečemo, nato dodamo nasekljane koprive, posolimo in zalijemo z mleko. Vse skupaj lahko izboljšamo še s kislo smetano.

Za **zelenjavno prikuho** nabereimo 1/2 kg divjih rastlin, čebulico čemaža, s seboj prinesemo sol, olje, moko, mleko. Priprava: divje rastline operemo, poparimo (blanširamo), odcedimo, sesekljamo. Na olju prepražimo čebulico čemaža, dodamo divje rastline, moko, nadomestek za česen, sol, zalijemo z vodo, lahko tudi z mlekom. Kuhamo 10 minut, zalivamo po potrebi.

Za juhe in prikuhe so najbolj uporabne rastline: čemaž, česnovka, divji luk, marjetica, navadna kislica, navadni plešec, navadni rman, regrat, trobentica, divji šparglji, trpotec, velika kopriva in druge (več o njih v poglavju Rastline in gobe).

NAMAZI IN SOLATE

Za pripravo solat in namazov nam rastlin ni potrebno termično obdelati. Za namaze največkrat kot osnovo uporabimo skuto ali sirni namaz. Skuto osolimo, lahko ji dodamo tudi kislo ali sladko smetano ter notri dodamo

na drobno nasekljane rastline. Po želji lahko namazu dodamo tudi olje.

Solatam lahko poleg nabranih rastlin dodamo tudi ajdovo ali proseno kašo, krompir, fižol, ter druge stročnice. Solate obogatimo z dobrim oljčnim ali bučnim oljem ter seveda kisom.

Tako za solate kot namaze lahko uporabimo: česnovko, črno deteljo, divji luk, marjetico, navadno kislico, navadnega plešca, rman, pokalico, regrat, trobentico, čemaž, smrdljivko, materino dušico, dobro misel in druge, katerih opise najdete v poglavju Rastline in gobe.

Kako lahko uporabimo gobe?



Opozorilo: Ob naših poteh raste na desetine užitnih gob in pravi greh bi bil, če jih ne bi uporabljali za popestritev jedilnika. Vendar pozor! Gobo, ki je stoočstotno ne poznamo in nismo tisočodstotno prepričani, da je užitna in nestrupena, pustimo pri miru! (Glej tudi poglavje Rastline in gobe.)

Gobe pripravimo različno in v različni sestavi. Klobuke svežih gob, (gobe morajo biti zmeraj sveže, čeprav imajo tudi črvi beljakovinsko vrednost) očistimo spodnjo stran (trosovnik), posolimo. S trosovnikom, obrnjenim navzgor, jih položimo na žar in spečemo. Dovolj je 8–10 minut takega pečenja.

Gobova rižota: V ponev z maščobo nad majhnim ognjem vsujemo čebulico čemaža in pustimo, da zarumeni. Nato dodamo riž in ga pražimo, da postekleni (izgubi belo barvo in je bolj prozoren). Potem dodamo očiščene, narezane in poparjene (blanširane) gobe in posolimo. V posodo prilijemo čimbolj vročo vodo (na merico riža uporabimo dve dobri merici vode) ter dobro premešamo. Posodo pokrijemo. Vse skupaj pustimo nad zmernim ognjem, tako da se voda pokuha, rižota pa dobi poln okus in aromo. Namesto riža lahko uporabimo kus-kus, ajdovo kašo ali druga žita.

Gobe lahko pripravimo tudi z jajci ali krompirjem.

UŽITNE IN STRUPENE ŽIVALI

Človeku je poleg rastlinske hrane pomembna tudi živalska, saj je bogat z beljakovinami in zaradi maščob visoko kalorična. Da ulovimo žival v večini primerov seveda ni tako enostavno in je za to potrebno poznati načine lova in vrste pasti, kar boste lahko našli v poglavju "Lov?". Vedeti moramo, da je veliko živali, zaradi njihove majhne zastopanosti, tudi zaščitenih, zato jih lovimo le v primeru, če gre za življenje in smrt. Užitnih je veliko, je pa veliko tudi takih, za katere niti pomisliti ne bi mogli, da bi jih uživali. Je pa lakota gotovo najboljši kuhar.

Poleg rakov, rib, ptic in lovne divjadi lovimo ali nabiramo tudi veeverice, polhe, lisice, jazbece, vidre, kače, kuščarje, žabe, kobilice, mravlje, školjke in polže.

Da žival ulovimo je le prvi korak, nato je potrebno poznati tudi načine kako se jo pripravi, ter kateri deli so užitni, zato je tu pomemben nasvet da v kolikor nimate poleg dobrega poznavalca, tega raje ne počnite.

Glede na to da je večina živali užitnih bomo izpostavili tiste, katerih se je dobro izogibati. Pa ne da bi se zastrupili če bi jedli njihovo meso, večinoma gre za strupene snovi, ki jih živali izločajo ob ugrizih, pikih ali iz žlez na površini telesa. Nasprotno pa lahko postanejo včasih strupene tudi sicer užitne živali. Sem sodijo predvsem polži in školjke, saj v primeru da zaužijejo katero nam strupeno snov to posledično škoduje tudi nam.

Od strupenih so pri nas poznani: škorpijoni, rdeči pikasti pajek, stonoge, čebele, ose, sršeni, močerad, pupek, krastača, urh, modras in gad. V morju se izogibajmo ožigalkarjem ter ribama bodiki in morskemuzju.

4. SESTAVA JEDILNIKA

Zdravo prehranjevanje narekuje 4–5 dnevni obrokov: tri glavne in 1–2 dopolnilna. Toliko obrokov zagotavlja najbolj enakomerno porazdelitev hranil, velja pa, da med zadnjim večernim in prvim obrokom naslednjega dne ne sme preteči več kot 14 ur.

Hranilno in energijsko uravnotežen obrok je bistven za načrtovanje jedilnikov. Hrano tako izbiramo med živila, ki vsebujejo različne hranilne snovi. Dnevni obroki naj zagotovijo živila iz vseh hranilnih skupin.

Odrasel človek naj bi na dan zaužil:

- 80–100 g beljakovin,
- 300 g ogljikovih hidratov,
- 50–100 g maščob.

Tabela 3: Predlog jedilnika za izvidnike in vodnice (otroci med 10 in 15 letom)

	A) ZAJTRK	B) KOSILO	C) MALICA	Č) VEČERJA
1. dan	evrokrem med kruh čaj, mleko, maslo	špageti ali makaroni z omako solata	sadje	zelenjavna juha s knedlički kruh
2. dan	ovseni kosmiči na mleku z oreški in suhim sadjem; kruh, maslo, marmelada; čaj	rižota (gobova, perutninska, zelenjavna, telečja, svinjska) solata (rdeča pesa)	piškoti sok	mlečni riž benko, cimet sok
3. dan	ribji namaz kruh čaj, mleko	polenta golaž solata	čežana, grisini	hrenovka gorčica, ajvar, majoneza kruh, puding
4. dan	topljeni sir (zdenka sir) kruh, čaj	ričet kruh sadje	kruhove šnite	krompirjeva juha kruh sadje
5. dan	jogurt pašteta kruh	zrezki v omaki pire krompir (pražen ali pečen) solata	jogurt	šmoren in sadni kompot
6. dan	zeliščni namaz s skuto, kruh, čaj	krompirjeva solata, polpeti	puding	mlečni gres, benko
7. dan	čokolino ali marmelada in maslo kruh, čaj	pašta fižol klobasa kruh, solata	sadna solata	slivovi cmoki z drobtinami, sok

Predlagane količine za odmerjanje hrane

A) ZAJTRKI:

1 oseba:

tekočine	2,5–3 dl (čaj, mleko, sok)
kruha	2–4 kosa kruha (ok. 15 dag)
namaza	3 dag evrokrema, medu, marmelade, masla ...
nadeva	5 dag sira, salame ...
jogurta	2 dl jogurta

1 kg kruha za 4–7 oseb za zajtrk ali za 10 oseb za ostale obroke, vendar odvisno od vrste hrane in oseb.

10 oseb	80 dag pšeničnega zdroba
gres	3 l mleka
	sol, sladkor




*Koristen nasvet:
vse testenine z omakami lahko kuhaš le v eni posodi. Ko pripraviš omako ji le doliješ približno toliko vode (raje malo manj in sproti dolivaš), kot jo potrebujejo testenine in streseš notri testenine. Kuhaš še toliko časa, kolikor je predviden čas kuhanja testenin.*

B) KOSILA (vse količine so za 8 odraslih oseb):

ŠPAGETI ALI MAKARONI Z OMAKO špageti ali makaroni mleto meso čebula česen moka paradižnikova mezga mleta paprika olje voda sol, poper, vegeta, peteršilj, lovor, origano ...	80 dag 80 dag 20 dag 5 dag 3 dag 10 dag 2 dag 2 dl	SOLATA zelena solata olje kis sol, česen	1,2 kg 1 dl 1 dl
RIŽOTA riž svinjina (gobe, perutnina, zelenjava, teletina ...) čebula česen paradižnikova mezga olje sol, poper, peteršilj ...	1 kg 60 dag 20 dag 5 dag 5 dag 2 dl	SOLATA rdeča pesa	1,2 kg
GOLAŽ govedina (bočnik) čebula česen paradižnikova mezga mleta paprika moka olje, sol, poper, kumina	1,3 kg 60 dag 5 dag 5 dag 5 dag 5 dag 2 dl	SOLATA zelje olje kis sol, kumina	1,2 kg 1,5 dl 1 dl

RIČET ješprenj prekajeno meso rjavi fižol korenje koleraba krompir peteršilj zelena čebula česen olje sol, poper	40 dag 20 dag 30 dag 10 dag 10 dag 10 dag 3 dag 3 dag 20 dag 3 dag 1 dl	SOLATA zelena solata olje kis sol, česen	1 kg 1 dl 1 dl
ZREZKI V OMAKI meso (svinjina, govedina, puranje meso, teletina, piščančji file, konjsko meso) čebula moka paradižnikova mezga ali kisl smetana olje sol, poper, gorčica ... KROMPIR: krompir - PIRE maslo mleko - PRAŽEN čebula olje - PEČEN olje	14 dag/ osebo 20 dag 10 dag 10 dag 2 dl 2 kg + 10 dag 2 dl 8 dag 1,5 dl 2 dl	SOLATA radič olje kis sol, česen	1 kg 1 dl 1 dl
POLPETI (10 oseb) mleto mešano meso posušen beli kruh, namočen v malo mleka čebula česen jajce olje, sol, poper, majaron KROMPIRJEVA SOLATA (10 oseb) krompir čebula olje, kis, sol, poper	1 kg 20 dag 10 dag 5 dag 2 1,5 dl 2 kg 30 dag 1,5 dl	SADJE 1 kos na osebo (npr.: breskev, banana, hruška, jabolka)	


 Namesto omake
 lahko pripravimo
 le popečene zrezke
 in poleg pripravimo špinačo
 iz kopriv.

PAŠTA FIŽOL		SOLATA	
rjavi fižol	70 dag	motovilec ali regrat	80 dag
testenine	20 dag	krompir	30 dag
prekajena slanina	20 dag	olje	1,5 dl
korenje	10 dag	kis	1 dl
peteršilj	5 dag	sol	
zelena	5 dag		
čebula	10 dag		
česen	5 dag		
moka	5 dag		
paradižnikova mezga	5 dag		
mleta paprika	2 dag		
olje	1 dl		
sol, poper, majaron, lovorjev list			
KLOBASA	½ kl.		

C) MALICE:

- sadje (en kos na osebo)
- piškoti (1 kg za 10 oseb)
- kompot, čežana
- sadna solata (različno sadje narežemo na kocke, sladkamo in okisamo z limono po okusu + smetana)
- instant puding (glej navodila na vrečki)

Č) VEČERJE:

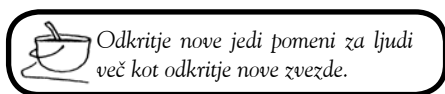
ZELENJAVNA JUHA (10 oseb)		CARSKI PRAŽENEC (ŠMORN)	
krompir	1 kg	moka	70dag
korenje	30 dag	mleko	1 l
koleraba	20 dag	mineralna voda	2 dcl
zelena	10 dag	jajca	6 kom
peteršilj	10 dag	olje za praženje -	2 dcl
sveže zelje	50 dag	sol	ščepec
čebula	20 dag	sladkor	4 žlice
česen	5 dag		
riž	25 dag		
paradižnikova mezga	3 dag		
mleta paprika	2 dag		
moka	5 dag		
olje	1 dag		
sol, celi poper, lovorjev list			
Za cmočke:			
jajca	5 kom		
moka	1/2 kg		

HRENOVKE (1 oseba) hrenovka ajvar, gorčica, majoneza	1 par 4 dag	KRUHOVE ŠNITE kruh (2 rezini na 1 osebo) jajce (1 na 5 rezin kruha) mleko (1 dl na osebo) sol, sladkor	
KROMPIRJEVA JUHA (10 oseb) krompir olje čebula česen mleta paprika paradižnikova mezga moka sol, poper, kumina	2 kg 1 dl 50 dag 5 dag 3 dag 10 dag 5 dag	MLEČNI RIŽ (3 osebe) riž 1 merica mleko 2 merici voda 1 merica sol, sladkor (na 3 osebe 1 merica riža, 1 merica = 2 dl lonček)	2 dl 4 dl 2 dl

Tabela 4: Kako merim nekatere snovi brez tehtnice?

ŽIVILO	1 VELIKA ŽLICA	2 DL (= JOGURTOV LONČEK)
zdrob (pšenični, koruzni)	12 g	130 g
moka	10 g	100 g
riž	18 g	180 g
olje	10 g	180 g
sol	15 g	-
sladkor	18 g	-

5. RECEPTI



Preprosti in zanimivi recepti

Kobilicam najprej odstranimo glavo, jih stresemo v vročo mast ali olje, pražimo toliko časa, da postanejo hrustljave in rdečkasto-rjave. Ocvrte kobilice posolimo.

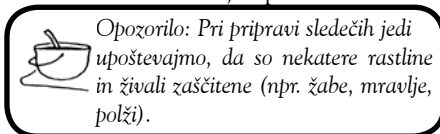
Mravlje spečemo podobno kot kobilice. Ličinke mravelj operemo in odcedimo ter jih nato pražimo na olju.

Polži imajo meso, polno beljakovin in mineralov. Pustimo jih nekaj dni stradati, da se izpraznijo čreva. Oprane polže damo za 5 minut v krop, jih odcedimo in prelijemo z mrzlo vodo. Z nožem izbezamo njihovo

mesnato nogo iz hišice. Polže nato stresemo na prepraženo čebulo in česen, zalijemo z vodo in dodamo začimbe po okusu (peteršilj, lovor, sol ...). Dušimo toliko časa, da se polži zmehčajo.

Žab ni težko uloviti. Njihovo meso je zelo okusno, koristni pa so samo zadnji kraki, ki jih izkožimo. Krake operemo, posolimo in ocvremo.

Twist (nekvašen kruh): Zmes vode, moke in soli naj bo dovolj vlažna, da se bo lahko ovila okoli palice, kjer mora tudi ostati. Palico držimo nad žerjavico in enakomerno obračamo. Hrustljav twist se odlično sklada s skavtskimi hrenovkami, če pozabimo na kruh.



Jabolko napičimo na ošiljeno palico in ga pečemo nad žerjavico, tako da ga počasi obračamo. Ko je pečeno, lupina porumeni, iz jabolka pa se začne cediti sok. Lupina sčasoma počí in tedaj jo odstranimo. Olupljeno jabolko pomočimo v posodo s sladkorjem, ki smo mu primešali malo zmletega cimeta in ga še za nekaj minut damo nad žerjavico. Nato jabolko snamemo s palice, ohladimo in pojemo.

Kostanj – pečen: Eden od načinov peke kostanja je ta, da kostanje nabadamo skozi sredino na žico (50 cm), kot da bi izdelovali ogrlico. Konca žice zvežemo skupaj, da oblikujemo krog. Kostanjevo »ogrlico« damo v žerjavico in obračamo s pomočjo palice. Nasvet: Pečen kostanj daj v pokrito posodo ali pa ga zavij v krpo ali časopis, da bo lupljenje lažje.

Kompot kuhamo iz sočnih plodov (jabolk, sliv, višenj ...). Čas kuhanja je odvisen od odpornosti sadežev. Najprej damo kuhati trše, proti koncu pa nežnejše sadeže. Pri kuhanju kompota kot začimbe uporabimo klinčke, cimet, sladko koreninico, sladkor ...

Kuhanje v foliji – pečenje v žerjavici

Krompir: Neolupljen opran krompir zavijemo v folijo in ga položimo v žerjavico. Občasno ga obrnemo. Pečemo približno 20 minut.

Jabolko brez sredice napolnimo z rozinami (orehi, lešniki, suhim sadjem ...), sladkorjem in maslom, zavijemo v folijo in pečemo v žerjavici.

Meso (mleto, bedra) začinimo z vegeto, po želji dodamo še koščke krompirja in zelenjave, zavijemo v folijo in pečemo v žerjavici.

Korzni storž očistimo laskov in ličja ter rahlo zdrgnemo s soljo, nato ga obložimo z ličjem in zavijemo v folijo ter položimo v žerjavico.

Jajce – Pomarančo prerežemo na pol, previdno odstranimo krlje iz lupine ter v eno polovico ubijemo jajce, v drugo pa damo dve žlički masla. Oboje – vsako polovico posebej – zavijemo v folijo in damo v žerjavico. Po približno 15 minutah je jajce pečeno. Za maslo pa sta dovolj 2 minuti. Potrebujemo le še kruh,

ki ga pomakamo v stopljeno maslo.

Podobno lahko naredimo z ribami, kruhom in drugimi jedmi. Možno je tudi cvrtje v žerjavici s pomočjo obešalnika iz žice, čez katerega napnemo folijo.

V folijo lahko zavijemo tudi testo za kruh in tako spečemo majhne kruhove hlebčke v žerjavici.



Segrevanje konzerve s pripravljeno hrano (golaž, omake in podobno):
Kadar imamo hrano v konzervi, nimamo pa primerne posode, da bi to hrano pogreli, hrano pogrejemo na sledeči način: Konzervo malo odprimo, da zmanjšamo pritisk v njej. Položimo jo v žerjavico in jo vsake toliko časa malo premaknemo.

5.1. Glavne jedi

Vsi recepti so za 10 oseb.



Jej počasi in uživaj, kar ti narava nudi.

Solata z makaroni

Potrebujemo: 600 g drobnih makaronov, 10 žlic majoneze, 10 žlic polnomastnega jogurta, 300 g šunke, 300 g sira, peteršilj, 8 kumaric, 3 mlade čebule, poper, sol.

Makarone skuhamo (najprej zavremo vodo, šele nato dodamo sol, saj bo na tak način voda hitreje zavrela) in ohladimo. Na kocke narežemo sir, čebulo, šunko, kisle kumarice in sesekljam peteršilj. V posodi zmešamo majonezo in jogurt, tako da dobimo gladko zmes. V posodo z odcejenimi makaroni zlijemo zmes majoneze in jogurta, dodamo narezan sir, šunko ... Zmešamo, da so vsi koščki dobro obliči, posolimo ter popramo.

Po želji lahko dodamo še ribe iz konzerve (namesto šunke), kuhano koruzo, jabolka, papriko ...

Kosmiči na mleku

Potrebujemo: 125 dag ovsenih kosmičev, 20 dag sladkorja, 20 dag orehov, rozine, vodo, 3 litre mleka, sol.

Kosmiče splaknemo pod vodo, precedimo ter stresemo v posodo. V posodo nalijemo toliko vode, da so kosmiči prekriti z vodo, solimo. Kuhamo do vretja, mešamo, da se jed ne prižge. Ko se začne gostiti in zmanjkuje vode, začnemo prilivati mleko. Kuhamo, dokler se kosmiči ne zmeščajo. Malo pred koncem jed sladkamo. Dodamo še narezane orehe in rozine in jed je končana.

Krompir z jajcem

Potrebujemo: 2 čebuli, 5 večjih krompirjev, 3 hrenovke, 5 jajc, 1,2 dl mleka (ali vode), 25 dag sira, sol, poper po želji.

Čebulo prepražimo na olju, da postekleni, dodamo krompir, kasneje še na kolobarčke narezano hrenovko. Ko je vse skupaj pečeno, prelijemo z razžvrkljanimi jajci z mlekom ali vodo. Pokrijemo, da jajce zakrknje. Na koncu potresemo z naribanim sirom. Ko se sir zmešča, je jed gotova.

Krompirjeva juha z ajdovo kašo (Gorenjska)

Potrebujemo: 125 dag krompirja, 2 lovorova lista, 2 vejici majarona, 2 žlici peteršilja, 8 dag maščobe, 2 čebuli, 5 strokov česna, 2 žlici ajdove moke, 5 žlic kisle smetane, 2 žlici kisa, sol, poper, 13 dag ajdove kaše.

Olupljen krompir, narezan na kocke, damo kuhat v slano vodo s strtim česnom, majaronom, peteršiljem in lovorom. Posebej na maščobi (olje) prepražimo nasekljano čebulo, jo potresemo z moko, zarumenimo, zalijemo z vodo in malo pokuhamo ter prilijemo h kuhanemu krompirju. Posolimo, popramo in okisamo.

Posebej skuhamo ajdovo kašo v slani vodi. Kuhani kaši odlijemo vodo in jo dodamo krompirjevi juhi. Preden jo postrežemo, dodamo še kislno smetano.

Ajdova kaša z gobami (Prlekija)

Potrebujemo: 700 g ajdove kaše, 3 žlice maščobe, 3 čebule, 500 g gob, sol, poper.

Sesekljano čebulo prepražimo na maščobi, da zarumeni, dodamo prebrano in oprano kašo, poper, sol. Premešamo in zalijemo z 2 l vroče vode. Ko zavre, zmanjšamo toploto, in ko voda povre, je kaša kuhana. Na maščobi prepražimo čebulo, da zarumeni. Oprane gobe narežemo na tanjše rezine, jih stresemo na čebulo in podušimo, da se omehčajo. Ko se zmeščajo, jih posolimo in dodamo vegeto. V pripravljeno gobovo prilogo stresemo ajdovo kašo, zmešamo skupaj in postrežemo.

Golaž

Potrebujemo: 130 dag mesa, 60 dag čebule, 2 stroka česna, malo vegete, sol, 5 dag sladke paprike, 5 dag moke, olje ali mast, kumino, majaron, 5 dag paradižnikove mezge.

Nasekljano čebulo prepražimo na maščobi, dodamo na kocke narezano meso in začimbe (sol, vegeta, česen, kumina, majaron). Pražimo, da se meso zapeče. Nato prilijemo približno 2 dl vode, premešamo in dušimo, dokler voda ne izpari. Dodamo moko, paradižnikovo mezgo in sladko papriko. Zalijemo z vodo in kuhamo naprej, da se meso zmešča.

Paradižnikova juha

Potrebujemo: 3 žlice sladkorja, 1/2 litra paradižnikovega koncentrata, 2–3 litra vode, olje, baziliko, jušni koncentrat, sol, poper, 1/4 kg riža.

Na olju do svetlo rumenega popečemo sladkor, dodamo paradižnikov koncentrat in zalijemo z vodo. Med kuhanjem dodamo baziliko, jušni koncentrat, sol in poper. Pred serviranjem dodamo še kuhan riž.



Ljubezen gre skozi želodec.

5.2. Sladice

Vsi recepti so za 10 oseb.

Sadje v čokoladi

Potrebujemo: sadje (jabolka, hruške, banane, jagode, ananas...), 500 g čokolade, 250g masla, veliki zobotrebec.

Sadje narežemo na kose. V posodo damo čokolado razlomljeno na koščke in dodamo maslo. Grejemo nad ognjem in mešamo, da dobimo gladko maso. Sadje nabodemo na zobotrebec ter jih pomakamo v vročo čokolado.

Pečene banane (ali ostalo sadje) na maščobi

Potrebujemo: 10 banan, olje.

Banane narežemo na 0,5–1 cm debele koščke. Segrejeemo olje (tanka plast olja v posodi), jih vržemo v olje, enkrat obrnemo in zložimo v posodo.

Tiramisu

Potrebujemo: 2 paketa bebi piškotov, kavo, 1 liter sladke smetane, kakav.

Skuhamo kavo in jo močno sladkamo. Ohlajeno kavo prelijemo v širšo posodo (pazimo, da ne zlijemo v posodo kavne usedline). Stepemo smetano. Piškote pomakamo v kavo in jih zlagamo na pekač, enega zraven drugega. S smetano premažemo plast piškotov, posujemo s kakavom in naložimo še eno plast piškotov. Spet namažemo s smetano in na vrhu posujemo s kakavom. Ohladimo.

Rumove kroglice

Čas priprave: 10min. Potrebujemo: 20 dag albert keksov, 10 dag sladkorja v prahu, 10 dag kokosove moke, 10 dag čokolade v prahu, 25 dag margarine, 4 žlice ruma.

Piškote natremo, vse sestavine zgnetemo in oblikujemo majhne kroglice, ki jih po želji lahko povaljamo v kokosovi moki, mletih orehih ali v kristalnem sladkorju.

Ocvrta jabolka

Potrebujemo: 10 jabolok, 4 jajca, 1 liter mleka, moka, olje.

Naredimo maso za palačinke. Jabolka narežemo na 3 cm široke kolobarčke tako, da odstranimo peške., jih pomočimo v maso za palačinke in ocvremo v segretem olju do zlatorumene barve. Pečena jabolka zložimo na krožnik, na katerega smo predhodno položili papirnato brisačo, ki bo popila odvečno maščobo.

Štrudelj v saču

Potrebujemo:

Vlečeno testo (lahko kupimo ali): 80 dag moke, 4 žlici olja, 1 jajce, 2 žlici kisa, 3,5 dcl mlačne vode, sol. Nadev: 1,5 kg jabolok, 15 dag masla, 25 dag sladkorja, cimet, 250 ml sladke smetane, 25 dag drobtin.

V moko naredimo jamico. Na sredino ubijemo jajce in dolijemo olje. Vodo zmešamo s kisom in soljo. Iz vseh sestavin zamesimo testo. Pustimo, da počiva najmanj eno uro, nato ga razvlečemo na pomokan prt ali rjuho.

Jabolka olupimo na nstrgamo. Dodamo sladkor, cimet in sladko smetano. Maslo stopimo in ga polijemo po razvlečenem testu, čez na drobno posujemo drobtine. Dodamo nadev in s pomočjo prta oz rjuhe vse zvijemo v svaljek. Sač namažemo z malo masla in vanj postavimo štrudelj. V vilicami naredimo par lukenj ter sač zakopljemo v vročo žerjavico za okoli 1 uro.

Piškoti brez peke

Potrebujemo: 1 skodelica sladkorja, 1/4 skodelice kakava, 3 skodelice ovsenih kosmičev, 1 skodelica arašidovega masla (lahko tudi brez), ščepec soli, polovica skodelice mleka, pol skodelice masla.

V ponvi zmešaj sladkor, kakav, mleko, maslo in sol. Na zmernem ognju segrej do vrenja, nato odmakni iz ognja in pusti zmes 1 minuto, da se malce ohladi. Dodaj maslo in ovsene kosmiče. Dobro premešaj.

S čajno žličko zajemaj maso in jo deni na peki papir, da se ohladi.



Zajtrkuj z družino, kosi s prijatelji, večerjo daj lačnim.

6. OPREMA ZA KUHANJE

Kaj naj vzame vod na poletni tabor?

OPREMA ZA KUHANJE:

- vžigalice
- ponev
- lonec ali kotel
- pokrovka
- 1 malo večji kuhinjski nož (za kruh ...)
- 1 manjši nož (za lupljenje krompirja)
- deska za rezanje kruha
- kuhalnica
- lopatica za obračanje v ponvi
- manjša posoda za solato
- 8 jogurtnih lončkov
- jedilni pribor za vsakega (krožnik, skodelica + pribor)

POSODA ZA POMIVANJE:

- 0,5 l detergenta (biološko razgradljivega!)
- 2 plastični posodi
- 2 gobici za pomivanje
- žična gobica
- 4 krpe za brisanje posode

Vsa oprema naj bo podpisana z vodoodpornimi flumastri oz. kakorkoli drugače označena, da ne boste zaradi tako banalne malenkosti ostali brez opreme.



Kako najlažje očistimo posodo?

1. Od saj umazano posodo najlažje očistimo, če jo pred kuho z zunanje strani namilimo.
2. Če nimamo gobice in mrežic, za grobo čiščenje posode uporabimo mivko iz potoka.
3. Če nimamo detergenta, lahko očistimo posodo tudi s pepelom in vodo.
(Glej tudi poglavje Skrb za okolje.)

Kaj ne sme manjkati v kuhinji poletnega tabora?

OPREMA GLAVNE KUHINJE:

- vžigalice
- vrečke (2 l, 5 l)
- elastike
- gorilnik na plin (+ polna plinska bomba)

- kanistri za pitno vodo (vsaj 3 po 20 l)
- večja ponev ali nižja posoda z večjo površino
- manjša posoda (2 l) s pokrovko
- 4 večje posode (5 l, 5 l, 10 l, 20 l) s pokrovkami
- večji plastični posodi za sadje, solato, pomivanje
- manjše plastične posode s pokrovi za shranjevanje
- 2 vedri za pripravo sokov
- plastično cedilo za makarone
- lij za pretakanje
- 2 veliki kovinski cedili za čaj, riž
- (»ribežn«) strgalnik
- 3 velike zajemalke
- 3 velike kuhalnice
- lesen nož za peko palačink
- 3 večji noži (za kruh, meso ...)
- 2 večji deski za rezanje
- pribor za pomivanje
- 20 krp za brisanje posode

Količine posameznih potrebščin za glavno kuhinjo je potrebno prilagoditi velikosti čete oziroma številu udeležencev. Zgornja priporočila so izdelana za približno 20–25 ljudi.

Oprema taborne kuhinje

Pa si pogledjmo, kako je opremljena kuhinja za nekoliko večjo množico skavtskega ljudstva.

LONCI (+ pokrovke):

- 1 x 50 l
- 2 x 40 l
- 1 x 30 l
- 1 x 25 l
- 10 x manjši lonci za druge potrebe (približno), velikosti 1–10 l.

KUHINJSKI PRIBOR:

- 4 zajemalke
- 3 velike + nekaj (4) manjših kuhalnic
- 7 nožev (3 veliki, 4 manjši)
- nožki za lupljenje
- 2 lopatki za žar
- 2 dolge vilice za žar
- 10 žlic
- 10 vilic
- 10 nožev
- male žličke

PLASTIČNE POSODE:

- 60 l čeber za zbiranje umazane posode
- 12 plastičnih skled za solato, kruh ...

POSODE ZA PITNO VODO:

- 50 l
- 22 l,
- 5 l (skupaj za približno 300 l vode)

Vodo iz plastičnih posod so uporabljali za kuhanje in pripravo sokov. Vodo so hodili iskat vsak dan (1-krat ali 2-krat).

- Večja posoda (sod, cisterna) za potrebe kuhinje (kuhanje, pomivanje) je bila cisterna za 700 l vode (to je tudi približna dnevna poraba vode iz cisterne).

KUHALNIKI:

- 4 večji kuhalniki + plinske jeklenke (6)
- 1 manjši kuhalnik z dvema gorilnikoma za plin
- 2 originalna gorilnika za ponev premera 1 m za žar + plinske jeklenke

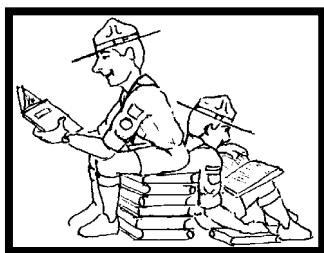
RAZNO:

- predpasniki za kuharje
- kuhinjske krpe za brisanje posode
- vreče za smeti
- palete (16 x)
- mize (gasilski kompleti 5 x)
- košarice (nakupovalne) – košarica za vsak vod (z njimi so prenašali živila za zajtrk ...), lahko uporabimo tudi lesene ali plastične gajbice
- polivinil za pokrivanje miz
- police za posodo, pribor ipd. (dolžina 3 m = 2 x 1,5 m)
- vžigalice in vžigalniki
- plinska svetilka + kartuše, sveče
- šotor za kuhinjo – vojaški s štirimi členi
- vrtna bela streha (gadafi šotor)
- dodaten prostor za shrambo + hladilnik (večji – gostinski)
- kombi

7. SHRANJEVANJE HRANE

Kako shranjujemo hrano na taboru?

1. Hladilnik v zemlji: Izkopljemo jamo, globoko 1 m, dolžino in širino pa določimo glede na število udeležencev (priporočamo 1 m x 1 m). V jamo damo šotorko in nanjo zložimo živila (maslo, jajca, mleko ...). Jamo prekrijemo s šotorko. Če imamo možnost, uporabimo prenosne hladilne skrinje, jih položimo v jamo in pokrijemo s šotorko.
2. Hladilnik v vodi: Živila damo v večjo vrečko (za smeti), ki jo dobro zavežemo in privežemo za vejo ali skalo.
3. Vrečke.
4. Posodice s pokrovi.



Literatura

- A. Markuž: 1000 zakaj 1000 zato. Beograd: Vuk Karadžić, 1988.
- J. Lajovic, D. Neubauer, A. Strdin, F. Kozjek: Družinski zdravstveni vodnik: konvencionalno in alternativno zdravljenje. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1998. (Domači zdravnik).
- M. Vrbinc: Podvig: praktični nasveti za skavtizem. Ljubljana: Scout service, 1993.
- R. Godec: Življenje v naravi. Ljubljana, 1981.
- A. Dvoršak: Preživetje v naravi za vse, ki žele ali morajo preživeti v naravi z najskromnejšimi pripomočki. Ljubljana: Kmečki glas, 1995.
- D. Pokorn: Zdrava slovenska kuhinja. Ljubljana: Marbona, 2001.
- B. Beckett, R. M. Gallagher: Biologija za 7. razred osnovne šole. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije, 1994.
- F. Svetina, T. Urbanc: Jedu- jedu: Kako nasititi 300 lačnih ust. (povzetek količin hrane na Kvajdeju 2002- v računalniški obliki).

Opazovanje narave in stezosledstvo



1. OPAZOVANJE NARAVE

Vsa ljudstva, ki so temeljila na lovno - nabiralnem načinu življenja so opazovanju narave in interpretaciji videnega, namenili veliko pozornosti. Tekom stoletij so bila njihova življenja namreč močno odvisna od njihovih spretnosti v opazovanju. Starodavna ljudstva so bila torej sposobna zaznati tudi najmanjše, vendar pomembne podrobnosti iz svojega okolja. Poleg tega pa so jih znali tudi smiselno razložiti oz. interpretirati. Sluh, vid, tip, vonj in okus so čutila, ki so bila njihovo orodje, s katerim so se dokopali do informacij, potrebnih za njihov obstoj. Danes, lahko prepoznamo najboljše lovce v območju savane, med ljudstvom San ali globoko v amazonski džungli med ljudstvom Yanomami, ter redkimi drugimi plemeni.

Kaj pravi o opazovanju narave Baden Powell, ustanovitelj skavtov?

Med Matabelsko vojno smo nekega dne skupaj z domačini oprezali na široki, travnati planjavi blizu hribovja Matopo. Nenadoma smo prečkali svežo sled v travi. Bilke so bile še vedno zelene in vlažne, toda pomendrane. Vse so ležale v isti smeri, tako da se je jasno videla smer, v katero so ljudje potovali. Po določeni razdalji je sled zašla na peščeno zaplato in ta nam je razkrila, da je odtise pustila skupina žensk (majhna stopala z ravnim robom, kratki koraki). Hodila je proti osem kilometrov oddaljenim hribom, kjer smo predvidevali, da se skriva sovražnik.

Nato smo kakih devet metrov od sledi ugledali list. Kilometre naokrog ni bilo nobenega tovrstnega drevesa, vedeli pa smo, da drevesa s takšnimi listi rastejo v vasi, kakih 25 km oddaljeni v smeri, iz katere je prišla skupina, ki smo ji sledili. Videti je bilo, da so ženske prišle iz te vasi, nesoč liste s seboj, in odšle proti hribom.

Ko smo pobrali list, smo ugotovili, da je bil vlažen in je dišal po naravnem pivu. Majhni koraki so pričali o tem, da so ženske nosile tovor. Zato smo sklepali, da so, v skladu s tankakajšnimi običaji, na svojih glavah nesle vrče naravnega

Skavti se moramo neprestano učiti, če želimo razumeti knjigo narave. Učiti pa se moramo predvsem iz lastnih izkušenj, z željo po odkrivanju novega. Večina ljudi spoznava okolje le z očmi. Z uporabo ostalih čutil pa se pred nami odpre svet, katerega prej nismo videli. Natančno opazovanje majhnih znakov in sledi nam bo dalo bogatejše življenje, saj bo tako naš pogled segal dlje.

piva, katerim so odprtine zamašile s šopi listja. Eden teh listov je izpadel in to, da je ležal devet metrov stran od poti, je izdajalo, da je v času, ko je padel, pihal veter. Tedaj, ob sedmih, ni bilo vetra, je pa pihal okrog petih.

Tako smo iz vseh teh znakov sklepali, da je skupina žensk in otrok ponoči prinesla pivo iz 25 km oddaljene vasi in ga odnesla našemu sovražniku v hribih, kamor je prispela kmalu po šesti uri. Može so se najbrž takoj lotili piva (saj hitro postane kislo), kar pomeni, da so zaradi alkohola postali zaspani in nepozorni na morebitne sovražne oglednike.

Pot smo torej nadaljevali po sledi žensk, našli sovražnika, si ga temeljito ogledali in se vrnili nazaj s podatki, brez vsakršnih težav. In vse to po zaslugi enega lista.

Kako postati dober opazovalec?

Vsak skavt bi se moral v večini **natančnega opazovanja** načrtno vaditi. Pri tem pa je dobro predvsem to, da se ga lahko učimo kjerkoli in kadarkoli. Če smo v naravi, opazujemo sledi, živali, rastline, nebo in posebnosti ob poti, v mestu pa ljudi, izložbe, hiše, promet ter dogajanje na ulici.

In ko se enkrat naučimo natančnega opazovanja, nam bo to koristilo vse življenje. Opazovanje je namreč dober pripomoček za urjenje spomina, pozornosti, razlaganja in razmišljanja in lastnih zaznav.

Katera čutila uporabljamo pri opazovanju narave?

Vid, sluh, tip, vonj.

Kljub temu, da kar 90% zaznav iz okolja zaznavamo s pomočjo vida, je ključno, da razvijamo tudi ostala čutila, saj velikokrat presegajo območje vidnega.

1.1 Glej

Pri treniranju vida je pomembno zavedanje, da naše oko potrebuje določen čas (15-30min) intenzivnega, zbranega opazovanja, preden dosežemo zgornjo zmogljivost naše zbranosti. Gledati še zdaleč ne pomeni videti. Da pa bomo lažje videli, moramo najprej poznati prednosti in slabosti našega vida.

Vid grobo lahko razdelimo na širokokotni pogled, ter fokusirani pogled. Ljudje večino časa (95%) uporabljamo **fokusirani pogled**, ter le malo časa (5%) **širokokotni pogled**, kar pomeni, da naše oko večino časa preskakuje s točke v točko, medtem ko so ostale stvari v našem vidnem polju neostre. Srnjad vidi ravno obratno, kar pomeni, da imajo širok pregled nad okolico. Tako hitreje zazna premike, spremembe v okolici (grožnja morebitnih plenilcev), z izostritvijo točke se nato prepriča ali je skrb opravičena ali ne. Tako je ključ za približevanje določeni divjadi v potrpežljivem počasnem gibanju, ter popolni zamrznitvi gibanja, ko nas žival zasluši.

Značilnost dobrih opazovalcev je, da njihov pogled ni uprt v tla, temveč daleč naprej na horizont, tako lahko zaznajo vsak najmanjši premik v okolici. Šele ko določeno stvar uvidimo, jo lahko bolj natančno opazujemo s pomočjo pripomočkov. Torej trenirajmo predvsem širokokotni pogled (daljnogled, povečevalno steklo,...).

Ponoči se prepogosto zanašamo na močne svetilke, ki omejujejo naš vid na osvetljeno polje svetilke. Ugasni luč in ugotovil boš, da dosežemo 80% **nočnega vida** v prvih 15 minutah, ter 100% nočni vid vid šele nekje po 1 uri (takrat se nam zenica max. razširi). V primeru, da nam nekdo posveti v oko, nas dobesedno oslepi (zenica se nam skrči), kar pomeni, da smo ponovno na začetni točki vidnega.

1.2 Poslušaj

Živali prav tako kot ljudje uporabljajo glasove za sporazumevanje. Ptice s petjem označujejo svoj življenjski teritorij. Svizec s svojimi žvižgi hitro in učinkovito opozori ostale živali na nevarnost. Netopirji pa se oglašajo z nam neslišnimi ultrazvočnimi klici, s pomočjo katerih se orientirajo v prostoru tudi v trdi temi.



Tudi mi lahko izboljšamo svoj sluh, tako da postavimo roke za ušesa in jih malo potisnemo naprej. S tem bomo zaznali tudi tiste zvoke, ki jih sicer ne bi.

Divjad ima bolj razvit sluh predvsem zaradi primernejše oblike in velikosti ušes ter zaradi sposobnosti premikanja ušes v različne smeri.

Večino živali v gozdu nas bo prej slišalo kot pa videlo. Tako je na nas, da se odločimo, kdaj hočemo biti slišani in kdaj ne.

Pri zalezovanju, pa je ključnega pomena, da vsake toliko postanemo in prisluhnemo.



1.3 Vonjaj

Divjad pogosto zazna približujočega se plenilca tako, da zazna njegov vonj in zaradi tega postane pozornejša. Hkrati pa tudi plenilec določi smer svojega plena na isti način. Nekatere živali s svojim vonjem urina označujejo svoj življenjski prostor. Mravlja se mora zanesti na svoj vonj, saj s pomočjo njega najde pot nazaj do gnezda.

Lisica izboljša svoj vonj tako, da z jezikom oslini nos.

Živali vedno sledimo v smeri proti vetru, tako veter ne bo ponesel našega vonja k divjadi, hkrati bomo mi hitreje zavonjali prisotnost divjadi.



Na podoben način lahko tudi ti izboljšaš svojo sposobnost vonjanja, in sicer tako, da ovlažiš zgornjo ustnico z malo vode. Na tak način dobimo dragocen podatek o tem, kaj se dogaja okrog nas.

1.4 Tipaj

Potočna postrv ima posebne čutnice, s pomočjo katerih zazna smer in jakost vodnega toka, kar ji omogoča preživeti v hitrih potokih in rekah. Nekatere živali se s pomočjo brkov in tipalk zanesejo na svoj tip bolje kot na katerikoli drug čut. Celo živali z zelo dobro razvitim vidom ali vonjem se morajo pogosto bolj zanesti le na sposobnost tipa.

Kadar treniramo, tip poskusimo izključiti vid (prekrijmo oči z rutico). Tako lahko bosi raziskujemo gozdna tla, opazujemo strukturo drevesnega lubja, vadimo tiho hojo,...

Četudi človek s tipom ne more zaznati stvari, ki jih zaznajo nekatere živali, pa nam lahko ta čut v veliki meri pomaga pri boljšem razumevanju narave.

2. GIBANJE PO GOZDU

Kako hodimo po gozdu?

Ko se gibljemo po gozdu, moramo obnašanje prilagoditi okolju. Živali se nam bodo mirno umaknile, če jih bomo le pravočasno opozorili na našo prisotnost. Če smo v družbi, se med seboj normalno glasno pogovarjamo. Če pa smo sami, občasno s kakšnim zvokom ali glasnejšo hojo opozarjamo na našo prisotnost. Priporočljivo je imeti pohodniško palico, ki ob hoji udarja ob kamenje in ležeče veje. Tako se izognemo morebitnim bližnjim srečanjem. Nikakor pa ne hodimo skozi gozd kot kakšna horda in pri tem glasno kričimo, saj tako preveč vznemirjamo prebivalce teh gozdov.

3. STEZOSLEDSTVO

Za starejše stezosledce

Stezosledstvo v osnovi uvrščamo v eno iz med prvih znanosti, saj je za njo značilen znanstveni pristop, predpostavlanja, dokazovanja in preverjanja. Stezosledstvo v osnovi delimo na dva dela:

a) **Sistematično sledenje** - V ta del lahko umestimo vsa dejstva, ki se jih lahko naučimo (iz literature, kar nam je kdo povedal, nas

naučil).

b) **Hipotezno sledenje - Drugi del** predstavlja vse tisto, kar ne moremo vedeti, znati, lahko pa predpostavimo oz. predvidimo.

Tako lahko na terenu najdemo jasno stopinjo živali, ki jo prepoznamo kot lisičino sled, lahko določimo čas in smer v katero je namenjena (sistematični del), korak naprej izgubimo sled, prisiljeni smo postaviti hipotezo – Kam predpostavljamo, da je opazovana žival odšla (hipotezni del). Smo na spolzkih tleh. Odločimo se in sledimo svoji teoriji, nato je naša naloga, da s sistematičnim sledenjem najdemo novo sled, nov dokaz, ki bo našo hipotezo potrdil ali ovrgel.

3.1 Poznaš osnovna stezosledska vprašanja?

Ob vsaki sledi se vprašaj naslednje:

1. Katero žival slediš? (vrsta živali)
2. Kje je žival bila, kam je odšla? (smer)
3. Kdaj je žival pustila sled? (časovnica)
4. Kako hitro se je premikala? (hitro, počasi)
5. Kaj je tu počela? (dogodek)
6. Kako je to počela? (za izkušene stezosledce)

1. Katero žival slediš?


(Glej poglavje Živalske stopinje, str. _____)

2. Kje je bila, kam je odšla?

Izjemno pomembno je določiti smer v katero je opazovana žival odšla. Sprednji deli stopal se zarinejo globlje kot zadnji deli stopal. Robovi so praviloma bolj jasni, zadnji deli stopal so pogostokrat zabrisani. Drobcji medija (materijala) so praviloma pred stopinjo. Znaki krempljev nam prav tako kažejo smer odhoda.

Pohojena trava nam lahko pove smer,

v kateri je žival hodila, saj so take travne bilke rahlo upognjene v smeri premikanja. Pohojena trava tudi drugače odseva svetlobo, zaradi česar je sled še toliko bolj vidna. Tudi vlaga na rastlinah nam večkrat lahko olajša zasledovanje. Tako npr. rosa, ki se nabira na listih rastlin, navadno dobro odbija svetlobo. Mesta, kjer je hodila žival, preden se je spustila rosa, pa se običajno vidijo kot temne lise, kajti svetloba se od potlačениh rastlin odbija pod drugačnim kotom kot od okoliškega rastlinja. Če pa se je zasledovana žival premikala, ko se je rosa že spustila, na pohojenih rastlinah ne bo več kapljic vode.

 Sledi niso le odtisi šap in parkljev, ampak tudi: odtrgane veje, obgriznjeno lubje ter gobe, pohojena trava, dlaka na drevesu ali gmru, strgane pajkove mreže, obrnjeno listje in kamenje, ki ima izpostavljeno temno, vlažno stran, ter ostale najmanjše podrobnosti, ki nam lahko dajo pomembno informacijo o zasledovani živali. Tako nam lahko npr. vlaga, obrisana z grmovja, pove točno višino živali.

3. Kdaj je žival pustila sled?

Tu nas zanima predvsem časovnica. Kdaj je žival, ki ji sledimo pustila to sled.

Robovi svežih sledi parkljev in šap so ostri in v njih ni iglic, listja ali drugih smeti. Toda na splošno velja, da sled začne razpadati takoj, ko je nastala. Veter, dež in druge vremenske razmere povzročijo uničevanje pomembnih podrobnosti, vse dokler ne ostane noben detajl več. Sled je iz ure v uro in iz dneva v dan bolj nejasna, njeni robovi pa postajajo vse bolj zabrisani. Tudi različne vrste zemlje in snega vplivajo na obliko in obstojnost sledi. Za pomoč poleg najdene sledi odtisnite svoj prst, nato primerjajte svojo svežo sled z najdeno sledjo.

4. Kako hitro se je premikala?

(glej poglavje vzorci gibanja, str. _____)

Najdena sled nam lahko pove tudi, kako hitro se je žival premikala. Žival, ki se premika v hoji večinoma polaga zadnje tace v stopinje prednih tac. Pri teku se korak podaljša, sled je globlja, več je narivnega materiala, saj se pri

teku odriva od tal z večjo silo kot sicer.

5. Kaj je tu počela?

Se je žival tu prehranjevala, je morda le prečila teren, je tu ležala,...

3.2 NASVETI ZA BRANJE SLEDI

Kje najlažje najdemo sledi?

Najlažje jih bomo našli na stalnih živalskih poteh ali stečinah. Večina živali namreč vsako noč uporablja iste poti. Tako bomo veliko sledi našli ob vodi, kamor se hodijo živali napajati, in pa ob krmiščih. Gotovo pa ne bomo imeli težav z iskanjem sledi na zimskem snegu, zato bi lahko poimenovali sneg kar knjižnica sledi.

Kaj nam je v pomoč pri branju sledi?

Ena izmed pomembnejših stvari pri branju sledi je svetloba. Najugodnejše svetlobne razmere za opazovanje sledi bomo imeli zgodaj zjutraj in pozno popoldne, ko na sledi padejo dolge sence. Opazovana sled mora biti vedno med nami in virom svetlobe (soncem). Neizkušen stezosledec namreč pogosto spregleda pomembne sledi ravno zato, ker se mu zdi prenaporno, da bi počepnil.

Ko sled izgubimo ...

Če sledimo neko žival, se nam rado zgodi, da nenadoma sled izgubimo. Takrat se moramo vrniti na »točko poslednjega stika«, to je točko, na kateri smo zadnjič videli sled, in to sled še enkrat dobro preučiti ter šele nato nadaljevati s sledenjem.

Kako se gibamo po terenu (nasvet)

Stezosledec nikoli ne pohodi sledi, ki jo je našel, saj nikoli ne ve kdaj se bo moral vrniti in ponovno preveriti.

Čimbolj bomo neslišni in nevidni, več plašnih živali bomo lahko opazovali ali srečali. Priporočljiva je hoja po travi, mehkem terenu ali gladkih kamnih. Naša obleka naj ne bo iz šumečih materialov ali živih barv. Izogibamo se hoje po manjših ali večjih vejah, listju,

dračju in gosti podrasti. Koraki naj bodo lahki in stopanje naj bo mehko (indijanska hoja). Pri vsem tem pa nikoli ne smemo pozabiti na lastno varnost. Nekatere vrste živali je bolje opazovati z visokih prež. Le-te pa so last lovskih družin, ki takšne opazovalnice gradijo in jih tudi vzdržujejo. Obvezno se moramo prej z njimi dogovoriti o uporabi in pravilih vedenja, da ne bi prišlo do nesporazumov. O morebitnih lokacijah brlogov in krajev, kjer se zadržujejo samice z mladiči, pa se tudi pozanimajmo pri lovcih ali gozdarjih.



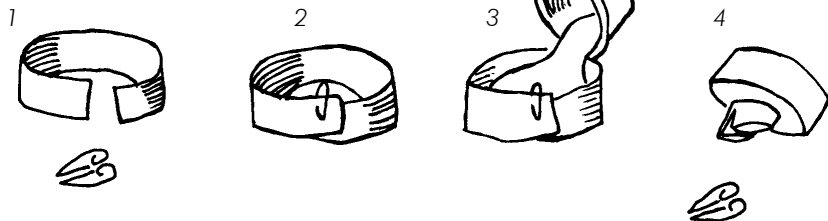
Pet nasvetov za uspešno stezosledstvo

1. Ne premikaj se hitro, da ne spregledaš pomembnih sledi.
2. Nauči se uporabljati tako svoj vid kot tudi voh in sluh.
3. Sledi ne smeš le opazovati, skušaj tudi razložiti njihov pomen.
4. Spoznaj zasledovanca tako, da preučiš njegove navade in potrebe.
5. Bodi vztrajen: Če izgubiš sled, jo poskušaj ponovno najti.



Mavčni odlitek sledi

Najprej je potrebno najti lepo izraženo sled, ki ima še svojo prvotno obliko. Nato prostor okoli sledi očistimo ter sled obkrožimo z listom lepenke (slika 1 in 2). V posodico s palčko umešamo mavec (dobimo ga v trgovinah z gradbenim materialom) in vodo, da dobimo težko tekočo zmes. To zmes vlijemo v sled (slika 3) in počakamo, da se strdi. Ko je mavec dovolj trd, ga previdno odstranimo (slika 4) in postavimo v suh prostor, da se dokončno posuši.



3.2 VAJE IZ STEZOSLEDSTVA

Dober način učenja predvidevanja in opazovanja je postavitve **peščene pasti**. Gre za vajo, kjer morate najprej predvideti pot živali, ki jo lovite (njeno stečino) in nato pripraviti površino za ulov njene stopinje. Na skrbno izbranem mestu razprostrite mivko oz. medij, ki je že v okolici in je dober za odtis (glina, obrečna mivka,...). V pesku pustite čim manj svojega vonja. Past pustite dan ali dva, ter nato preverite svoj ulov.

Fotolov je lov na živali, kjer namesto puške uporabljamo fotoparat. V skladu z 21. stoletjem imamo za trofejo fotografijo, "naša trofeja" pa lahko mirno živi naprej. Uspeh fotolova oz. našega opazovanja je odvisen od tega, kako se bomo uspeli pritajiti.

Risanje sledi je vsekakor ena boljših vaj, za prepoznavanje in opazovanje sledi. Sled rišemo ponavadi v merilu 1:1, kar nam omogoča, da s svinčnikom prenašamo mere s terena direktno na papir. Bodite pozorni na celotno geometrijo (glej str. ___), ter na odnose med blazinicami / parklji. Sledi, ki jo narišete, ne boste nikoli pozabili!

Mavčni odlitek vstavi sliko in texts s strani (str.224)

3.3 SISTEMATIČNO PREPOZNAVANJE STOPINJ

Prepoznavanje sledi, bi lahko primerjali z branjem knjige. Če želimo knjigo prebrati moramo najprej poznati črke. Podobno je z branjem sledi, za začetek je potrebno prepoznavanje in razlikovanje različnih živalskih sledi. Kljub temu, da je živalskih sledi ogromno (stečine, ležišča, iztrebki, slina, ostanki dlake, brlogi,...) se bomo v nadaljevanju osredotočili na živalske stopinje.

Čprav nas bo pri prepoznavanju sledi pogostokrat zaneslo k uganjanju je ključnega pomena, da se trudimo biti kar se da sistematični. Le tako lahko zmanjšamo možnost napačnega branja sledi in izključimo (ne)metodo uganjanja.

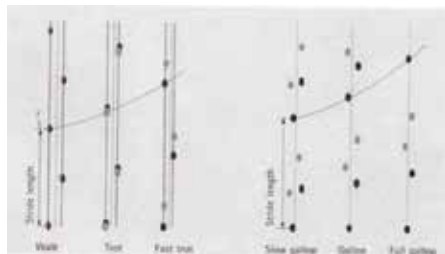
1. Velikost – Kako velika je stopinja?

Stopinjo jazbeca ločimo od medvedove najlažje po velikosti. Prav tako stopinjo srnjadi od stopinje jelenjadi.

2. Oblika – Kako je stopinja oblikovana?

Je sled, ko jo obrišemo okrogla, ovalna ali trikotna. Za mačke je značilna okrogla sled, psom pripisujemo rahlo ovalnost sledi. Srmino kopito ima trikotni obris.

(skica!!!!!!!!!!)



nova slika - igor!!

3. Število prstov – Kakšno je število prstov?

Jazbeca (5 prstov) od psov in mačk (4 prsti) ločimo že po številu prstov.

4. Odnosi med deli stopinje – Kakšni so odnosi med blazinicami?

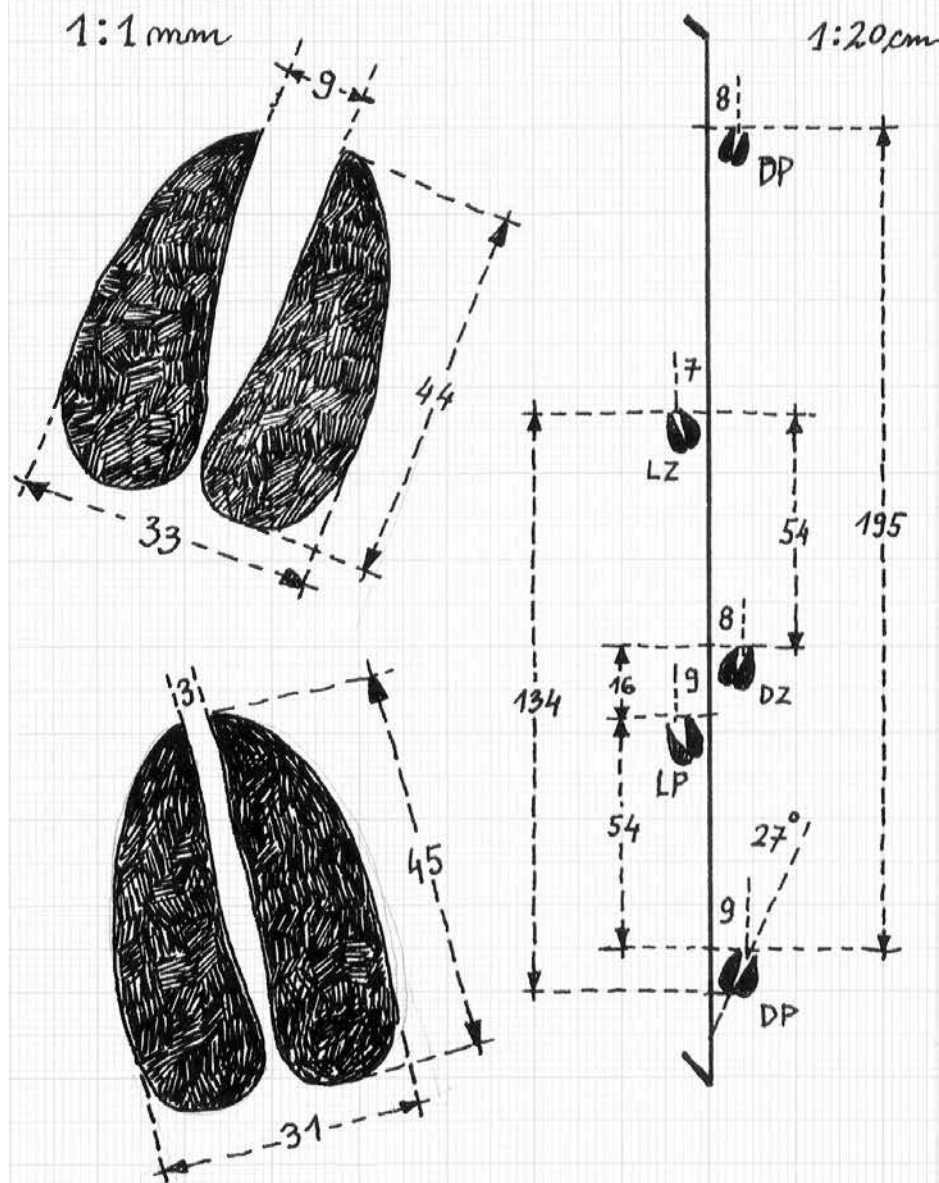
Kakšni so odnosi med posameznimi sklopi blazinic in kakšni so odnosi znotraj posameznih delov. Primerjaj prstne blazinice mačke in psa. Kakšni so razmiki, kakšne so smeri blazinic, nariši osi posamezne blazinice...?

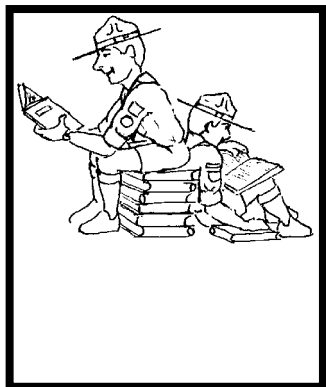
3.4 Vzorci gibanja

Predstavlja si, da se pelješ s sedežnico, ter opazuješ vzorce, ki jih za seboj puščajo živali v snegu, to so vzorci gibanja. Iz njih lahko določimo način gibanja, pri določenih vzorcih vrsto živali, velikost živali, smer... Svež sneg je odličen za opazovanje vzorcev gibanja.

Večino živali v hoji postavlja zadnje tace štirinožcev, na mesto prednjih. Kar pomeni, da bomo na terenu našli stopinjo v stopinji pogosto. Pri drcu (lahkem teku) se razdalja med razkorakom poveča, zadnja taca ne stopa več v stopinjo prednje. Pri teku se razkorak še poveča in vzorec se povsem spremeni.

Kako naj izgleda natančna skica za določanje stopinj in sledov divjadi





Literatura

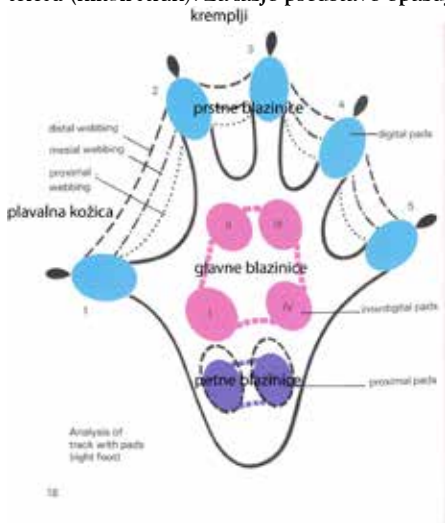
- The scout handbook. Great Britain: The official handbook of the scout association, 1972.
- The boy scout handbook. ZDA: Boy scout of America, 1990.
- Revija obramba. Letnik 27, Št. 6, 8, 9. Ljubljana: Zveza častnikov Slovenije [et. al.], 1995.
- Skavtič. Letnik 6, št. 7/8. Ljubljana: ZSKSS, 1997.
- D. Jarc: Preživetje v naravi. (Za interno uporabo na Udinborštu.)
- M. Černetič: Kaj moram znati za skavtski izpit. Ljubljana: Steg Ostrorogi Jelen, Brezovica 1, 1993.
- A. Bidovec in dr.: Lovčev priročnik. Ljubljana: Lovska zveza Slovenije, 1996.
- L. Liebenberg, The art of tracking - the origin of science, David Philip publishers, 1990.
- P.Bang, P. Dahlstrom, Animal tracks and signs, Oxford University Press, 2006.

Živali



SESALCI

V naravi ima vsaka stvar svojo vlogo, tako so se tudi stopala razvijala v skladu s tem načelom. Na spodnji skici si bomo ogledali teoretično stopinjo (desna taca), ki vsebuje vse dele stopala – kremplje, prstne blazinice, glavne blazinice, ter petne blazinice. Prsti so oštevilčeni od 1 – 5, prst št.1 - palec, prst št. 2- kazalec, ..., prst št. 5- mezinec. Ali stopinja pripada levi ali desni nogi opazovane živali nam bo razkril prst. št.1 – palec, ki je vedno obrnjen proti telesu (nikoli stran). **Za lažjo predstavbo opazuj svojo dlan!**



PODPLATARJI – ŽIVALI S 5 PRSTI Predstavniki: jazbec, jež, rovka, medved,...

Zgodnjo fazo sesalcev predstavljajo podplatarji, gre za predstavnike s 5 prsti, saj se zaradi telesne zgradbe (velik trup, kratke noge) večino časa gibljejo v hoji. Tako stopalo večino časa obremenjujejo po celotnem podplatu. Lepo vidne so tako petne blazinice, kot tudi glavne blazinice. (Prst št.1 je najkrajši, zato se na terenu večkrat pojavi

Skavti se na svojih aktivnostih velikokrat srečamo z različnimi živalmi. Ker jih ne razumemo in ne poznamo dovolj, se jih bojimo. Enako se odzovejo tudi živali. Iz strahu za lasten obstoj jo običajno urno ucvrejo, nekatere pa se postavijo v obrambno držo, ki jo spremljajo opozarjajoči glasovi. Pomembno je, da ne tečemo brezglavo naokrog, cvilimo in kričimo, mečemo palic in kamenja, kajti vse to bo žival še dodatno razdražilo in vznemirilo. Kako se ob takem početju počutijo, si lahko predstavljamo, če se postavimo v njihov kožuh. Kakor vsak izmed nas ima tudi vsaka živalca (čeprav nevarna ali pa celo strupena) svoje poslanstvo in mesto na zemlji. Skavt zna živeti v sožitju in je ne moti in ji ne škodi, sploh pa živali ne pobija, razen če v to ni prisiljen.

le bežen odtis, v določenih okoliščinah ni zaznaven.)

ŽIVALI KI HODIJO PO PRSTIH - ŽIVALI S 4 PRSTI

Predstavniki: mačka, ris, lisica, pes,...

Ta skupina se večino časa premika v drncu (lahkotnem teku). Pomisli, kako se razlikuje hoja od teka. Pri teku se teža telesa prenese naprej, pri tem smo prisiljeni teči po prstih, prst št.1 izgubi funkcijo, prav tako peta (petna blazinica). Za te živali je značilna zakrnelost prsta št.1 in izguba petnih blazinic. Te živali se gibljejo najtišje.

KOPITARJI – ŽIVALI Z 2 (1) PRSTOMA (PARKLJEMA)

Predstavniki: srnjad, jelenjad, gams, konj, osel, ovca, koza,...

Te živali imajo izrazito dolge noge, večino časa pri gibanju uporabljajo le konice prstov. Prsta št. 2 in št.5, ne opravljata več svoje naloge zato zakrnela. Tako na terenu opazimo le prsta (parklja) št. 3 in št. 4, zakrnela prsta pa se pri večini pojavita le redko (v globokem blatu). Izjema je divja svinja, ki ima zakrnela prsta nižje in sta zato na terenu praviloma vidna.

ZVERI

Katere družine zveri poznamo in zakaj so pomembne?

Zveri so karizmatične in krovne vrste, saj kot vrh prehranjevalne verige že s svojo prisotnostjo predstavljajo indikator zdravega raznovrstnega ekosistema. Razvrstimo jih v biološke skupine (družine):

- medvedi (rjavi medved)
- kune (kuna belica, kuna zlatica, podlasica, vidra, jazbec)
- mačke (divja mačka, ris)
- psi (volk, lisica, šakal)

Velike zveri (evrazijski ris, volk in rjavi medved) za svoje preživetje potrebujejo velike površine relativno ohranjenega življenskega prostora (habitata). S tem ko ohranjamo habitat velikih zveri hkrati ohranjamo tudi vse

ostale vrste, ki živijo v njihovem okolju.

MEDVEDI (ZVERI)

Predstavniki: rjavi medved

Kako prepoznati medvedjo sled?

Medvedjo šapo le s težavo zamenjamo s katero drugo sledjo, saj jo izdaja velikost. Sprednjo šapo bi lahko primerjali z iztegnjeno dlanjo odrasle osebe. Izrazite so prstne blazinice in v podaljšku le teh se pojavijo kremplji. Prav tako so lepo vidne glavne blazinice, med deli pogostokrat opazimo odtise dlake. Zadnjo taco po obliki lahko primerjamo s človeškim podplatom, vendar ju razlikujejo vidni medvedovi kremplji.

Kakšni medvedi živijo v Sloveniji?

Naš rjavi medved stoji doseže višino do 2,2 m in teži 350 kg in več. Dejaven je še posebej ponoči, je samotar. Je vsejed, prehranjuje se z borovnicami, jagodami, gomolji, mravljami, ribami, mrhovino, koruzo ... Sposoben je upleniti ovco ali celo košuto. Kljub splošnemu prepričanju pa medved ni pravi zimski zaspanec, saj se mu temperatura, srčni utrip in dihanje znižajo le ob globokem spancu. Ta ne traja celo zimo in tudi ne nastopi vsako leto, odvisen pa je od hrane, posameznika, količine snega ... Medved ni napadalen ali zloben, napade le takrat, kadar je ogrožen sam oz. njegovi mladiči. Brejost traja 6 do 7 mesecev. V brlogu, ki je postlan z listjem, travo in mahom, skoti medvedka decembra ali januarja 1–3 mladiče, ki ostanejo pri njej 2 leti. Naša previdnost in pravilno obnašanje v območju medveda lahko drastično zmanjša konflikte.



Kaj storiti ob srečanju z medvedom?

(pri zapisu upoštevali smernice: LIFE DinAlp bear, Zavod za gozdove Slovenije)

Napadi medveda na človeka so v splošnem zelo redki, vendar za to obstaja možnost in lahko pride do nastanka poškodb. To možnost lahko zmanjšamo, če upoštevamo nekatera preprosta navodila obnašanja v gozdu.

Vedeti moramo, da naš rjavi medved ne napada ljudi kot plen – za hrano, ampak do napada pride, če se ob nekaterih posebnih okoliščinah – srečanjih, medved človeka toliko ustraši, da se odloči, da ne bo zbežal, ampak se bo branil. Do napada navadno pride, kadar medveda presenetimo in se najdemo v njegovi neposredni bližini, ko nas ne pričakuje, oz. nima časa za umik. To je pogosteje pri samicah z mladiči, saj se ti ne morejo hitro umikati.

Zato strokovnjaki priporočajo:

- imejmo ob sprehodih v gozd vedno psa na povodcu, v spomladanskem obdobju (maj – junij) pa celo odsvetujemo sprehajanje s psom v gozdovih na območjih, kjer je stalno prisoten tudi medved (osrednje življenjsko območje rjavega medveda v Sloveniji – Kočevska, Notranjska, Krmsko-Mokrško pogorje, Slavnik, Vremščica, Trnovski gozd, Nanos, Hrušica ...);
- med hojo po gozdu, še posebej, če je območje slabo pregledno, bodimo glasnejši in s tem medvedu že na daleč sporočimo, da prihajamo – npr. glasno hodimo, prepevamo, žvižgamo, se pogovarjamo, brcnimo kamen, udarimo s palico po deblu drevesa ..., ni pa potrebno kričati, da ne motimo »gozdnega miru«;
- kadar medveda opazimo od daleč, se mirno umaknimo v smeri prihoda; če medved prihaja v našo smer in nas še ni zaznal, ga z mirnim glasom opozorimo nase in praviloma se bo

umaknil;

- ko medveda srečamo v neposredni bližini (tudi medvedke z mladiči), se predvsem potrudimo, da ostanemo čim bolj mirni in ne delajmo hitrih gibov ali krikov, ki bi medveda prestrašili; obstanimo in se nato počasi zadenjsko umaknimo;
- če se medved zapodi proti nam, obstanimo ali se ulezimo na tla; skoraj vedno se bo medved ustavil, še preden pride do nas (gre za lažni napad, pri čemer ne pride do fizičnega stika);
- za zaščito v primeru napada medveda je učinkovito tudi obrambno razpršilo proti medvedom (»bear spray«), ki je na voljo tudi v nekaterih trgovinah v Sloveniji.
- nikoli ne tecimo, saj s tem povečamo možnost napada; izjema je, kadar se lahko varno umaknemo na varno v nekaj korakih;
- ne zadržujemo se v bližini trupel poginjenih divjih ali domačih živali ali neprevidno in nezakonito odvrženih klavniških odpadkov;
- poskrbimo, da v okolici svojega domovanja ni dostopnih organskih virov hrane za medvede (smeti, klavniški odpadki, tropine, nezavarovani čebelnjaki, smetnjaki in komposti), saj ti navajajo medveda na človeka in so eden ključnih vzrokov težav z medvedom;
- ne približujemo se medvedjim mladičem, tudi če so videti zapuščeni, če jih opazimo se čim prej umaknimo;
- med oktobrom in majem ne hodimo v bližino medvedjih brlogov in nikoli vanje;
- nikoli namerno ne ponujamo medvedom hrane.

Dobro je vedeti tudi:

- takojšnje agresivno človekovo reagiranje ob srečanju z medvedom, kot je obmetavanje s kamenjem in drugimi predmeti v nekaterih primerih medveda sicer res lahko

RAZLIKOVANJE STOPINJ ZVERI



odžene, vendar se navadno medved v takih situacijah počuti še bolj ogroženega, kar možnost napada močno poveča;

- medved, ki se dvigne oz. postavi na zadnje noge, ne izkazuje agresivnosti, ampak želi dobiti le boljši pregled nad okolico; pomaga, če spregovorimo z mirnim glasom; tako bo hitreje spoznal, da ima opraviti s človekom in se nam bo umaknil.

KUNE (ZVERI)

Predstavniki: kuna belica, kuna zlatica, podlasica, vidra, jazbec, hermelin

Kako prepoznati sledi kun?

Kune imajo pet prstnih blazinic okoli glavne, zadaj pa še petno blazinico. Vidro bomo najlažje prepoznali po plavalni kožici med prsti, ki se bo lepo videla v odtisu na mulju ali obrežnem pesku. Jazbečev odtis nas bo po obliki lahko spominjal na mladega medvedka, le kremplji bodo neprimerljivo daljši. Od psov in mačk, ga razlikuje število prstov (5). Kuna zlatica ima glavne blazinice v obliki loka, posebno pri zadnjih tacah je vidna petna blazinica. Tudi sled podlasice je podobna kunini a je bistveno manjša (do 2 cm v dolžino).

MAČKE (ZVERI)

Predstavniki: domača mačka, divja mačka, ris

Kako prepoznati sledi mačk?

Mačke imajo izrazito okroglo obliko stopala. Zanje so značilni vpotegnjeni kremplji, ki praviloma v sledih niso vidni. Uporabljajo jih le pri plenjenju, plezanju in spolzkem terenu. Glavne blazinice so lepo vidne, zanje je značilen tro-kraki zadnji del. Sled divje mačke je nekoliko večja od sledi domače mačke. Sled risa je precej večja (približno dvakrat večja) in izjemno redka.

Ali je ris nevaren?

Ne, ris človeku ni nevaren. Je **samotarska velika mačka**, ki doseže telesno težo do največ 35 kg. Spoznaven je po kratkem repu in čopkih na uhljih. Prehranjuje se večinoma z glodalci, ptiči, zajci, srnami, s teleti jelenjadi. Je neopazen, lovi iz zasede in lahko dobro pleza po drevju. To mu omogočajo velike šape, v katere po želji vpotegne svoje kremplje. Svoja lovska ozemlja (revirje), ki znašajo od 20 do 150 km² (odvisno od plena), označuje z iztrebki in urinom. Počiva in koti v goščavi ali skalnih razpokah. Prede kot mačka in ima majhno srce, zato plena ne more zasledovati več kot 100 m. Konec 19. stoletja smo ga iztrebili, ponovno pa smo ga naselili 1970 na območje Švice, Avstrije in Slovenije.



PSI (ZVERI)

Predstavniki: domači pes, volk, lisica, šakal

Kako prepoznati sledi psov?

Najprej preverimo če ima sled 4 prstne blazinice, nič več in nič manj. Nato ...stopinje psov od stopinj mačk.

Stopinje psov od stopinj mačk najlažje ločimo po prisotnosti krempljev. Prav tako stopinjam psov pripisujemo eliptično obliko stopal. Domači psi se med seboj najbolj razlikujejo, tako v velikosti, kot v postavitvi blazinic, tako so lahko identični lisičini stopinji oz. stopinji volka. Stopinjo domačega psa od lisičine praviloma ločimo po velikost (lisica - nekje 5cm v dolžino), obliki stopinje (lisičina bolj ovalna), ter dejstvom, da sta pri lisici prsta št. 3 in 4 pomaknjena bolj naprej (nad navidezno črto - glej skico).

Sled volka ločimo od domačih psov najlažje po velikosti, hkrati pa prednja prsta praviloma ne segata pod navidezno črto (glej skico). Na terenu za stopinjo volka pogostokrat ne moramo z gotovostjo trditi, da je nismo zamešali z npr. nemškimi ovčarjem, za potrditev moramo poiskati še kakšen drug dokaz (iztrebek, plen,...). Za stopinjo šakala sta značilni delno zraščeni prednji blazinici.

Kako prepoznati lisico?

Barva krzna je od območja do območja drugačna, navadno pa je rjavkasto rdeča z rumenkasto belim trebuhom. Živi nočno, samotarsko življenje in se družijo le ob parjenju. Pari se februarja, aprila pa poleže (skoti) 3 do 7 mladičev. Poljedeljske površine, ki so blizu gozda, ji zelo ustrezajo, saj se v veliki meri

prehranjuje z malimi sesalci. S tega vidika je dobrodošla spremljevalka, saj zmanjšuje število miši in ostalih glodalcev, ki delajo škodo na pridelku. Zaradi svoje narave in prevelike številčnosti je pogosta prenašalka raznih bolezni (steklina, garje ...). Ker je radovedna in dokaj navajena človeka, se ne boji priti v neposredno bližino hiš in taborov, kjer lahko pogosto zasledimo njene stopinje.

Kako vemo, da je lisica stekla?



Stekle živali običajno srečamo v zadnjem stadiju razvoja bolezni. Ker jim možgani ne delujejo več pravilno, izgubijo svoj strah do ljudi. Zato se nam lahko čisto približajo, pri tem pa se opotekajo, saj jim peša tudi center za ravnotežje. Njihove oči so motne, obnašanje pa neboječje in nenaravno. Po stiku z živaljo, za katero sumimo, da prenaša **steklino**, obiščimo zdravnika. Zaradi te bolezni pa si ne delajmo sivih las, saj v zadnjem času ni ravno pogosta, proti njej pa obstaja tudi **učinkovito cepivo**.

Ali je volk najzlobnejša zver, z žarečimi rdečimi očmi, ki za prvim grmom čaka na nebogljenе skavte?

Pa kaj še! Resnica o teh krdelnih živalih je prav nasprotna. Največ škode na njegovem ugledu pa so napravile pravlјice. Spomnimo se Rdeče kapice. Nehote nam že v otroštvu zasidrajo v našo podzavest popolnoma neutemeljene strahove.

Volk tehta 30–75 kg, po postavi je podoben nemškemu ovčarju, od psov pa se loči tudi po sledih tac. Dejaven je ponoči, ima izrazito socialno vedenje in jasno izraženo

obrazno mimiko (po izrazu na obrazu in drži prepoznamo vedenje, razpoloženje ...). Običajno ima mladiče le glavna (alfa) samica, seveda le z alfa samcem, za mladiče skrbi cel trop. V nasprotju z risom rad živi v krdelih (samec je vodja krdela), ki imajo jasno vzpostavljeno hierarhično lestvico (to pomeni razvrstitev posameznikov po položaju, funkciji ali pomembnosti).



V tropu imajo namreč več možnosti, da prehranijo svoje mladiče in ujamejo plen. So vzdržljivi tekači, ki svoj plen lahko zasledujejo več kilometrov daleč. Njihov glavni plen je divjad, še posebej jelenjad. Le-ta je dovolj velika, da lahko za nekaj dni nahrani cel trop. Človeku se umika (in ga ne napada kot v nekaterih pravljicah), sporazumeva pa se tudi na daljave z tuljenjem.

PARKLARJI

Predstavniki: srnjad, jelenjad, divja svinja, gams, muflon, damjak

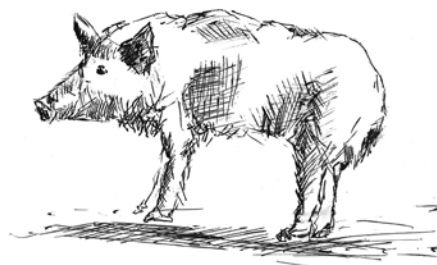
Kako prepoznati sledi parklarjev?

Ob sistematičnem opazovanju bomo takoj razlikovali srnin odtis od dvakrat večjega jelenjega ali prav tako velikega divjega prašiča. Vzporedna, skoraj simetrična oblika levega in desnega prsta izda gamsa od približno enako velikega odtisa muflonovih navznoter ukrivljenih in relativno špičastih konic parkljev. Tako nam ostaneta le še jelen in divji prašič, katerih odtisa večjih prstov sta si v naravi precej podobna, vendar se odtis manjših dveh prstov pri divjem prašiču precej bolj pogosto pojavlja, saj sta precej bližje tlom, kot pri jelenu. V pomoč je tudi lastnost, da sta zadnja dva prsta jelena znotraj širine večjih

dveh, medtem ko pri prašiču štrlita krepko čez. Parklji jelenjadi so bolj podolgovati, divja svinja ima bolj čokate parklje.



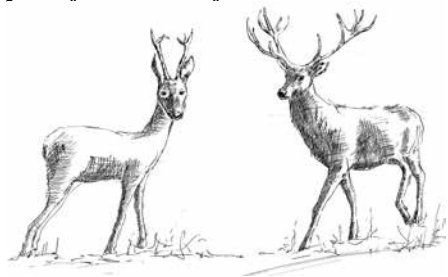
Ali je divja svinja nevarna?



Divja svinja je miroljubna žival, ki se ob srečanju hitro umakne v goščavo. Je vsejed, hrani se s travami, grmičevjem, sadjem, jagodami, gomolji, gobami, plodovi dreves in tudi z mrhovino. Po zemlji rije za gomolji in žuželkami. Pri tem obrača zemljo in ustvarja nepravilne, do nekaj metrov dolge brazde. Samci so samotarji, samice pa se z mladiči družijo v krdela. Parjenje poteka pozimi, razmnožujejo pa se zelo hitro. Njihovo število dobro uravnavajo velike zveri, predvsem volk. Odrasli merjasci (samci) dosežejo težo do 250 kg in plečno višino do 95 cm.

Divja svinja je **nevarne le, če je razdražena ali ranjena**. Samoumevno je, da v speče osebkne ne drezamo s palicami.

Je to jelen ali srnjak?



Srnjak je precej manjši od jelena, saj v plečih meri od 65 do 80 cm. Rogovje je trirogo, z grbičavo površino. Ni pretirano družaben, saj živi v parih ali majhnih skupinah na obrobju svetlih gozdov. Samec označuje svoje ozemlje in stalno nadzira njegove meje. **Jelen** pa v plečih lahko preseže višino 120 cm, tehta do 250 kg, njegovo rogovje pa lahko meri tudi 120 cm. Dlaka je poleti rdečkastorjava, pozimi pa sivorjava. Najbolj mu ustrezajo gozdovi z obsežnimi jasami, kjer se lahko ponoči v miru pase. Prehranjuje se s sočnejšimi in hranljivejšimi travami in zelišči, pozimi z drevesnimi popki in mladimi poganjki. Ob prevelikem številu lahko popolnoma prepreči rast mladih dreves – še posebej rad ima jelko in javor. Samci (jeleni) in samice (košute) živijo v ločenih skupinah, izjema je čas parjenja. Samci se v paritvenem obdobju (september, oktober) spoprimejo za harem košut. Svojo moč kažejo tudi z globokim kruljenjem, ki mu pravimo *ruk*. Do fizičnega spopada dveh samcev pride bolj poredkoma, saj se običajno šibkejši od tekmecev že prej umakne. Najočitnejša značilnost jelenov in tudi njihov ponos je **razvejano koščeno rogovje**. Spomladi jim le to odpade, kmalu zatem pa jim zraste novo, ki je še bolj razvejano. Novo rogovje sprva porašča koža, ki se kmalu posuši in odpade, pod njo pa ostane gola kost. V tem času si jeleni drgnejo rogovje ob drevje (tudi v tla) in s tem tudi na drevju pustijo znake svoje prisotnosti.

Košuta je večja od **srne**, najlažje pa ju ločimo po obliki glave. Košuta ima podolgovato oblikovano glavo, medtem ko je srna bolj »bambi«
videza.

GLODALCI

Predstavniki: veverica, bober, veliki voluhar, podgana, miš, polh

Veverico izdaja jasen vzorec gibanja. Podgane in miši pogosto puščajo sled repa. Bobra bomo iskali ob rekah, rečicah. Gre za težje določljive sledi, posegaj po priporočeni literaturi.

ZAJCI

Predstavniki: zajec, kunec

Kako prepoznati sledi zajceev?

V Sloveniji divjih kuncev ni, poznamo le domače kunce. Zajca najlažje prepoznamo po značilnem vzorcu gibanja. Jasno vidni kremplji, glavne blazinice so odlakane (na terenu ne vidne) petnih blazinic ni. Preučuj v loku razporejene prste, jih nariši in zapomni si jih boš.

ŽUŽKOJEDI

Predstavniki: jež, krt, rovk

Gre za težje določljive sledi, posegaj po priporočeni literaturi.

PLAZILCI

Ali je ta kača strupena?

Pri nas sta edini strupeni kači **gad** in **modrasa**, toda **priporočljivo je, da ob prvem stiku s kačami z vsako ravnamo tako kot da bi bila strupena. Raje kot z roko jih najprej premaknimo s palico.** Modras je v primerjavi z gadom bolj visokogorska vrsta, običajno je večji, bolj strupen in ima rožiček na nosu. Gad pa obstaja v več barvnih izvedbah – od črne, sive pa tudi rjave, medtem ko je modras modro-siv. Oba imata za svojo vrsto značilen karirast vzorec. Bistvena razlika med našimi strupenjačami in ostalimi kačami je v obliki glave. **Izrazito srčasto oblikovana glava** pomeni, da se tam nahajajo strupne žleze. Te so povezane z dvema strupnikoma, ki sta zelo ostra in zavita. Njuna odtisa se poznata na koži

kot dve drobni ranici, razmaknjeni za približno 1 cm. Strup naših kač vsebuje encime za strjevanje beljakovin, ki naredijo krvne strdke. **Moč strupa** pa je med drugim odvisna tudi od tega, kdaj je naša kača nazadnje izbrizgala strup (npr. če je ravno pred kratkim napadla plen ...). Piki gada in modrasa ogrožajo le starejše ljudi, srčne bolnike in otroke. Najbolj nevarni pa so ugrizi v vrat, glavo in pa glavne vene.



Kače so precej plaše živali in **napadejo le, če se čutijo ogrožene**. Če vidite spečo kačo, se ji izognite, nikar pa je ne obmetavajte s kamenjem in ne drezajte vanjo s palico. Običajno piči, ko že stopite nanjo, skozi običajne gojarje pa strupniki ne morejo predreti. Paziti moramo na odprta mesta, kjer se kače pogosto sončijo na skalah. Pred morebitnimi nevšečnostmi nas ubrani primerna obleka in obutev ter določena mera previdnosti. **Če pa že pride do ugriza, glej poglavje Prva pomoč.**

Našli smo nebogljeno divjo žival – kaj z njo narediti?

To je odvisno od tega, v kakšnem stanju je ta živalca. Lahko je:

- **Poškodovana ali ranjena.** Najbolje je pustiti, da gre narava svojo pot. Pazite na vrste, ki znajo biti v tem primeru razdražene in nevarne! Če gre za bolj redko in ogroženo vrsto, pa jo lahko vzamete v vaše varstvo. V tem primeru ste potem dolžni skrbeti zanjo, dokler si ne opomore. To je smiselno le, če se žival lahko pozdravi – npr. če ima zlomljeno tace ali perut. Pametno se je o tem tudi pozanimati pri strokovnjakih – **biologih** ali **veterinarjih**, društvu Dinaricum (Društvo

za ohranjanje, raziskovanje in trajnostni razvoj Dinaridov), lovcih, **DOPPS-u** (Društvo za opazovanje in preučevanje ptic Slovenije), **ZOO** (sodelavcih živalskega vrta). Verjetno vam bodo znali pomagati z nasveti ali pa vas vsaj napotili h komu, ki bo to znal.

- **Bolna.** Če sumimo, da je žival bolna, se ji nikar ne približujmo. Nikoli ne vemo, kakšno bolezen prenaša. Kar nekaj boleznih je takih, ki se prenašajo tudi na ljudi. Zato žival pustimo pri miru, o kraju, kjer se nahaja, pa obvestimo ustrezno organizacijo.
- **Ostarela.** Ko napoči njen čas odhoda, se žival pogosto umakne iz svojega okolja. Pogosti **znaki starosti** so: bleda dlaka/koža, slabo zobovje, meglen pogled, zmanjšana telesna teža, majhna telesna zmogljivost ... Takšno žival je najbolje pustiti pri miru, da zaključí svoj krog življenja in v miru odide v »večna lovišča«.
- **Še mlada in zapuščena.** Mlade živalce so redkokdaj same. Tudi v primeru, če padejo iz gnezda, so njihovi starši v bližini in jih hranijo. Vsak stik z njimi pusti na njih **človeški vonj**, zaradi katerega jih potem starši res zapustijo. To velja še posebej za mladičke srn, ki jih matere skrijejo v visoko travo. Čeprav so zelo luštni, se mladičkov torej ne dotikajmo!



Zaščita pred klopi in mrčesom

Klopi so nosilci kar nekaj virusov in bakterij, ki povzročajo precej neprijetne ali celo nevarne bolezni. Najbolj preprosti in učinkoviti so naslednji načini: **uporaba primernih oblačil** (dolgi rokavi, dolge hlače, zaprta obutev, pokrivalo), redni **vsakodnevni pregledi in uporaba t. i. sredstev, ki odganjajo klope in mrčes** in so na voljo v obliki sprejev ipd. Kot dober zaščitni ukrep velja tudi **izogibanje predelom z gosto podrastjo in grmičevjem**. Obstaja tudi možnost cepljenja, ki pa je na razpolago le proti meningocefalitisu. Opozorilo: klopi se radi zagrizejo v pregibe komolcev, kolen in druga bolj skrita mesta, zato naj bodo pregledi dovolj temeljiti. O odstranjevanju klopov in boleznih si poglej poglavlje Prva pomoč.



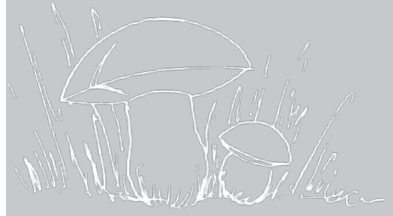
Literatura

- H. Hofman: Sesalci – vodnik med sesalci Evrope. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1991.
- E. Marcon, M. Mongini: Svetovna enciklopedija živali. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1986.
- B. Leskovec, I. Pičulin, L. Ambrožič, Divjad in lovstvo, Zlatorogova knjižnica, 2012
- Zloženska, KAKO SE VESTI NA OBMOČJU PRISOTNOSTI RJAVEGA MEDVEDA, Life DinAlp bear, Zavod za gozdove, 2015
- P. Bang, P. Dahlstrom, Animal tracks and signs, Oxford University Press, 2006
- <http://dinaricum.si/>
- <http://www.volkovi.si/>



Literatura

- H. Hofman: Sesalci – vodnik med sesalci Evrope. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1991.
- E. Marcon, M. Mongini: Svetovna enciklopedija živali. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1986.
- B. Leskovec, I. Pičulin, L. Ambrožič, Divjad in lovstvo, Zlatorogova knjižnica, 2012
- Zloženska, KAKO SE VESTI NA OBMOČJU PRISOTNOSTI RJAVEGA MEDVEDA, Life DinAlp bear, Zavod za gozdove, 2015
- P.Bang, P Dahlstrom, Animal tracks and signs, Oxford University Press, 2006
- <http://dinaricum.si/>
- <http://www.volkovi.si/>



Rastline in gobe

1. RASTLINE

Če na travniku zagledaš rastlino, ki je podobna regratu, a nisi prepričan, če je to regrat, jo lahko poješ? Lahko. Vse rastline ki rastejo pri nas in so podobne regratu, so užitne. To je eno od preprostejših pravil, ki skavtu koristijo pri nabiranju užitnih divjih rastlin.

Zakaj bi jih sploh nabiral? Če se res to sprašuješ, si najprej popeči samo nasoljeno postrv, potem pa še eno, ki jo pomažeš z marinado iz divjega luka in materine dušice, vanjo pa daš še vejico navadnega pelina. Okus bo veliko boljši, poleg tega pa nam zelišča pomagajo tudi pri prebavi.

Z zelišči si izboljšamo aromo jedi in na dolgi rok tudi svoje zdravje. Čistijo nam telo, pomagajo pri presnovi in pri mnogih boleznih, sploh v obliki čajev, tinktur in mazil.

Uporabna dejstva

- Vse rastline v Sloveniji, ki so podobne regratu, so užitne.
- Grenke rastline večinoma pomagajo pri prebavi maščob in beljakovin.
- Rastlin iz družine kobulnic se ne dotikaj, če jih ne poznaš dobro! Težko jih je ločiti med sabo in nekatere med njimi so zelo strupene! (primeri kobulnic: janež, pikasti mišjak, orjaški dežen, divje korenje). Enako velja za praproti!
- Nekatera zelišča lahko v prevelikih količinah škodujejo. Zato jej pestro in ne pretiravaj s katerim od njih!
- Vse divje rastline vsebujejo veliko večje količine mineralov in vitaminov, kot gojene rastline.

V tem delu priročnika je predstavljen drobcen delež sicer bogatega slovenskega rastlinstva, s poudarkom na užitnosti in strupenosti. Zelo pohvalno je, če skavt zna nabrati čaj za svoje prijatelje, ne da bi jim pri tem povzročil prebavne težave. Pa ga zna?

1.1. Predstavitev vrst in seznam rastlin

Osnovni podatki o rastlinah bodo podani v tabeli:

Rastlina ali vsaj en njen del je strupen: S	Užitnost: C: cvet K: korenina L: list P: plod	Višina v centimetrih	Čas nabiranja	Uporabnost za: Č: čaj J: juhe, priloge K: kava M: marmelade, sirupi N: namazi, solate Z: začimba
---	---	----------------------	---------------	--



Nekaj zlatih pravil o odnosu do rastlin:

- Ne nabiraj cvetic vse povprek, ker so nekatere močno ogrožene ali zavarovane.
- Ne teptaj vlažnih rastišč, kot so mahovja, barja in mlakužice, kajti tu lahko živijo redke živalske in rastlinske vrste.
- Ne uživaj nobenega plodu, za katerega nisi 100% prepričan-a, da je užiten. Tudi takrat jej samo plodove, ki jih niso načeli polži, stenice ali druge živali!
- Ne uničuj rastlin in plodov, za katere veš, da so strupeni! Mnoge živali se namreč prehranjujejo ravno s plodovi, ki za človeka niso užitrni.
- Ne reži svojega imena v lubje dreves, spomni se, da je drevo lahko petkrat starejšo od tebe in da je tudi drevo živo bitje.
- Na taborih in dejavnostih v naravi ne sekaj mladih, rastočih dreves, temveč podiraj suha drevesa, pa tudi tu bodi pozoren-na, saj mnoga stara drevesa služijo kot gnezdišča ali prehranjevališča ptičem in sesalcem.
- Ne brcaj v gobe, ki jih ne poznaš, saj so mnoge zaščitene in redke. Tudi če vidiš strupene gobe in jih kot take prepoznaš, jih raje pusti.
- Ne zasipavaj mlakuž z zemljo ali s kakim drugim materialom, kajti to so mikrorastišča nekaterih redkih močvirskih rastlin.
- Bodí pozoren-na na različne rastline in ne spreglej takih, ki nimajo lepih, pisanih cvetov, kot npr. trave in šaši.
- Občuduj, riši, fotografiraj in duhaj rože, saj boš morda svojim vnukom opisoval-a rastline, ki jih pri nas ne bo več ...

Razdelitev v nadaljevanju v sklope:

- Na travniku
- V podrasti
- Na kamnitih tleh
- Ob vodi
- Plevel iz vrta
- Invazivke
- Olesenele rastline
- Ostale rastline
- Strupene

Na travniku

BRŠLJANASTA GRENKULJICA (*Glechoma hederacea*)

	C, L, P	35 cm	Celo leto	Č, J, N
--	---------	-------	-----------	---------

Bršljanasta grenkuljica je ena manj poznanih predstavnic družine met, a se ji s tem dela krivico. Vsebuje veliko količino vitamina C in še mnogih drugih učinkovin. Najlažje se uporablja kar celo rastlino, sveže narezano v solati.

ČESNOVKA (*Alliaria petiolata*)

	C, K, L, P	100 cm	Apr - Maj	J, N
--	------------	--------	-----------	------

Kar nekaj rastlin vsebuje snovi, ki imajo podoben učinek in vonj kot česen. Česnovka je ena od takih. To pokončno rastlino s »koprivastimi«
listi najdemo spomladi v gozdovih ali gmovju, zlasti tam, kjer je dosti

dušika. Mladi listi so okusen nadomestek za česen in popestritev spomladanske solate.

ČRNA DETELJA

(*Trifolium pratense*)

	C, L, P	40 cm	Jun-Sep	J, N
--	---------	-------	---------	------

Kdor še ni našel štiriperesne detelje, je imel resnično smolo. Črna detelja je plazeča do pokončna travniška rastlina z oblastim škrlatnim socvetjem, kar pomeni, da navidezen cvet tvorijo številni majhni »metuljasti« cvetovi. Črna detelja je priljubljena hrana kuncev, nekoliko manj primerna pa je za ljudi.

DIVJI LUK

(*Allium scorodoprasum*)

	C, L, P	40 cm	Jun-Sep	J, N, Z
--	---------	-------	---------	---------

Divji luk je sorodnik česna in čebule in ga tako kot ta dva tudi uporabljamo. Koristi nam pri čiščenju telesa, pospeševanju prebave in še na mnogih drugih področjih. Lukov je veliko vrst in mnoge med njimi so užitne.

MARJETICA

(*Bellis perennis*)

	C, K, L	20 cm	Mar-Sep	Č, J, N
--	---------	-------	---------	---------

Je zelo uporabna rastlina, jemo lahko surovo ali predelano v tinkturo, mazilo, sirup, čaj ali kaj drugega. Ima širok spekter delovanja na naše telo, zlasti pomaga pri presnovi.

METE

(*Mentha*)

	C, L	80 cm	Jul-Sep	Č, M, Z
--	------	-------	---------	---------

Met je zelo veliko vrst, vse pa imajo tisti značilen aromatičen vonj po »pepermintu« (izhaja iz ang. besede pepper mint, kar pomeni poprova meta, iz katere ekstrahirajo aromatske snovi za uporabo). Bodimo previdni pri nabiranju metinih listov, saj so nekatere mete rahlo strupene, kot npr. dolgolistna meta.

NAVADNA KISLICA

(*Rumex acetosa*)

	C, K, L, P	60 cm	Maj - Jun	J, N
--	------------	-------	-----------	------

Kislice so v splošnem znane kot »kislinski priboljšek«, saj vsebujejo veliko oksalne kisline. Kopjasti listi navadne kislice pa so primerni kot nadomestek za špinačo ali solato. Sicer je kislic več vrst (25), od katerih so mnoge neužitne, celo rahlo strupene, nekatere pa so tudi zelo redke in zaščitene. Cvetove oprahuje veter, semena pa obdajajo kožnate gube.

NAVADNI PLEŠEČ

(*Capsella bursa-pastoris*)

	C, L, P	30 cm	Apr-Nov	Č, J, N
--	---------	-------	---------	---------

Plešček je precej neopazna travniška zel, ki pa ima močne zdravilne učinke predvsem pri ustavljanju notranjih krvavitev in urejanju prebave. Prepoznamo ga po majhnih srčastih plodovih na koncu stebela in vejic.

NAVADNI RMAN

(*Achilea millefolium*)

	C, L	90 cm	Maj-Okt	Č, J, N, Z
--	------	-------	---------	------------

Znana travniška zdravilna rastlina je svoje me dobila po slavnem grškem junaku Ahilu (latinsko ime), ki naj bi jo uporabljal pri zdravljenju ran. Žal z rmanom ni mogel zaceliti svoje ranjene pete ... V gorah rastejo nekoliko drugačni, nižji rmani, ki imajo tudi značilen vonj.

POKALICA

(*Silene vulgaris*)

	C, L	50 cm	Maj-Sep	J, N
--	------	-------	---------	------

Verjetno jo večina pozna po neodprtih popkih, ki nalahno počijo, ko jih stisnemo. Te popki, cvetovi in mladi poganjki so užitni, pa tudi starejša rastlina ima dober okus, če jo malo dlje pokuhamo.

PRAVA KAMILICA

(*Matricaria chamomilla*)

	C, L	40 cm	Maj-Jun	Č
--	------	-------	---------	---

V domači lekarni kamilični cvetovi prav gotovo ne smejo manjkati. To zdravilno rastlino so poznali že Grki. Dandanes pa so znanstveniki ugotovili, da vsebujejo tudi nekatere škodljive snovi. Nabirajmo samo tiste rastline, ki niso rasle tik ob njivi ali ob cesti!

REGRAT

(*Taraxacum officinale*)

	C, K, L	40 cm	Apr-Nov	J, K, M, N
--	---------	-------	---------	------------

Vsi poznamo regrat po značilnih rumenih svetovih, ki se kasneje razvijejo v regratove »lučke«. Najpogosteje uživamo njegove liste, užitna pa je cela rastlina. Iz korenine lahko sprazimo kavni nadomestek, če jo samo prekuhamo, pa je vir ogljikovih hidratov in s tem energije.

ŠENTJANŽEVKA

(*Hypericum perforatum L.*)

	C, L	50 cm	Jun-Avg	Č
--	------	-------	---------	---

Šentjanževka je v obliki čaja naravni antidepresiv, poleg tega pa iz nje lahko delamo tudi šentjanžvo olje, ki zdravi opekline, otekline, obrabljene sklepe in še marsikaj. Paziti pa moramo, da se z oljem ne mažemo pred sončenjem, saj s tem tvegamo še hujše opekline.

TROBENTICA

(*Primula vulgaris*)

	C		Mar-Maj	Č, J, N
--	---	--	---------	---------

Trobentica je znana spomladanska vrsta, ki jo lahko uporabljamo tudi v prehrani (cvetovi in mladi listi), vendar v manjših količinah. Njen bližnji sorodnik je tudi avrikelj (*Primula acaulis*), ki pa raste predvsem na skalnih mestih gorovij, in slovenski endemit kranjski jeglič (*Primula carniolica*), ki ga najdemo v zahodni Sloveniji.

V podrasti

BOROVNICA

(*Vaccinium myrtillus*)

	P	50 cm	Apr-Avg	M, N
--	---	-------	---------	------

Pozno poleti nas razveselijo modri plodovi borovnic in rdeči plodovi brusnic (*Vaccinium vitis-idaea*). Predvsem v gorskem svetu najdemo pogosto obe vrsti skupaj. Borovnice ljubijo kislja tla, najdemo pa jih v gozdovih in resavah. Plodovi so zelo dobro odvajalno sredstvo, pa tudi bogata zalog vitaminov.

ČEMAŽ

(*Allium ursinum*)

	C, K, L, P	40 cm	Apr-Maj	J, N, Z
--	------------	-------	---------	---------

Čemažu ne pravimo tudi divji česen kar tako. Njegov vonj in okus sta blizu pravemu česnu in po tem ga najhitreje tudi prepoznamo. Užitna je tudi čebulica, ki jo lahko uporabljamo namesto čebule. Pozorni pa moramo biti, da ga ne zamešamo s katero od podobnih, a strupenih rastlin: jesenski podlesek, šmarnica ali čmerika. Zato pri nabiranju preverimo vsak list, če raste na samostojnem dolgem peclju in če ima po sredi jasno izraženo in otipljivo eno glavno žilo.

DIVJI ŠPARGLJI

(*Asparagus*)

S		2 m	Mar-Jun	N
---	--	-----	---------	---

Divji šparglji pravzaprav niso vrsta, ampak tako poimenujemo štiri vrste špargljev, ki pri nas rastejo v naravi. Užitni so mladi poganjki, paziti pa moramo na semena, ki so strupena!

JAGODNJAK

(*Fragaria vesca*)

	C, L, P	20 cm	Apr-Jun	M, N
--	---------	-------	---------	------

Jagodnjak je pogosta rastlina, ki jo gotovo vsi poznamo in pozno pomladi jemo njene plodove. Poleg plodov so za čaj uporabni tudi listi, ki nimajo posebnih zdravilnih učinkov, dajo pa zelo prijeten okus.

NAVADNI PLJUČNIK

(*Pulmonaria officinalis*)

	C, L	30 cm	Apr-Maj	J, Č
--	------	-------	---------	------

Pljučnik je ena od mnogih tradicionalnih zdravilnih rastlin. Sicer zacveti že zgodaj spomladi, listi pa so obstojni še pozno v poletje. Široki listi imajo značilen belkasto pegast vzorec. Pljučnik raste v gozdovih, na travnikih, bregovih rek in potokov ter v grmiščih po celi Sloveniji.

REGAČICA

(*Aegopodium podagraria*)

	L	90 cm	Maj-Sep	J, N
--	---	-------	---------	------

Regačica je zelo razširjen, a ne tako poznan plevel, ki pa se je v rimskih časih gojil kot zelenjava. Drugi del njenega imena nam pove, da so jo uporabljali proti »podagri« (putiki), ki je pa le eden od njenih koristnih učinkov. Sicer pa spada v družino kobilnic, v kateri so mnoge užitne, pa tudi nekaj zelo strupenih rastlin!

REPINEC

(*Arctium lappa*)

	K, L, P	140 cm	Jul-Avg	J, N
--	---------	--------	---------	------

Repinec hitro prepoznamo po majhnih okroglih plodovih, ki imajo »kljukice«, s katerimi se oprimejo dlake ali las. Za spomladansko solato uporabljamo liste, ki pa hitro postanejo pregrenki za uživanje. Največ škroba in zdravilnih učinkovih pa je v korenini, ki jo izkopljemo jeseni po prvem letu te dvoletnice. Korenina ima poleg hranil v sebi tudi veliko zdravilnih učinkovin in z njimi pomaga predvsem pri zdravljenju kožnih težav.

SMRDLJIVKA

(*Aposeris foetida*)

	C, L	30 cm	Mar-Sep	J, N
--	------	-------	---------	------

Smrdljivka, ki pravzaprav ne smrdi, ampak diši po kuhanem krompirju, je trajnica, ki raste predvsem v bukovih in mešanih gozdovih. Podobna je regratu, a okus ima veliko blažji in je tako odlična osnova za pomladansko solato.

ZAJČJA DETELJA

(*oxalis acetosella*)

	C, K, L, P	15 cm	Apr-Jun	J, N
--	------------	-------	---------	------

Podobno kot kislice vsebujejo tudi zajčje deteljice kristale oksalne kisline, zato so lahko okusno pomladansko poživilo. To vrsto najdemo v senčnih bukovih ali tudi jelševih gozdovih povsod po Sloveniji. Cvetovi so veliki, belkasto rožnati, z značilno okrepljeno žilnatostjo.

Na kamnitih tleh

MATERINA DUŠICA

(*Thymus vulgaris*)

	C, L	30 cm	Jun-Sep	Č, N, Z
--	------	-------	---------	---------

Pogosto, ko hodimo po travniku, začutimo blagodejen aromatičen vonj, ki nas spominja na mešanico med limono in origanom. Verjetno smo pohodili materino dušico. Ta vrsta je znana začimbna, pa tudi zdravilna rastlina že iz starih časov. Pogosta je na suhih mestih, travnikih in ob poteh.

MRTVE KOPRIVE

(*Lamium*)

	C, K, L, P	30 cm	Apr-Okt	J, N
--	------------	-------	---------	------

Mrtvih kopriv poznamo več vrst, pri nas sta najbolj razširjeni rdeča in bela. Prepoznamo jih predvsem po listih, podobnih listom velike koprive, a ne pečejo. Značilni so tudi ustnati cvetovi, ki imajo v sebi nekaj nektarja. Uporabljamo jih predvsem v čaju, ki deluje protivnetno.

NAVADNA DOBRA MISEL

(*Origanum vulgare*)

	C, L	50 cm	Jul-Okt	Č, N, Z
--	------	-------	---------	---------

Origano poznamo vsi, ki ljubimo pize in primorsko začinjene jedi. Morda pa je manj znano, da origano raste praktično povsod na bolj suhih tleh, suhih travniščih in ob gozdnih robovih po vsej Sloveniji. Je aromatična rastlina, ki zacveti v drugi polovici poletja s škrlatnimi cvetovi.

NAVADNI LAPUH

(*Tussilago farfara* L.)

	C, L	10 cm	Apr-Nov	Č
--	------	-------	---------	---

Iz listov delamo obkladke za razna kožna vnetja, iz cvetov pa delamo čaj. Ima veliko sluzi in pomaga pri težavah dihal. Ker pa vsebuje tudi nekatere strupene snovi, se ne priporoča v večjih količinah.

NAVADNI POTROŠNIK

(*chicorium intybus*)

	C, K, L	150 cm	Jul-Sep	J, K, N
--	---------	--------	---------	---------

Plevel, ki je pravzaprav bližnji sorodnik radiča, raste skoraj povsod, predvsem ob cesti. Marsikdo ga pozna po imenu »cikorijska«. Iz njegove korenine lahko sprazimo odlično belo kavo.

ROBIDA

(*Rubus fruticosus*)

	C, L, P	5 m	Maj-Avg	Č, M
--	---------	-----	---------	------

Robida je na prvi pogled le trnast plevel z užitnimi in okusnimi plodovi. Nekateri pa vedo, da so uporabni tudi listi in cvetovi in sicer za čaj. Poleg dobrega okusa, tudi razkužuje in čisti kri.

ŠETRAJ

(*Saturea hortensis*)

	C, L	30 cm	Jul	Z
--	------	-------	-----	---

Šetraj deluje kot antiseptik in pobija črevesne zajedalce, zdravi trebušne krče in ureja prebavo. Največ učinkovim ima tik pred glavnim cvetenjem, ki je junija. Zato ga, če je mogoče, nabiramo takrat.

TRPOTEC

(*Plantago*)

	C, K, L, P	50 cm	Jun-Okt	N
--	------------	-------	---------	---

V Sloveniji poznamo več vrst trpotcev, najbolj razširjena sta pa ozkolisti in veliki trpotec. Znani so po razkuževalnem učinku, zato ju uporabljamo na svežih ranah. Čaj in sirup iz njih pa sta blagodejna za sluznice, zato pomagata pri prebavi in dihalnih težavah. Za prebavo naj bi bila najkoristnejša semena, s tem da nase vežejo strupe in jih odnesejo iz telesa.

VELIKA KOPRIVA

(*Urtica dioica*)

	C, L, P	150 cm	Jun-Okt	Č, J, N
--	---------	--------	---------	---------

Ena najkoristnejših rastlin pr nas je gotovo velika kopriva. Če ji polomimo pekoče laske, je užitna že surova, termično obdelana pa je sploh uporabna za marsikaj. Vsebuje veliko železa in beljakovin, zato ji pravimo tudi »žival med rastlinami«. Zunanja plast njenega stebela je zelo vlaknata, tako da lahko iz nje spletemo vrvi ali celo iz nje stkemo blago.

VELECVETNI LUČNIK

(*Verbascum densiflorum* Bertol.)

	C	2 m	Jul-Sep	Č
--	---	-----	---------	---

Lučniki so že na daleč prepoznavni po enem visokem stebelu, okoli katerega so spodaj razporejeni veliki listi, v zgornji polovici pa rumeni cvetovi. Te cvetove nabiramo in sušimo za čaj, ki nam ob prehladu lajša kašelj in blaži bolečine pri vnetem žrelu.

ŽAJBELJ

(*Salvia officinalis*)

	L	40 cm		Č, N, Z
--	---	-------	--	---------

Žajbelj je manjši grmiček, ki raste v skoraj vsakem vrtu, na primorskem pa tudi v naravi. Uporablja se največ kot začimba ali čaj. Ima široko območje delovanja, najpomembnejše pa je zdravljenje vnetij sluznic in grla.

Ob vodi

ROGOZ (*Typha latifolia*)

	C, K, L	2 m	Jun-Sep	
--	---------	-----	---------	--

Rogoz ima dva za nas uporabna dela. Prvi je »klas«, ki je iz zelo finega materiala in je, ko razpade, odlično netivo, drugi je pa korenina. Polja rogoza imajo ogromne preplete korenin, v katerih je skladiščen škrob. Z malo termične obdelave postane uporaben tudi za nas.

Plevel z vrta

NAVADNA ZVEZDICA (*Stellaria media*)

	C, K, L	2 m	Mar-Okt	N
--	---------	-----	---------	---

Navadna zvezdica ali po domače kurja čreva vsebuje veliko beta karotena, vitamina C, magnezija, kalcija ter drugih mineralov. Mnogi jo imajo le za plevel, v resnici pa je bolj zdrava od marsikatero gojene zelenjave.

NAVADNI TOLŠČAK (*Portulaca oleracea*)

	C, L, P	20 cm	Jun-Sep	N
--	---------	-------	---------	---

Tolščak je dobro prepoznaven po mesnatem stebli in zelenih ovalnih listih. Ponavadi raste divje ob poteh in po obdelanih površinah, lahko ga pa tudi gojimo. Pomemben je, ker je dober vir omega 3 maščobnih kislin, ki jih v današnji prehrani primanjkuje.

NETRESK (*Sempervivum tectorum*)

	L	30 cm	Celo leto	J, N
--	---	-------	-----------	------

Netresk ali ušesnik naj bi ljudem podaril rimski bog Jupiter, da bi nas varoval pred strelami. V ta namen ga ne uporabljamo več, nam pa pomaga pri vnetju ušes, kot obkladek za opekline in tudi kot hrana. Učinek je podoben kot pri Aloe veri, le šibkejši.

ROGOVILČEK (*Galinsoga parviflora*)

	C, L, P	70 cm	Jun-Okt	J, N
--	---------	-------	---------	------

Zel z dokaj velikimi zelenimi listi in majhnimi belimi cvetovi, se razraste široko po njivah in vrtovih. Kot plevel včasih tudi povsem preraste gojeno zelenjavo. Kot dodatek k solati pa nam lahko precej izboljša zdravje, sam je zelo bogat z železom, ostalimi rudninami in vitamini.

Invazivke

INDIJSKI JAGODNJAK

S		10 cm		
---	--	-------	--	--

Indijski jagodnjak za razliko od našega cveti rumeno in cvetovi ter kasneje jagode so obrnjeni navzgor. Plodovi niso užitni in izzovejo slabost in bruhanje.

JAPONSKI DRESNIK (*fallopia japonica*)

	L	3 m	Apr-Maj	N
--	---	-----	---------	---

Japonski dresniki v sloveniji so vsi kloni iste rastline, ki se je s poplavljanjem in gradbenim prenašanjem zemlje razširila. Rast te vrste se poskuša omejevati, a je zelo trdoživa. Grme najdemo predvsem ob bregovih rek in na gradbiščih. Tam lahko tudi spomladi nabereimo mlade liste in vršičke, ki so prijetno kiselkastega okusa.

Olesenele rastline

ČRNI BEZEG (*Sambucus nigra*)

S	C, L, P	7 m	Maj-Jun	Č, M
---	---------	-----	---------	------

Črni bezeg je dobro poznan grm do nizko drevo, ki raste na razmeroma pognojenih tleh v grmovnih sestojih, gozdovih in na zaraščajočih mestih. Uporabni so predvsem cvetovi (čaj, sirup) in črni plodovi (meza, kompot), ki pa so neužitni, če jih jemo presne. Sicer pa ima celotna rastlina, še posebej listi, poseben smrdljiv vonj.

BUKEV

(*Fagus sylvatica*)

	L, P	40 m	Apr-Okt	J
--	------	------	---------	---

Pri bukvi so užitni spomladi listi, jeseni pa plodovi (žir). Plodovi imajo v sebi tudi strupen alkaloid fagin, zato jih uživamo kuhane ali pečene, saj tako strup razkrojimo.

ČRNI TRN

(*Prunus spinosa*)

	P	5 m	Okt-Nov	M, N
--	---	-----	---------	------

Grm ali manjše drevo, ki raste ponavadi na obrobju gozda. Spomladi belo cveti, jeseni pa na njem zrastejo temno modri plodovi, ki so do prve slane še trpkega okusa, potem pa postanejo sladki.

GLOG

(*Crataegus monogyna*)

	C, L, P	5 m	Jun-Sep	M
--	---------	-----	---------	---

Glog je priznana zdravilna rastlina, ki krepi srce. Čaj pripravljamo iz mladih listov in cvetov, plodovi so pa uporabni za izdelavo džema.

HRAST

(*Quercus*)

	C, L, P	40 m	Jun-Sep	J, K
--	---------	------	---------	------

Z imenom hrast poimenujemo več vrst iz rodu *Quercus*. Pri nas so najbolj razširjeni graden, dob in cer. Zgodovinarji ocenjujejo, da je človek v svoji zgodovini pojedel več želoda kot pšenice in riža skupaj. Pred uporabo pa je dobro iz želoda sprati tanine, kar najlažje naredimo z namakanjem v tekoči vodi ali prekuhanjem.

LESKA

(*Corylus avellana*)

	C, L, P	6 m	Okt-Mar	N
--	---------	-----	---------	---

Leska je sicer gospodarsko nepomemben grm, za nas, skavte, pa je ena najuporabnejših rastlin. Les je mehak in lahek za obdelovanje, lešniki so odličen vir maščob in beljakovin, listi so spomladi osnova za solato, mačice pa lahko posušene meljemo in dodajamo v kruh.

NAVADNA SMREKA

(*Picea abies*)

	C, L, P	45 m	Maj	Č
--	---------	------	-----	---

Pri smreki uporabljamo mlade vršičke. Na različne načine iz njih dobivamo smolo in eterično olje. Te dve sestavini imata močan razkuževalni učinek predvsem na dihala, pa tudi ledvice in jetra.

NAVADNI BRIN

(*Juniperus communis*)

	L, P	3 m	Apr-Maj	Č, Z
--	------	-----	---------	------

Brin je iglasti grm ali manjše drevo, ki raste večinoma po opuščeni travnikih in pašnikih. Iz jagod, ki zorijo 2-3 leta pridobivamo eterično olje, ki razkužuje telo in zaradi grenčin tudi lajša prebavo.

NAVADNI OREH

(*Juglans regia*)

	L, P	35 m	Sep,Okt	Č
--	------	------	---------	---

Je pogosto sadno drevo po vsej Sloveniji. Jeseni dozori orehi, ki imajo užitno notranjost, Zgodaj poleti pa nabiramo listje, ki ga lahko uporabimo za čaj, kopel ali tinkturo. Pri zunanji uporabi zdravi težave s kožo, pri notranji pa ureja prebavo.

NEŠPLJA

(*Mespilus germanica*)

	P	6 m	Okt-Nov	M, N
--	---	-----	---------	------

Nešplja je sadno drevo ali grm, s sadovi podobnimi jabolkom ali hruškam. Naši predniki so jih pogosto jedli, dokler jih niso zamenjala jabolka in hruške. Zreli plodovi še niso užitni, saj so polni taninov. Počakati je treba do prve zmrzali, ko se te začnejo razgrajevati.

PRAVI KOSTANJ

(*Castanea sativa*)

	P	30 m	Okt	
--	---	------	-----	--

Najdemo ga skoraj povsod v Sloveniji, razen na Koroškem. Njegovi plodovi so bili v preteklosti pomembno živilo, sedaj pa ga imamo le še za jesenski priboljšek. Bogat je predvsem z ogljikovimi hidrati.

RUMENI DREN

(*Cornus mas*)

	P	12 m	Avg-Sep	M
--	---	------	---------	---

Je grm ali manjše drevo, ki raste po celi Sloveniji z izjemo hladnejših predelov. Plodovi, drenulje, so podolgovate rdeče jagode, ki so do prve slane trpkega okusa, potem pa postanejo sladke.

ŠIPEK

(*Rosa canina*)

	C, L, P	3 m	Jun	Č, M
--	---------	-----	-----	------

Šipki so znani kot izvorni rod za številne variante vrtnic, pa tudi kot zdravilne rastline. Plodovi šipka namreč vsebujejo izjemno veliko C-vitamina in vlaknin. Te grmovnice najdemo predvsem na opuščenih travnikih, gozdnih obronkih, kraških travnikih in ob poteh. Cvetovi prijetno dehtijo in so ponavadi rožnati, beli ali rdečkasti.

Ostale rastline

NJIVSKA PRESLICA

(*Equisetum arvense*)

	L, K	40 cm	Mar-Apr	Č
--	------	-------	---------	---

Njivska preslica ima dve vrsti poganjkov: plodni rjavi in neplodni zeleni. V zdravilstvu uporabljamo neplodne zelene. Iz njih pripravljamo čaje, tinkture in sedeče kopeli, ki pomagajo predvsem pri odvajanju vode iz telesa in odplavljanju ledvičnih kamnov.

NAVADNI HMELJ

(*Humulus lupulus*)

	C, K, L	6 m	Jul-Avg	Č, J, Z
--	---------	-----	---------	---------

Hmelj je najbolj znan kot začimba za pivo, uporabljamo ga pa lahko tudi za čaj. Skuhamo ga iz posušenih storžkov, učinkuje pa kot pomirjevalo ali uspavalno.

Strupene

JESENSKI PODLESEK

(*Colchium autumnale*)

S		35 cm		
---	--	-------	--	--

Jesenski podlesek je zelo strupena rastlina, katere posebnost je ta, da cveti jeseni in v seme gre spomladi. Vsebuje več strupenih snovi, ki pa učinkujejo šele več ur po zaužitju in je zato še bolj nevaren. Zastrupimo se lahko celo če pijemo mleko živali, ki je jedla podlesek, večina zastrupitev se pa zgodi zaradi zamenjave s čemažem.

ŠMARNICA

(*Convallaria majalis*)

S		25 cm		
---	--	-------	--	--

Šmarnica ali solzica je še ena izmed rastlin, ki jih lahko zamešamo s čemažem. Je pa zelo strupena, pri zaužitju pride do bolečin v trebuhu, bruhanja in sprememb v srčnem utripu.

ČMERIKA

(*Veratrum album*)

S		150 cm		
---	--	--------	--	--

Raste v svetlih vlažnih gozdovih in na vlažnih travnikih. Mlade liste je možno zamešati s čemaževimi, a če smo pozorni, bomo opazili, da so harmonikasto nagubani in na sredini nimajo tako jasno izražene glavne žile. Dogajajo se tudi zastrupitve s koreniko, ki jo nabiralci zamenjajo za encijanovo in jo namočijo v žganje.

SOČNI MLEČEK

(*Euphorbia helioscopia*)

S		40 cm		
---	--	-------	--	--

Mlečke lahko prepoznamo po značilnih cvetovih, ki so v resnici socvetja enega ženskega in večih moških cvetov.

TELOH

(*Hellebourus*)

S		30 cm		
---	--	-------	--	--

Telohi so rod trajnic iz družine zlatičevk, med katerimi jih je več strupenih. Pri nas najbolj poznamo črni teloh. Ime črni je dobil po korenini, cvet ima namreč bel ali včasih Rdečkast ali zelenkast.

VOLČJA ČEŠNJA

(*Antropa belledona*)

S		150 cm		
---	--	--------	--	--

Volčja češnja spada v družino razhudnikovk, kamor spadajo tudi krompir, paradižnik in jajčevcevec. Je zelo strupena, za otroka je smrtna doza že 3-5 jagod.

RIPEČA ZLATICA

(*Ranunculus acris*)

S		50 cm		
---	--	-------	--	--

V Sloveniji imamo več rastlin iz rodu zlatic, najbolj razširjena je ripeča zlatica. Vse iz tega rodu so pa strupene.

NAVADNI VOLČIN

(*Daphne mezereum*)

S		150 cm		
---	--	--------	--	--

Zgodaj spomladi ga brez težav prepoznamo po rožnatih cvetovih, ki rastejo po stebelu pod zelenim vršičkom. Uživanje listov ali plodov povzroča bruhanje in občutek davljenja. Pri nas poznamo še Blagajev volčin, ki je endemit in alpski volčin.

Kako opazimo, da smo se zastrepili z gobami?

SINDROM	VRSTE	ČAS INKUBACIJE	ZNAČILNI ZNAKI	TRAJANJE BOLEZNI
ŽELODČNO-ČREVESNI SINDROM	velika rdečelistka (<i>Rhodophyllus sinuatus</i>), pegasta kolobarnica (<i>Tricholoma pardinum</i>), stenična kolobarnica (<i>T. groanense</i>), oljkov livkar (<i>Omphalotus olearius</i>), vražji goban (<i>Boletus satanas</i>), karbolni kukmak (<i>Agaricus xanthodermus</i>), lepa griva (<i>Ramaria formosa</i>), Maierjeva griva (<i>R. mairei</i>), kosmata sirovka (<i>Lactarius torminosus</i>); tudi surove gobe ali tiste, ki se ponovno odtajajo po velikem mrazu	v večini primerov od 30 min do 4 ure	<ul style="list-style-type: none"> • bruhanje, driska • krči v želodcu in črevesju 	1–3 dni; zastrepitve z veliko rdečelistko in pegasto kolobarnico so včasih smrtno!
FALOIDNI SINDROM	zelena mušnica (<i>Amanita phalloides</i>), »bele« mušnice (<i>A. verna</i> , <i>A. virosa</i> , <i>A. bisporigera</i>), nekatere vrste dežnikov	8–24 ur (maks. 48)	<ul style="list-style-type: none"> • hudo bruhanje, driska, krči v mečih • okvare jeter z močnimi bolečinami v telesu • zlatenica, okvara ledvic ... 	4–8 dni; celo zdravljenje v bolnici lahko smrtno!
SINDROM POLJSKE KOPRENKE	poljska koprenka (<i>Cortinarius orellanus</i>) in sorodne koprenke	3–14 dni (pri poljski koprenki)	<ul style="list-style-type: none"> • slabost, bruhanje, driska • okvare jeter, mrzlica, žeja • zaprtje in driska • počasna odpoved ledvic 	3–4 tedni; pogosta smrtna zastrepitev!
GIROMITRINSKI SINDROM	pomladanski hrček (<i>Gyromitra esculenta</i>)	6–24 ur	<ul style="list-style-type: none"> • obolelost prebavnega trakta (bruhanje, driska) • okvare jeter in ledvic 	5–10 dni; včasih tudi smrtna zastrepitev!
HALUCINOGENI POJAVI	rdeča mušnica (<i>Amanita muscaria</i>), panterjeva mušnica (<i>A. pantherina</i>), razne »ameriške« mušnice (<i>A. flavoconia</i> , <i>A. brunnescens</i>), govnarji (<i>Panaeolus</i> sp.), strnišnice (<i>Stropharia</i> sp.)	30 minut–4 ure	<ul style="list-style-type: none"> • halucinacije, delirij • diureza 	1–3 dni, odvisno od vrste

SINDROM	VRSTE	ČAS INKUBACIJE	ZNAČILNI ZNAKI	TRAJANJE BOLEZNI
MUSKARINSKI SINDROM	»bele« livke (<i>Clitocybe dealbata</i> , <i>C. rivulosa</i> , <i>C. cerussata</i>), rdečkasta razcepljenka (<i>Inocybe patouillardii</i>) ...	15 minut–1 ura	<ul style="list-style-type: none"> • omotica, znojenje, močno slinjenje • zoženje zenic, počasen srčni utrip 	1–2 dni, včasih tudi odpoved krvnega obtoka s smrtnim izidom!
COPRINUS SINDROM (ALI ANTABUZNI SINDROM)	prava tintnica (<i>Coprinus atramentarius</i>)	ob istočasnem uživanju alkohola tako	<ul style="list-style-type: none"> • pospešen srčni utrip, nizek krvni tlak • motnje vida, zardlost obrazov • slabost 	1–2 dni
PAXILLUS SINDROM –	navadna podvihanka (<i>Paxillus involutus</i>)		<ul style="list-style-type: none"> • driska, bruhanje • motnje v krvnem obtoku • hemoliza z okvaro ledvic 	2 – 4 dni, redko s smrtnim izidom

Povzeto po: Giovanni Pacioni: GOBE; MK, Ljubljana, 1984



Kako ukrepamo, če pride do zastrupitve:

- če je le mogoče, takoj postavimo diagnozo, katere gobe je zastrupljenec pojedel
- ponesrečenca takoj odpeljemo k zdravniku ali celo v bolnišnico, če so zastrupitve hude
- če v bližini ni zdravnika, skušajmo nuditi prvo pomoč, vendar pazimo, da ne bi škodovali bolniku in situacije še poslabšali
- zastrupljencu damo eno ali več odvajal, da čim hitreje izprazni vsebino želodca in črevesja, ali pa ga napeljemo k bljuvanju
- ponesrečenca damo zaužiti manjše količine oglja (pozor, nevarnost zadušitve z večjimi delci!!!), ki absorbira nevarne snovi v prebavilih
- zastrupljencu dajemo svežo vodo, da nadomestimo izgubo telesne tekočine in znižamo koncentracijo toksinov
- bolnika položimo v njemu udoben ležeč položaj, po možnosti na bok ali na hrbet, z rahlo dvignjenimi nogami in privzdignjenim trupom
- bolnika nikakor ne navajamo k temu, da bi hodil naokoli, ker bomo s tem pospešili vnos toksinov v kri
- vedno smo poleg bolnika, hladimo mu čelo ali ga pokrijemo (odvisno od sindroma)

Glej tudi poglavje o prvi pomoči.

2. GOBE (glive)

Glive oz. gobe, kot jim laično rečemo, NISO rastline. Manjkajo jim nekatere rastlinske značilnosti, kot npr. klorofil (zeleno barvilo), žile in pravi koreninski sistem, vsebujejo pa hitinska vlakna. To, kar dejansko opišemo s pojmom »goba« (trošnjak), je le »sadež« organizma, ki se v tleh razraša kot prepleten sistem nitastih struktur, imenovanih hife. Glive so kompleksna sistematska skupina, ki je še dandanes skrivnostni svet tako za znanstvenike, kot tudi za ljubitelje gob. Nekatere vrste uporabljamo v medicini (npr. penicilin), spet druge so kulinarčne specialitete (npr. shitaki gobe, jurčki), nekatere so tako dragocene, da jih tehtajo celo v zlatu (npr. tartufe).

Glive najdemo povsod. To pa zato, ker se razmnožujejo z mikroskopsko majhnimi sporami, ki jih prenaša veter ali celo voda, živali in človek. Za razvoj potrebujejo le nekaj vlage. Prvotno so glive saprofiti (gniloživke), kar pomeni, da se v glavnem prehranjujejo z razpadajočimi organskimi snovmi. Ponavadi glive opazimo v razpadajočem listju, kompostu ali gnoju, pa tudi na razpadajočih mrtvih živalih. Nekatere glive se lahko zelo hitro razrastejo po substratu, npr. razne kvasovke, plesni in rje. V tropih obstajajo celo vrste gliv, ki plenijo živali! Hife se namreč izrastejo v laso podobne zanke in ko se skozi kako tako zanko splazi mikroskopska glista, se tlak v zanki spremeni in zanka se zategne. Ujeto glisto gliva počasi preraste in posrka. Razne plesni, rje in sneti pa imamo tudi za rastlinske škodljivce (npr. rženi rožički, bulava snet, peronospora ...).

Ko se celici nasprotnega spola dveh hif združita (glive namreč nimajo posebnih moških ali ženskih organov), se iz tega stvori micelij (podgobje), ki požene trošnjak, posebno tvorbo, v kateri nastajajo spore. Za človeka postanejo v tem stadiju glive najbolj vidne, pa tudi najbolj zanimive. Včasih je trošnjak podoben dežniku, kar klasično poimenujemo goba, in je sestavljen iz klobuku podobnega sporfora in betastega stebela. Mnogi trošnjaki pa nimajo dežnikaste oblike in ravno po

obliki trošnjaka gobarji razvrščajo glive med luknjičarke, lističarke, čašaste, skorjaste, kijaste, trebhaste, želatinaste gobe ...

2.1. Mikoriza

Pomembno je, da se kot skavti zavedamo, kako pomembno vlogo imajo gobe v naravnih ekosistemih. Si lahko predstavljate, da v Sloveniji in drugod po svetu ne bi bilo takih gozdov kot danes, če ne bi bilo gob? Tudi humusa ne bi bilo. **Humus** je tista organska vrhnja plast prsti, ki se pod vplivom številnih organizmov spreminja v rodovitno neorgansko prst. Ključnega pomena v tem procesu so poleg številnih talnih nevretenčarjev ravno glive. Toda vrnimo se k temu, čemu so gobe tako pomembne za gozdove. Strokovnjaki so namreč ugotovili, da imajo mlada drevesa pogosto na koreninah belkaste tvorbe, ki so dejansko hife ene glive (to ste lahko opazili tudi sami, če ste izruvali kalečo drevo). Menili so, da je tako mladiko napadla plesen, zato so ji odstranili te tvorbe. Toda izkazalo se je, da je ravno ta gliva pripomogla k temu, da je mladika drevesa sploh lahko začela rasti. Brez glive je namreč klavrno propadla. Zakaj? Hife s koreninami rastlin (ne samo dreves!) tvorijo posebno zvezo oz. simbiozo, imenovano mikoriza (myces = gliva, rhizom = korenina). Hife gliv so namreč tako tanke, da vsrkajo vodo z mineralnimi snovmi kot spužva vodo. Ta voda in minerali potujejo tudi v korenine rastline, ki je z določeno vrsto gobe v mikorizi. Goba pa po drugi strani dobi pomembne organske snovi, ki jih ustvari rastlina s pomočjo fotosinteze. Mnoge vrste rastlin s svojimi koreninskimi lasi sploh ne bi moge srkati vode in sprejemati rudninskih snovi, če ne bi bilo glive. Najbolj kompleksno mikorizo so zasledili pri orhidejah, ki jih je iz semena praktično nemogoče vzgojiti brez potrebne glive.

Žal je danes zaradi pretiranega nabiranja gob, pa tudi onesnaženja tal in vode, močno okrnjena simbioza med glivami in rastlinami. Če bodo izginile gobe, tudi rastlin ne bo več. In

če rastlin ne bo, kdo nam bo dal kisik, hrano, varnost in plodove? Človek sam?

2.2. Gobarjenje

Kdor se ukvarja z gobami, jih najbrž tudi nabira za prehrano, kar seveda ni slabo, če ne pretirava. (Ne pozabimo, da po zakonu posameznik ne sme nabrati več kot 2 kg gob na dan, te pa mora imeti spravljene v košarici ali zaboji, da lahko troši padejo na zemljo. Plastične vrečke niso dovoljene pri gobarjenju!) Veliko gob je zaščiteneh po Uredbi o zavarovanju samoniklih gliv (Uradni list RS, št. 38/94, 44/95 in 30/96), zato ne nabirajmo gob vse povprek. Seveda ne uničujmo gob in jih ne brcajmo, ker so pomemben dejavnik pri obnovi prsti in nikar ne pozabimo na mikorizo, brez katere bi gozd lahko propadel!

POZOR: PRI NABIRANJU GOB ZA PREHRANO JE POTREBNO IMETI ZNANJE IN IZKUŠNJE, KI SI JIH MORAMO PRIDOBITI PRI IZKUŠENIH GOBARJIH, NIKAKOR PA NI DOVOLJ POZNAVANJE POG LAVJA RASTLINE IN GOBE V SKAVTSKEM PRIROČNIKU!

2.3. Zastrupitve z gobami

Gobe naj bodo v prehrani le kot začimbni dodatek, nikoli, ali kvečjemu izjemoma, naj ne bodo glavna jed! Ker lahko v svoja tkiva vsrkajo praktično vse snovi, ki so v tleh ali v zraku, tudi težke kovine (svinec, cink), radioaktivne delce, škropiva in druge nevarne snovi, bomo po zaužitju take gobe tudi mi sami vsrkali te snovi. Poleg tega pa mnoge gobe že po svoji naravni presnovi zalagajo zelo nevarne strupe, ki imajo v glavnem obrambno funkcijo. S tem postanejo gobe zelo težko prebavljiva hrana. Ni priporočljivo zaužitje gob zvečer, ker bo želodec ves večer prebavljaval gobe, sami pa ne bomo imeli lahkega spanca. Raje jih jejmo opoldne.

2.4. Najpogostejše skupine gob

MUŠNICE

(*Amanita*)

Pri nas raste več vrst mušnic, od katerih so najbolj znane rdeča, zelena, panterjeva in karželj. Vse mušnice so šibko do zelo strupene (zelena mušnica je najbolj strupena goba na svetu), z izjemo karželja, ki je kulinarčna poslastica. Za vse mušnice velja: mlade gobe so obdane z belkasto ovojnico, ki lahko ostane na klobuku kot luske; vse mušnice imajo na betu luskast obroček, prstan → tudi kukmaki in dežniki imajo tak prstan! V mikorizi z različnimi drevesnimi vrstami. Nekatere vrste so zaščitene.

GOBANI

(*Boletus*)

Za gobane je značilna luknjičasta spodnja stran klobuka. Večina gobanov (jurček, ajdovec) so najbolj znane kulinarčne gobe, so pa med njimi tudi strupene vrste (vražji goban, noroglavka). V glavnem imajo gobani rjavkast klobuk in belkast bet, ki je ponavadi močno odebeljen (gobani so ene najbolj masivnih gob pri nas). Tudi gobani tvorijo mikorizo z različnimi drevesi, predvsem z listavci (hrast, breza, bukev). Nekateri gobani ob močnem dotiku pomodrijo, kar pa ni nujno znak strupenosti. Vražji goban je od vseh najbolj »pisan«, saj sta bet in spodnja stran klobuka rdečkasta.

KUKMAKI

(*Agaricus*)

Nekateri jih bolj poznajo pod imenom šampinjoni in so ene redkih gob, primerne za vzgojo doma. Po obliki spominjajo na mušnice, saj imajo tudi prstan in listasto spodnjo stran klobuka, ki je pri mladih kukmakih bela do rožnata, kasneje pa potemni oz. počrni. Poljski kukmak je najbolj cenjen med kukmaki, izogibajmo pa se karbolnega kukmaka, ki je strupen in ga prepoznamo po rumenečem mesu ter po tem, da nima izbočenega klobukain da ne diši po janežu kot drugi kukmaki. Kukmake najdemo predvsem na travnikih, pa tudi v gozdovih.

DEŽNIKI

(*Macrolepiota, Lepiota*)

To so visoke in vitke gobe, ki rastejo predvsem v vlažnih in senčnih gozdovih in gozdnih robovih. Na hitro nas spominjajo na mušnice, saj imajo luske na klobuku in značilen prstan. Najbolj znan je orjaški dežnik, ki je tudi najbolj užiten. Prepoznamo ga po velikih rjavih klobukih, ki so gosto pokriti z rjavimi! luskami. Nekateri dežniki lahko pordečijo, če jih stisnemo. Podobne vrste so dežnički, ki so manjši in v glavnem neužitni, celo strupeni.

SEHLICE

(*Marasmius, Micromphale*)

Na potepanjih skozi gozd ali ob gozdu pogosto naletimo na nežne sehlice, ki imajo tanek razprostrt klobuk in zelo tanek bet. Ponavadi so rumenorjave do blede, nekatere pa imajo vijoličaste klobuke. Glede na to, da so neopazne in majhne, jih ljudje ne nabiramo, čeprav so nekatere med njimi tudi uporabne. Pomembne so bolj z ekološkega stališča, saj igrajo zelo pomembno vlogo pri nastajanju humusa. Nekatere sehlice imajo okus po česnu in so primerne za začimbo.

MLEČNICE IN SIROVKE

(*Lactarius*)

Te gobe vsebujejo bel, grenak mleček, po katerem jih prepoznamo in so tako dobile tudi svoje ime (*lactis* = mleko). To so listaste gobe, pri katerih se lističi podaljšujejo v bet in so brez prstana ali lusk. Klobuk je ponavadi lijasto vdolben, rjavkast, včasih marogast. Mlečnice so sicer uporabne gobe, med njimi pa je nekaj strupenih gob (macesnova mlečnica, kocasta m., jamičasta m., kosmata sirovka), zato bodimo previdni pri nabiranju. Ponavadi jih najdemo pod hrastovimi drevesi ali drugimi listavci, nekatere vrste pa tudi v iglastih gozdovih.

KOLOBARNICE

(*Tricholoma*)

Morda je to manj znana skupina gob, omenjamo pa jih zato, ker so podobne golobicam. Obstaja veliko vrst, med njimi sta najbolj uporabni in iskani zelenkasta kolobarnica in krokodilja kolobarnica. Kolobarnice imajo sprva spodvihan klobuk, ki se kasneje razširi, vrh klobuka pa je nekoliko izbočen. Klobuk je lahko rjavkast, bleščoč, do bel, mokasto poprhnjen. Kolobarnice najdemo v glavnem v listnatih gozdovih. Pekoča kolobarnica je nekoliko bolj strupena, raste pa večinoma v iglastih gozdovih.

GOLOBICE

(*Russula*)

Najbolj znane med golobicami so tiste z zelenkasto vijoličastim klobukom in tiste z rdečim do škrlatnim klobukom. Prve laično imenujemo tudi »sivke«, slednje pa »šuštarji«. Med golobicami, ki imajo ponavadi lijakast klobuk, je veliko okusnih vrst, ki so poznane med gobarji. Vendar pa zaradi podobnosti med zeleno mušnico in nekaterimi zelenkastimi golobicami prihaja ravno znotraj te skupine največkrat do zamenjav. Zpomnimo si, da golobice nimajo prstana, niti lusk! Sicer pa so tudi med golobicami rahlo strupene vrste, ki imajo pekoč okus, kot npr. bljuvna golobica.

LISIČKE (*Cantharellus*)

TROBENTE (*Craterellus*)

Verjetno ni bolj znanih gob med gobarji kot ravno rumene lisičke. Čeprav je lisičk več vrst (siva, lijasta, luskasta), pa je najbolj znana užitna lisička. Spoznamo jo po nagrbančenem, bolj ali manj lijakastem klobuku in po značilni jajčasto rumeni barvi. Uporablja se celo pri pripravi likerjev!

Manj znane so trobente (mrtvaška, žolta), ki so prav tako okusne gobe, cenjene kot začimbe za juhe in omake. Trobente imajo še bolj lijakast in nagrbančen klobuk, so pa nekoliko bolj žilave od lisičk.

KOPRENKE, DEBELONOŽKE (*Cortinarius*)

Koprenke omenjamo iz dveh razlogov: mnoge so podobne kolobarnicam in golobicam, med njimi pa je nekaj izjemno strupenih, celo smrtnih gob. Klobuk koprenk je značilno grbast na vrhu, sicer pa lahko različno obarvan, vijoličast (kot pri vijoličasti k. ali lilasti debelonožki), oranžen (oranžna k., poljska k.) do rjav (kolobarniška k., nagubana d.). Najbolj strupene so ostrogrba k. (+), poljska k. (+) in lilasta d. Klobuki mladih kolobarnic so ponavadi uvihani čisto k betu. Najdemo pa jih v gozdovih, nekatere med borovnicami in na vlažnih mestih.

TINTNICE (*Coprinus*)

Tintnice so sloke, ozke in pokončne gobe. Klobuk je ponavadi podaljšan in ozek, bolj podoben kapuci. S staranjem začne klobuk pri robu odmirati, kar se pokaže kot temen izcedek (»tinta«), po katerem so dobile ime. Nekatere vrste imajo poprhnjen klobuk. Tudi tintnice so pomembne saprofitske gobe, ki pripomorejo k razpadu lesnih organskih ostankov. Najbolj okusna je velika tintnica, ki je pogostejša na vlažnih mestih. Tintnice lahko nabiramo samo v času, ko klobuk še ni začel propadati. Nekatere druge vrste: prava, razsejana,

sljudnata, pisana, gozdna, žareča tintnica ...

MAVRAHI, HRČKI, SMRČKI (*Helvella, Morchella, Gyromitra*)

Popularna skupina gob, ki jih uporabljamo v glavnem kot začimba k juham in mesnim omakam. Najbolj znane vrste so navadni mavrah, užitni smrček, rjavi mavrah, visoki mavrah pa tudi pomladanski hrček. Ta vrsta je izjemno strupena, celo smrtno nevarna v surovem zaužitem stanjem in jo gobarji pogosto zamenjajo za druge vrste mavrahov. Vsem mavrahom je značilen mrežasto brazdast stožčast klobuk (spadajo med odprtotrosnice), ki je povečini rjavkast ali črnkast. Bet je votel, razbrazdan. Mnogi mavrahi so zaščiteni!

»LESNE GOBE«

S tem izrazom želimo označiti vse tiste skorjaste in poličaste gobe, ki izraščajo iz dreves in štorov ter podrtih debel. Lesne gobe so najštevilčnejša skupina gob, pa tudi najmanj raziskana in poznana. Ker nimajo praktično nobene kulinarčne vrednosti, jih gobarji spregledajo. Toda te vrste igrajo pomembno ekološko vlogo v gozdnih in drugih ekosistemih, saj močno pripomorejo k razpadanju starih dreves in s tem obnovi humusne plasti. Med njimi naj omenimo samo vrste kot brezova goba, luknjičarji, plutači, trdikovci, kresilna goba (ki so jo v preteklosti uporabljali namesto »vžigalnika«) in številne druge.

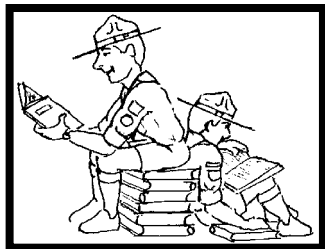
GRIVE (*Ramaria, Clavaria*) ...

To so vilasto razrasle, grmičaste gobe, ki jih srečamo sorazmerno redko in ne spominjajo na klasične gobe. Večina vrst je ogroženih, zato tudi zaščitenih. V glavnem so rumenkaste ali belkaste barve, z različnimi odtenki. Med njimi so tako strupene vrste (lepa griva, bleđa g.) kot tudi užitne in zelo okusne gobe (rdeča griva, rumena g.). Omenimo še zelo strupene in smrtno nevarne ržene rožičke (*Claviceps purpurea*), ki rastejo na klasih pšenice, rži in ječmena. V preteklosti je bilo zelo veliko zastрупitev z rožički, ker kmetje

niso presejevali žita. Uporabljajo se v farmaciji, zaradi fungicidnega zatiranja pa so postali redki.

KROGLASTE, ČAŠASTE, ZVEZDASTE GOBE

Spet različna skupina gob, kamor sodijo vsem znane prašnice (*Lycoperdon*), pa zvezdice (*Geastrum*), čašiče (*Sarcoscypha*, *Peziza*), smrdljivi mavrahovec in cenjene gomoljike ali tartufi. Nekatere gobe v tej skupini imajo prav nezemeljski izgled (lovkar), mnoge pa s propadanjem klobuka izločajo smrdeče snovi, ki privabljajo predvsem muhe, ki raznašajo spore teh gob (npr. smrdljivi mavrahovec, lovkar). Prašnice so razvile poseben mehanizem raznašanja spor, saj se razpočijo, ko dozori spore. Gomoljike so ene redkih gob, ki svoje trosnjake razvijejo pod zemljo. Črni in beli tartufi so ene najdragocenejših gob na svetu. Pri nas so v Čičariji.



Literatura

- G. Pacioni: Gobe. Ljubljana: MK, 1984.
- G. Pace: Vse o gobah. Ljubljana: MK 1977.
- D. Vrščaj: Glive. Ljubljana: ČZP Kmečki glas, 1990.
- D. Podlech: Jagodnice. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1989.
- W. Lippert: Travniške cvetice. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1987.
- M. Pahlow: Zdravilne rastline. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1991.
- T. Wraber: Rastline od krasa do morja. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1989.
- W. Lippert in T. Wraber: Alpske rastline nad gozdno mejo. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1991.
- C. Recht: Začimbne rastline. Zbirka Sprehodi v naravo. Ljubljana: MK, 1991.
- A. Martinčič in drugi: Mala flora Slovenije. Tehniška založba Slovenije, 1999.
- A. Seliškar, T. Wraber: Travniške rastline na Slovenskem. Ljubljana: Prešernova družba, 1986.

Drevesa



Uvod

Ne smeš posekati drevesa brez dovoljenja lastnika in soglasja Zavoda za gozdove Slovenije.

Ne smeš lomiti vej tako, da poškoduješ deblo.

Ne smeš metati sekire, noža ali pipca v deblo živega drevesa.

Ne smeš zabijati žebeljev v debela živih dreves.

Ne smeš narediti palice iz mladega drevesa, poišči si grm.

Ne smeš nabirati skorje na živem drevesu.

Ne smeš raniti živega drevesa, da bi nabral smolo.

Ne smeš na živih drevesih nabirati drevesnega ličja.

Ne smeš kuriti ognja pod krošnjami dreves.

Ne smeš puščati smeti pod drevesi ali jih skrivati v drevesna dupla.

Ne smeš kopati pod drevesom in raniti njegovih korenin.

Ne smeš puliti mladih drevesc.

Ne smeš kakorkoli poškodovati tise in dreves, ki so zaščitene kot naravna dediščina.

Ne smeš s kolesom voziti po gozdnih stezah.

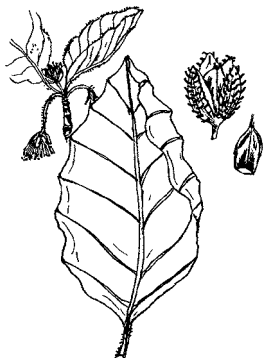
Ne smeš zlivati kemikalij v gozdu.

Ne smeš se izgovarjati, da vsega tega nisi vedel.

Deček je znal plezati skoraj tako dobro, kakor je znal plavati, in plavati skoraj tako dobro, kakor je znal teči, zato ga je Balu, učitelj postave, učil gozdnih in vodnih postav: kako razločiš trhlo vejo od zdrave; kako naj vljudno govori z divjimi čebelami, če naleti na njihov ulj petnajst metrov nad zemljo; kaj naj reče netopirju Mangu, če ga vznemiri med vejami in kako naj posvari vodne kače v tolmunih, preden pljusne dol mednje. Nobeno izmed džungelskih ljudstev se ne da rado motiti, in vsa so se hitro pripravljena zagnati se nad motilca. Potem se je Mavgli naučil tudi lovskega klica tujca, ki ga je treba glasno ponavljati, dokler ni slišati odgovora, kadar kateri izmed prebivalcev džungle lovi zunaj svojega lovišča. V prevodu se ta klic glasi: »Dovoli mi loviti tukaj, ker sem lačen.« in odgovor je: »Lovi torej za živež, ne pa za kratkočasje.« (R. Kipling, Mavglijeve zgodbe, Kl 1)

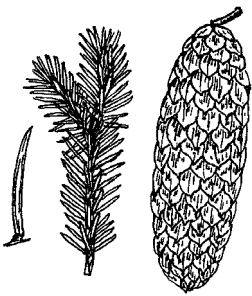
Problem: Po tabornem ognju bi radi na žerjavici pekli krompir. Kakšen les moramo nabrati?

Rešitev: Nabrati moramo bukov les.

FAGACEAE – BUKOVKE	<p>Ime: bukev</p> <p>Latinsko ime: <i>Fagus sylvatica</i></p> <p>Opis: Do 40 m visoko drevo z visoko zaobljeno, ovalno krošnjo. Ravno in gladko deblo s pepelnato sivo, tanko skorjo. Brsti so rjavi, podolgovato zašiljeni; listi so ovalni do elipsasti, na zgornji strani temno zeleni in bleščeči, na spodnji pa svetlejši. Ko so mladi, so nekoliko dlakavi. Bukov značilen plod je žir, ki se v času svoje zrelosti (jeseni) odpre s štirimi loputami.</p> <p>Rastišče: Subatlantska vrsta, graditeljica slovenskih gozdov. Najraje ima sveža, rahla in s humusom bogata tla. Dobro prenaša senco, zimski mraz, slabše pa spomladanske pozebe, ki prizadenejo predvsem mlade liste.</p> <p>Skavtska raba: Les za drva, olupljen in sprajzen žir je zelo okusen. mlade liste lahko uporabimo za solato.</p> <p>Ostala drevesa: Les, primeren za pridobivanje žerjavice, imajo tudi ostali trdi listavci: črni gaber, hrast, beli gaber, kostanj ipd.</p>	 <p><i>Bukev ima rjave in podolgovato zašiljene brste.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• beli gaber (ima nazobčan listni rob).	

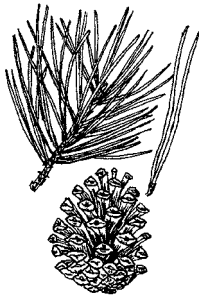
Problem: Spušča se noč, znašli smo se na gozdni jasi, radi bi postavili bivak. Katero drevo nam bo ponudilo najboljše zavetje?

Rešitev: Bivak najlažje in z najmanj škode za gozd naredimo pod košato, do tal segajočo krošnjo stare smreke.

PINACEAE – BOROVICE	<p>Ime: navadna smreka</p> <p>Latinsko ime: <i>Picea abies</i></p> <p>Opis: Vednozeleno, do 50 m visoko iglasto drevo s stožčasto krošnjo. Skorja rdečkasta, sprva gladka, kasneje začne odstopati v obliki okroglastih ploščic. Igllice v prečnem preseku rombaste, na poganjku razvrščene spiralno ščetkasto. Krošnja pravilno oblikovana, v profilu trikotna, veje razporejene v vencih. Storži viseči, rjavi, dolgi 10–16 cm.</p> <p>Rastišče: Borealno-alpska vrsta, umetno razširjena po vse Sloveniji, potrebuje zelo malo poletne toplote, prenese hud mraz in kisla tla. Smreka je najbolj številčna drevesna vrsta pri nas, zavzema kar 32 % delež vseh naših gozdov.</p> <p>Skavtska raba: Pod njenimi povešenimi in elastičnimi vejami zlahka pripraviš bivak, mladi smrekovi vršički vsebujejo vitamin C in eterična olja, iz iglic lahko skuhamo čaj, iz skorje je mogoče izdelati streho bivaka, uporabna pa je tudi kot posoda. Tanke smrekove vejice in smolo lahko uporabimo tudi kot netivo.</p> <p>Ostala drevesa: Krošnja, primerno za izdelavo bivaka, imajo tudi druge vrste iglavcev, še posebej jelka.</p>	 <p><i>Smreka ima spiralno razvrščene iglice.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• jelka (ima ploščate, nebodeče iglice),• tisa (ima rjavo skorjo),• sitka (ima krajše storže).	

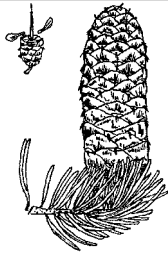
Problem: Radi bi izdelali obroček iz naravnega materiala, pa imamo pri sebi zgolj skavtski nož.

Rešitev: Poiščimo primerno debelo borovo deblo, ki že nekaj let trohni na tleh in pri koreničniku odlučimo primeren kos skorje črnega bora.

PINACEAE – BOROVICE	<p>Ime: črni bor Latinsko ime: Pinus nigra Opis: Vednozeleno do 45 m visoko iglasto drevo, ki ima v mladosti široko valjasto, v starosti pa dežnikasto krošnjo. Skorja je sivo-črna (od tod izvira tudi njegovo ime), debela in razbrazdana. Igllice so temnozeleno, močne in zašiljene ter združene v šopkih po dve skupaj. Rumenorjavi jajčasto stožčasti borovi storži zorijo na drevesu dve leti. Veje rastejo vodoravno, vejice pa so viseče.</p> <p>Rastišče: V naravi raste predvsem na ekstremnih rastiščih in na strmih skalnatih pobočjih. Za uspešno rast potrebuje precej poletne toplote; je svetloljubna vrsta, ki dobro prenaša sušo in močan veter. Slabo prenaša sneg, ki mu lahko hitro zlomi vrh.</p> <p>Skavtska raba: Iz skorje črnega bora je mogoče izdelati čudovite obročke za na rutko in podobne rezbarije. Smolnat les zelo rad gori, tudi ko je malo vlažen, seveda pa se ob tem temu primerno kadi.</p> <p>Ostala drevesa: Za rezbarije primerno skorjo ima tudi breza.</p>	 <p><i>Borovi storži so jajčasti.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• rdeči bor (rdečkasta skorja),• rušje (pritlikava rast), zeleni bor (zeleno skorja),• pinija (storži z užitnimi semeni),• cedra (krajše iglice).	

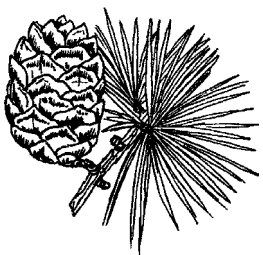
Problem: Na taboru bi radi postavili mizo s čim bolj ravno zgornjo površino. Kateri material uporabiti?

Rešitev: Poskusimo s svežo skorjo, ki jo najdemo na deblih pravkar posekane jelke.

PINACEAE – BOROVICE	<p>Ime: navadna jelka (hoja) Latinsko ime: Abies alba Opis: Vednozelen iglavec, ki zraste do 60 m visoko in ima v mladosti stožčasto, v starosti pa valjasto krošnjo. Skorja je v mladosti tanka, gladka in sivkasto bela, v starosti pa razpoka v pravokotne luske. Veje so plosko razvite, iglice so ploščate, na zg. strani bleščeče temnozeleno, spodaj pa imajo dve značilni beli proggi. Storži so stoječi, zelenorjavi, ko dozori, razpadejo na drevesu. Razen v bližini poškodb je brez smole.</p> <p>Rastišče: Najbolje uspeva na globokih in s hranili bogatih tleh, slabše prenaša sušo in nizke temperature, precej odporna je na veter. Jelka je znana po svoji sencovzdržnosti.</p> <p>Skavtska raba: Iz mladih poganjkov je mogoče delati vitaminske napitke oz. jih žvečimo, ker vsebujejo veliko vitamina C. Sveža jelova skorja je elastična, med skorjami iglavcev pa vsebuje najmanj smole.</p> <p>Ostala drevesa: Elastično skorjo imajo tudi lipa, češnja, smreka. Pridobivamo jo na že posekanih drevesih!!</p>	 <p><i>Jelovi stroži so stoječi, ko dozori, razpadejo na drevesu.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• smreka (nima značilnih belih prog na spodnji strani),• tisa (ima čokoladno rjavo skorjo),• sitka (nima stoječih storžev).	

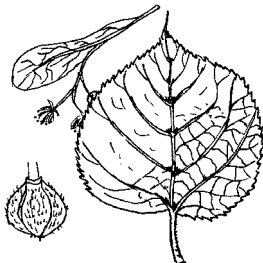
Problem: S katerim naravnim netivom si lahko pomagamo pri prižiganju ognja, če imamo na voljo zgolj vlažen les?

Rešitev: Poskusimo z macesnovo smolo.

PINACEAE – BOROVICE	<p>Ime: evropski macesen Latinsko ime: Larix decidua</p> <p>Opis: Do 40 m visoko listopadno igličasto drevo z jajčasto-stožčasto presvetljeno krošnjo. Ravno in polnolesno deblo, skorja pa zelo debela in vzdolžno razbrazdana. Skorja je zunaj siva, znotraj pa rdečkastorjava. Ima nežne, svetlozelene iglice, ki se zraščajo v šopkih. Je edini naš iglavcevec, ki jeseni odvrže iglice, pred tem pa postanejo zlatorumene. Storži so majhni in jajčasti ter ostanejo na vejah več let. Veje rastejo vodoravno, stranski poganjki pa so viseči. Ženska socvetja so rdeča in luskasta.</p> <p>Rastišče: Raste na bogatih in zračnih tleh na apnencu, suše ga prizadenejo, potrebuje dobro prevetrene lege, odporen je na zimski mraz. Je najbolj svetloлюбno drevo med vsemi našimi iglavci.</p> <p>Skavtska raba: Smolo lahko uporabimo kot netivo, pa tudi za vodoodporno izolacijo, za premaz drevesnih ran in nadomestek za žvečilni gumi.</p> <p>Ostala drevesa: Veliko smole izločata tudi črni bor in smreka.</p>	 <p><i>Macesnova ženska socvetja so rdeča in luskasta.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• Macesen zelo težko zamenjaš s kako drugo avtohtono vrsto.	

Problem: Na poletni tabor smo pozabili s sabo vzeti dežni plašč. Kaj zdaj?

Rešitev: Izdelajmo si dežni plašč iz lipovega ličja. Potrebujemo zgolj posekano staro lipo in skavtski nož.

TILIAEAE – LIPOVKE	<p>Ime: velikolistna lipo Latinsko ime: Tilia platyphyllos</p> <p>Opis: Do 40 m visoko drevo s široko in debelovejnato krošnjo. Skorja je sivorjava, navpično razpokana. Brsti so široko jajčasti, rdečkastorjavi in pokriti z dvema različno velikima luskolistoma. Cvetovi so dvospolni, rumeni in dišeči, po 5 jih raste v socvetju, ki je zraščen z sedečim vršnim listom (letalce). Listi so enostavni, zašiljeni srčasti in nesimetrični, na spodnji strani rahlo belo dlakavi. Les je bel, nežen in mehak.</p> <p>Rastišče: Najraje ime apnena, globoka in dovolj vlažna tla. Uspešno raste tudi delno zasenčena, slabo prenaša sušo in mraz.</p> <p>Skavtska raba: Iz cvetja je mogoče skuhati odličен čaj, iz ličja je mogoče izdelati različne pletarske izdelke in vrvi, lipo ima tudi zelo primeren mehak les za rezbarije.</p> <p>Ostala drevesa: Protidežno pokrivalo je mogoče izdelati iz prožne skorje iglavcev, zlasti jelke ali smreke.</p>	 <p><i>Listi lipe so enostavni, zašiljeno srčasti in nesimetrični.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• lipovec (ima pecljata socvetja oz. soplodja),• evropska lipo – križanec med lipo in lipovcem.	

Problem: Na taboru smo se naveličali pitja čaja. Iz česa bi si lahko skuhalo drugačen napitek?

Rešitev: Naberimo želod in ga sprajžimo nad ognjem. Zdrobimo ga in iz njega skuhamo želodovo kavo.

FAGACEAE – BUKOVKE

Ime: graden (hrast)

Latinsko ime: *Quercus petraea*

Opis: Do 40 m visoko drevo z ravnim in pogosto v ovalno krošnjo razvejanim deblom. Skorja na starejših gradnih je sivkasta in plitvo razpokana, listi so pernato krpati, narobe jajčasti, zgoraj temno zeleni, bleščeči in goli. Dno listne ploskve je klinasto, pecelj pa do 2 cm dolg.

Plod – želod ima polkrožno skledico z gladkim robom.

Rastišče: Najraje raste na dobro zračnih in rahlo kislih peščeno-glinastih tleh. Uspesneje kot tla z zastajajočo vodo prenaša zmerno sušo. Svetloljubna vrsta, ki slabo prenaša slane in pozebe.

Skavtska raba: Iz sprajženih želodov je mogoče izdelati želodovo kavo ter želodovo krušno moko. V skorji je veliko čreslovine, zato je mogoče s čajem iz hrastove skorje ustaviti drisko. Iz hrastovega lesa lahko pripravimo zelo dobro žerjavico.

Ostala drevesa: Želode imajo tudi druge vrste hrastov: cer, puhavec, dob.



Gradnov listni pecelj je do 2 cm dolg.

Podobna drevesa:

- cer (skodelica želoda je poraščena z izrastki),
- puhavec (skorja je globoko razbrzdana na pravokotne luske),
- dob (listi so sedeči z značilnimi »ušesci«).

Problem: Na okroglih lesenih ploščicah bi radi vžgali spominček – obesek za na rutko. Kateri les ni niti pretrd niti preveč krhek za tako uporabo?

Rešitev: Najlažje bomo izdelali vžgane lesene obeske iz javorovih vej.

ACERACEAE – JAVOROVKE

Ime: gorski javor

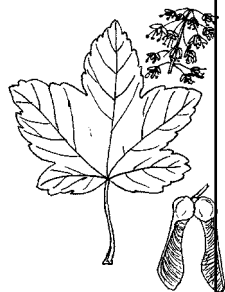
Latinsko ime: *Acer pseudoplatanus*

Opis: Do 40 m visoko drevo s pravilno razvito krošnjo in ravnim, močnim deblom. Skorja je v mladosti sivkasta in gladka, pozneje pa razpoka v ploščate krpe lubja. Navzkrižno razporejeni listi so dlanasto krpati, med petimi krpami sta spodnji dve manjši. Listni rob je neenakomerno narezan. Krpe so široko jajčaste in grobo nažagane, zareze med njimi ostre. Cvetovi so združeni v 6–12 cm dolga zelena, viseča socvetja. Plod je sestavljen iz dveh krilatih delnih plodičev, ki oklepata kot, nekoliko manjši od 90°.

Rastišče: Raste na najboljših rastiščih, na globokih, rahlih, humusnih tleh na apnenčasti matični podlagi. Sušo in vročino prenaša slabše, odporen pa je na hladen zrak. Svetloljubna vrsta.

Skavtska raba: Les je zelo primeren za vžiganje in rezbarjenje, krilat plodovi so uporabni za izdelavo različnih mozaikov oz. skulptur iz gozdnih semen.

Ostala drevesa: Lesene ploščice iz lesa za vžiganje je mogoče izdelati tudi iz leske, brinja in lipe.



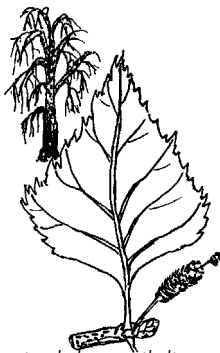
Listi gorskega javorja so dlanasto krpasti.

Podobna drevesa:

- ostrolistni javor (listne krpe imajo ostro zašiljene konice),
- poljski javor (manjši listi).

Problem: Radi bi si oprali lase brez šampona, saj nočemo onesnaževati vode. Kako naj si pomagamo?

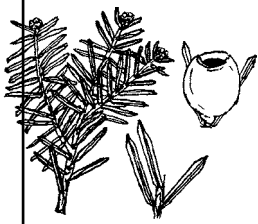
Rešitev: Pomagajmo si s »šamponom« iz brezovih listov.

BETULACEAE – BREZOVKE	<p>Ime: navadna breza Latinsko ime: <i>Betula pendula</i> Opis: Do 30 metrov visoko listopadno drevo z redko, ozko, jajčasto, stožčasto oz. nepravilno krošnjo. Skorja na deblu in debelejših vejah je bela, lušči se v vodoravnih trakovih, v starosti pa vertikalno razpoka, z značilnimi vodoravnimi lenticelami. Listi so enostavni, rombasti, po robu dvakrat ostro nažagani. Moški cvetovi so v klasastih socvetjih – mačicah. Veje so mehke, upogljive in obrnjene navzgor, vejice pa visijo navzdol.</p> <p>Rastišče: Skromna drevesna vrsta, ki najraje raste na peščeno-ilovnatih in nekoliko zakisanih tleh. Potrebuje veliko svetlobe, odporna je proti slani in nizkim temperaturam, slabo prenaša sušo.</p> <p>Skavtska raba: Brezov les je zelo uporaben za kurjenje, saj pri gorenju ne poka in se zelo malo dimi. Iz soka, ki ga pridobivamo tako, da spomladi zvrtnemo manjšo luknjo v deblo, lahko pridobivamo osvežilno pijačo. Iz brezovih listov lahko kuhamo brezov »šampon«, tiste mlade in mehke, pa lahko uporabimo kot solato.</p>	
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• trepetlika (listi so na spodnji strani beli, skorja ni bela).	

Listni rob brezovih listov je dvakrat nažagan.

Problem: Ali obstaja v naravi tudi kako drevo, na katerega moramo pri skavtskih aktivnostih še posebej paziti in ga čuvati?


Rešitev: Da, to je tisa.

TAXACEAE – TISOVKE	<p>Ime: navadna tisa Latinsko ime: <i>Taxus baccata</i> Opis: Do 20 m visoko vednozeleno iglasto drevo s široko stožčasto oz. v starosti okroglasto krošnjo. Skorja je rdečkastorjava, v starosti se lušči v trakovih in luskah. Igllice so ploščate, mehke, zgoraj temno zelene, spodaj pa dve svetli progi listnih rež. Tisa je dvodomno drevo – žensko drevo prepoznamo po rdečih navideznihih plodovih: seme je okroglasto in temno rjavo, obdaja pa ga čašast, živo rdeč in sočen semenski ovoj. Celotno drevo razen semenskega ovoja je strupeno. Pri starih drevesih je deblo votlo.</p> <p>Rastišče: To zelo redko drevo najraje raste na svežih humoznih tleh, izjemno je sencovzdržno, odporno tudi proti suši in mrazu.</p> <p>Skavtska raba: Ker gre za zavarovano drevesno vrsto, uporaba njenega lesa ne pride v poštev, jeseni se lahko posladkamo z ovojkami tisinih semen.</p> <p>Ostala drevesa: Tisa je naša edina zavarovana drevesna vrsta.</p>	
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• jelka (ima belo-sivo lubje).	

Tisa je dvodomno drevo.

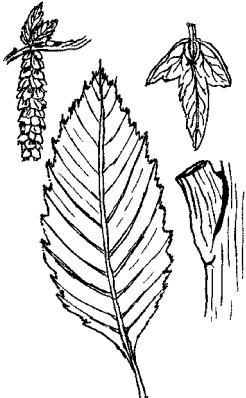
Problem: Na jesenovanju bi radi namesto običajnih makaronov skuhali kaj bolj izvirnega. Kaj nam lahko ponudi gozd?

Rešitev: Na jesenovanju si lahko postrežemo s kostanjevimi plodovi.

FAGACEAE – BUKOVKE	<p>Ime: domači ali pravi kostanj Latinsko ime: <i>Castanea sativa</i> Opis: Do 35 m visoko drevo z mogočno in široko krošnjo. Skorja v mladosti gladka, v starosti spiralno vzdolžno razpokana. Trakovi so desno spiralni. Listi so jajčasto suličasti, z značilno narezanim robom. Glavne in stranske žile izstopajo iz lista. Cveti avgusta, moški cvetovi so združeni v mačice. Bleščeče rjavi plodovi – kostanji – imajo na koncu značilen repek in so zavarovani z ježico, ki se odpre s štirimi loputami. Kostanjeva debla so pogosto poškodovana zaradi kostanjevega raka. Rastišče: Potrebuje globoka, zmerno vlažna in kislja tla. Potrebuje veliko toplote, slabo pa prenaša sušo in slano. Na toplih rastiščih sencovzdržen, na hladnejših pa svetlojuben. Skavtska raba: Hranljivo seme uživamo pečeno, kuhano ali kandirano, les je uporaben za pridobivanje dobre žerjavice. Ostala drevesa: Užitne plodove imajo še hrast, bukev, oreh in leska.</p>	 <p><i>Kostanjevi plodovi so zavarovani z ježico.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <ul style="list-style-type: none">• divji kostanj (listi so sestavljeni, plodovi pa niso užitni).	

Problem: Po tabornem ognju bi radi na žerjavici pekli krompir. Kakšen les moramo nabrati?

Rešitev: Nabrati moramo gabrov les.

BETULACEAE – BREZOVKE	<p>Ime: črni gaber Latinsko ime: <i>Ostrya carpinifolia</i> Opis: Do 20 m visoko listopadno drevo s široko razvejano krošnjo in masivnim, pogosto ukrivljenim deblom. Skorja v mladosti rdečkasta in gladka, v starosti temna, skoraj črna, močno razpokana v pravokotne luske. Listi enostavni, podolgovato jajčasti ali eliptični in zašiljeni, po robu dvakrat napiljeni, na bazi zaokroženi. Listni rob dvojno nazobčan, stranske žile neopazne, zaradi njih je listna ploskev videti napihnjena. Moška socvetja v obliki mačic se pojavijo že konec poletja. Plodovi združeni v stožčasto soplodje, ki spominja na plod hmelja. Rastišče: Raste na revnih, plitvih tleh, prenese hudo sušo, prizadene ga le slana. Izrazito svetlojubna vrsta. Pomemben je kot pionirska vrsta, porašča gola strma in topla pobočja. Skavtska raba: Poleg lesa za žerjavico nam črni gaber postreže tudi z mladimi listi za solato. Ostala drevesa: Dobro žerjavico nam dajo tudi bukev, hrasti, beli gaber in ostali trdi listavci.</p>	 <p><i>Moška socvetja črnega gabra so v obliki mačic.</i></p>
	<p>Podobna drevesa:</p> <p>bukev (nima napiljenih listnih robov), beli gaber (siva, gladka skorja na deblu).</p>	

Problem: Na pomladovanju bi si radi za večerjo pripravili cvrtje iz kokošjih jajc. S čim ga lahko popestrimo?

Rešitev: Namesto klasičnega cvrtja si lahko pripravimo cvrtje iz robinijinih cvetov.

FABACEAE – METULJNICE

Ime: robinija

Latinsko ime: Robinia pseudacacia

Opis: Do 30 m visoko listopadno drevo z redko, zračno, okroglasto do dežnikasto krošnjo. Skorja sprva gladka in siva, pri starejših drevesih podolžno zelo globoko razpoka in porjavi. Listi so premenjalno razvrščeni, iz 9–21 lističev sestavljeni listi. Lističi so podolgasto eliptični, navadno topi. Dvospolni cvetovi so metuljasti, dišeči, beli združeni v viseča socvetja. Plodovi so stroki, ki vsebujejo do 10 temno rjavih, trdih semen. Rjavordeče vejice so poraščene s puhom. Iz debla in vej izrašča veliko do 2 cm dolgih trnov.

Rastišče: Raste na rahlih, globokih in rodovitnih tleh. Hude suše in vetra ter snega ne prenaša dobro, je zelo svetloljubna vrsta.

Skavtska raba: Cvetovi v prevelikih količinah so lahko strupeni. Les uporaben za pripravo žerjavice, ker sprošča veliko toplote in se ne dimi dosti. Les je zaradi svoje trdote, teže, elastičnosti in trajnosti primeren tudi za izdelavo ročajev orodij.

Ostala drevesa: Kot cvrtje lahko pripravimo tudi bezgovo cvetje.



Robinijini cvetovi so metuljasti.

Podobna drevesa:

- negnoj (rumeni cvetovi, zelenkasta skorja).

Problem: Za zgradbe na taboru potrebujemo nekaj zelo trdnih, a kljub temu elastičnih palic. Katera drevesno vrsto lahko posekamo, ne da bi pri tem povzročili pretirano gospodarsko škodo?

Rešitev: Najboljši kompromis bomo naredili, če se odločimo za debelca malega jesena.

OLEACEAE – OLJKOVKE

Ime: mali jesen

Latinsko ime: Fraxinus ornus

Opis: Do 15 m visoko listopadno drevo s široko, košato, močno razraščeno krošnjo. Skorja je siva in gladka tudi pri starejših drevesih. Listi so sestavljeni iz neparnega števila 5–9 jajčastih, podolgovatih lističev, ki so na zgornji strani gladki. Cvetovi so beli, močno dišeči in cvetijo pozno spomladi, šele potem, ko listi že odženejo. Zelo značilni so sivi do rjavosivi brsti, ki so tako kot listi nasprotno nameščeni. Les je prožen, na dotik masten.

Rastišče: Zelo rad ima sončno lego in dobro prenaša sušo in vročino. Mlade poganjke mu lahko uniči pomladanska slana.

Skavtska raba: Z zarezovanjem skorje je mogoče pridobivati rjavkast sirup, ki kristalizira v mano.

Ostala drevesa: Malo manj trdne in elastične palice lahko posekamo v leskovih, glogovih ali vrbovih grmih.



Listi malega jesena so lihopernato sestavljeni.

Podobna drevesa:

- veliki jesen (ima črne brste in doseže večje dimenzije).

Problem: Za razkošno kosilo na taboru bi radi pripravili zrezke, vendar smo pozabili doma vse začimbe. Kateri grm nam lahko ponudi nadvse zanimivo začimbo?

Rešitev: Poiskati moramo brinov grm z zreli, temno modrimi brinovimi jagodami.

CUPRESSACEAE – CIPRESOVKE

Ime: navadni brin

Latinsko ime: *Juniperus communis*

Opis: Vednozeleno do 15 m visoko iglasto drevo z navzgor usmerjenimi vejami. Skorja na deblu je sivorjava, sprva gladka, kasneje vzdolžno razpokana in se lušči v obliki trakov. Vejice imajo trikotno obliko in skorjo, ki je sprva gladka in svetleča, kasneje pa sivo rjava.

Iglice so koničaste, zašiljene in bodeče, zgoraj imajo vzdolžno belo proggo. Plod je brinova jagoda, ki je sprva zelena, v drugem ali tretjem letu pa postane temo modra do črno vijoličasta in poprhnjena.

Rastišče: Skromna vrsta, ki raste na revnih, izčrpanih in plitvih tleh. Odporen proti suši in ekstremno nizki temperaturi, izrazito svetloljuben.

Skavtska raba: Iz brinovega lesa je mogoče izdelovati rezbarije, palice, brinove jagode imajo zdravilne lastnosti.

Ostala drevesa: Kot začimbo lahko uporabimo tudi lovorove liste.



Brinove iglice so koničaste, zašiljene in bodeče.

Podobna drevesa:

- rdečeploдни brin (ima rdečerjave plodove)

Problem: Za veliko igro nujno potrebujemo pihalnike (votle palice). Veje katerega grma je najlažje izvotliti?

Rešitev: Poiščimo bezgov grm in narežimo ter izvotlimo mlade veje.

CAPRIFOLIACEAE – KOVAČNIKOVCI

Ime: črni bezeg

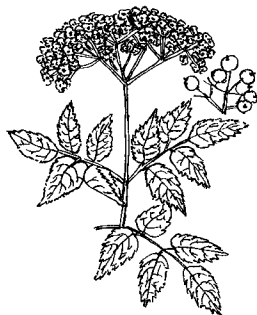
Latinsko ime: *Sambucus nigra*

Opis: Gost grm oz. 3-9m visoko drevo. Skorja sivorjava, lušči se v vertikalnih trakovih, na njej pa najdemo rjave navpične lenticle, v sredini stebel se skriva bel stržen. Listi so lihopenatno deljeni in sestavljeni iz 5-7 podolgovatih, priostrenih, neenakomerno nazobčanih svetlo zelenih in rahlo dlakavih lističev. Beli cvetovi, ki zelo lepo dišijo, so v velikih kobulnih socvetjih, na koncih vej. Plodovi so kroglaste črnovijoličaste in bleščeče jagode, z veliko rdečega soka. Semena so ovalna in rjava.

Rastišče: Dobro uspeva zlasti na plodnih, s humusom in dušikom bogatih in vlažnih tleh, do 1200 m nadmorske višine. Raje ima hladne lege.

Skavtska raba: Iz cvetja lahko pripravimo čaj, z dodatkom jajc pa tudi cvrtje. Tudi iz plodov je mogoče pripravljati čaj pa tudi marmelado in sok (svežih jagod ne uživamo, ker so strupene). Je najboljši grm za pihalnike.

Ostala drevesa: Z veliko potrpežljivosti je mogoče izvotliti tudi leskove palice, vendar se leska z bezgom seveda ne more primerjati.



Bezgovci cvetovi so združeni v velikih pakobuljastih socvetjih.

Podobna drevesa:

- smrdljivi bezeg (ima rdeče plodove).

Problem: Za večino kuharja bi radi naredili potico, pa je ravno to leto slana vzela orehe. Kaj naj storimo?

Rešitev: Naberimo lešnikov in naredimo lešnikovo potico.

BETULACEAE – BREZOVKE

Ime: navadna leska

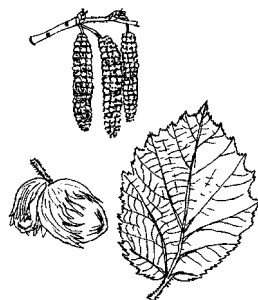
Latinsko ime: *Corylus avellana*

Opis: Gost in močno razvejan listopadni grm, ki zraste 2 do 4 m visoko. Ima gladko in sivo-rjavo lubje. Listi so narobe jajčasti, enostavni, pri dnu srčasto zarezani in kratko pecljati. Listni rob je dvakrat napiljen, listna ploskev pa na spodnji strani dlakava. Moški cvetovi so združeni v rumene mačice, ki se pojavijo že v februarju. Plod leske – lešnik dozori septembra in je obdan z zvončastim, nepravilno nazobčanim ovojkom. Leska se običajno razveja že pri tleh, razmnožuje se s koreninskimi poganjki in semenom jeseni.

Rastišče: Navadna leska raste ob robovih gozdov in livad, pogosto sestavlja gosta in obsežna grmičevja. Najbolje raste na **apnenih tleh v zmernem podnebju**.

Skavtska raba: Leskove palice so primerne za izdelavo najrazličnejših zgradb, saj z njihovim posekom ne naredimo omembe vredne gospodarske škode. Lešniki so eno energetsko najbogatejših živil in jih lahko jemo surove ali pa jih porabimo pri pripravi sladice. Lešnikove mačice je mogoče posušiti in zmleti ter dodati krušni moki.

Ostala drevesa: Na podoben način kot lešniki so uporabni tudi plodovi oreha in bukve.



Plod leske je obdan z zvončastim, nepravilno nazobčanim ovojkom.

Podobna drevesa:

- turška leska (večji plodovi).

Problem: Katere plodove moramo nabrati na jesenovanju, da bi na zimovanju pili najboljši čaj na svetu?

Rešitev: Nabrati je potrebno plodove šipka.

ROSACEAE – ROŽNICE

Ime: poljski šipek

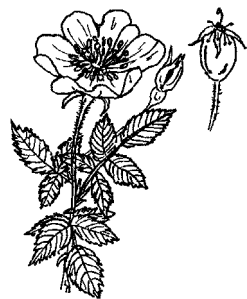
Latinsko ime: *Rosa canina*

Opis: Do 3 visok, razvejan in z zakrivljenimi bodicami porasel listopadni grm. Listi so lihopenrati, veliki listi prijetno dišijo in imajo pet rožnatih ali belih venčnih listov. Jajčasti, rdeči, na površini bleščeči se plod dozori avgusta in septembra. Šipek se razveja že pri tleh, veje so poraščene z zelo ostrimi, srpasto zavitimi trni. Listi so široko jajčasti.

Rastišče: Uspeva ob robovih gozdov, ob živih mejah in plotovih, ob pašnikih in med grmovjem. Ljubi svetle tople lege in ilovnata tla.

Skavtska raba: Iz šipkovih plodov je mogoče skuhati čaj, pripraviti marmelado ipd.

Ostala drevesa: Na podoben način je mogoče uporabiti plodove mokovca, skorša, jerebike, gloga, črnega trna ipd.



Šipkovi trni so ostrni in srpasto zaviti.

Podobna drevesa:

- različne sorte šipka.

Problem: Na taboru bi radi popestrili jedilnik z zdravilnimi in sladkimi plodovi. Na katero drevo naj splezamo?

Rešitev: Poiskati bo potrebno divjo češnjo.

ROSACEAE – ROŽNICE

Ime: češnja

Latinsko ime: *Prunus avium*

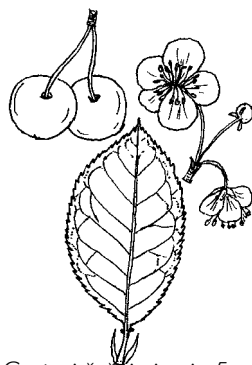
Opis: Do 20 m visoko drevo, v krošnji so veje pogosto v vencih. Skorja je tanka in posuta s prečnimi lenticelami. Pri starejših drevesih se skorja lušči v prečnih trakovih in na koncu močno razpoka. Listi so enostavni, podolgasto jajčasti ali eliptični, na robu nepravilno zažagani.

Cvetovi so bele barve in združeni v sedeče kobule po tri, koščičasti plodovi pa dozori sredi poletja. Češnje so rdeče, popolnoma zrele so lahko tudi črne.

Rastišče: Najbolje uspeva na toplih legah in svežih tleh, čeprav prenese tudi skromna tla. Svetloljubna vrsta, ki začne že pri 60 letih trohneti.

Skavtska raba: Plodove lahko uživamo surove ali pa iz njih naredimo marmelado, kompot ali sok. Plodovi češnje pomagajo pri srčnih in ledvičnih boleznih, debelosti in revmi, dobro vplivajo na rast kosti in zob. Češnjev les je zaradi lepe barve primeren za vžigovanje, rezbarjenje ipd.

Ostala drevesa: Na podoben način je mogoče uporabiti plodove mokovca, skorša, jerebika, gloga, črnega trna ipd.



Cvetovi češnje imajo 5-števno cvetno odevalo.

Podobna drevesa:

- mokovec (listi so na spodnji strani beli),
- jerebika (listi so sestavljeni).

Problem: Iščejo taborni prostor. Katerih dreves ni dobro imeti za sosede?

Rešitev: Dobro se je izogniti topolom, saj so njihove puhaste mačice nadležne za asmatike.

SALICACEAE – VRBOVKE

Ime: beli topol

Latinsko ime: *Populus alba*

Opis: Do 30 m visoko listopadno drevo s široko in pogosto nesimetrično krošnjo. Skorja na mlajših deblih sivobela in posuta z značilnimi rombastmi rdečkastimi lenticelami, pri starejših drevesih temni in globoko vzdolžno razpoka. Listi so na kratkih pecljih, zašiljeno jajčasti, gosto belo puhasti in niso lepljivi. Listni rob je lahko topo nazobčan. Ženske mačice so do 10 cm dolge in zelenkaste. Plodovi so svetlo rjave pecljate semenske glavice.

Rastišče: Na vlažnih, globoko humusnih in peščenih obrečnih tleh z visoko podtalnico.

Skavtska raba: Iz mehkega lesa je mogoče izdelovati rezbarije, zobotrebce in vžigalice. Iz topolovega lesa izdelujejo tudi zelo lahke lestve.

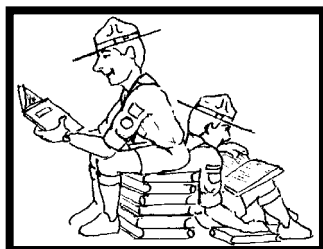
Ostala drevesa: Na vejah črnega bora se rade naselijo gosenice borovega sprevodnega prelca, ki imajo strupene dlačice. Podobno velja za gosenice gobarja, ki spomladi obžirajo liste hrasta in ostalih listavcev.



Plodovi belega topola so pecljate semenske glavice.

Podobna drevesa:

- trepetlika (listi so manjši in trepetajo v vetru).



Literatura

- D. Aichele: Kaj neki tu cveti. Kranj: Narava, 2004.
- F. Batič: Pregled rastlinskega sistema, seznam rastlin in navodila za pripravo študentskega herbarija za študente študija gozdarstva in krajinske arhitekture. Ljubljana: Oddelek za agronomijo Biotehniške fakultete, 1996.
- R. Brus: Sprehod po gozdu. [CD.] Ljubljana: DZS, 2002.
- R. Brus: Drevesne vrste na Slovenskem. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2004.
- M. Červenka: Rastlinski svet Evrope. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1988.
- L. Grlič: Užitne divje rastline. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1980.
- M. Kotar: Naše drevesne vrste. Ljubljana: Slovenska matica, 1999.
- P. Lanzara: Drevesa. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1984.
- A. Martinčič: Mala flora Slovenije. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1969.
- D. Seidl: Slikovni rastlinski ključ. Ljubljana: DZS, 1992.
- M. Škulj: Dendrološke zanimivosti na vrtu Inštituta za gozdno in lesno gospodarstvo v Ljubljani. Gozdarski vestnik, XL/1982, št. 10, str. 424–430.
- R. Vidervol: Debela in zanimiva drevesa na področju OE Novo mesto. Novo mesto: Zavod za gozdove Slovenije, OE Novo mesto, 1999.
- Zakon o gozdovih, 1993. Uradni list Republike Slovenije, 93/6, str. 1677–1691.
- T. Wraber: Sto znamenitih rastlin na Slovenskem. Ljubljana: Prešernova družba, 1990.



Vremenoslovje

Zakaj naj skavt pozna vreme?

Na izletu v hribih, na taboru ali izhodu nimamo vedno pri roki radia, časopisa ali internetne povezave, da bi izvedeli, kakšno bo vreme. Zato se lahko opremo samo na lastno znanje in z opazovanjem pojavov na nebu poskusimo ugotoviti, ali se nam bliža nevihta ali pa nas bo sonce še naprej gredo.

Podnebje ali vreme?

Razlika med vremenom in podnebjem je precejšnja.

Vreme je trenutno stanje (tempetarura, zračni pritisk ...) v ozračju na določenem kraju in se precej hitro spreminja.

Podnebje ali **klima** pa označuje povprečno vreme v daljšem obdobju (vsaj 30 let). Pove, kako toplo je običajno poletje ali pa koliko časa običajno traja deževna doba v nekem kraju.

Kakšno je podnebje v Sloveniji?

Severozahodni del Slovenije ima gorsko podnebje, za katerega so značilne mrzle zime in mila poletja. SV del (Prekmurje) ima kontinentalno podnebje – večje razlike med zimskimi in poletnimi temperaturami, več padavin poleti. Primorska ima lastnosti sredozemskega podnebja (vroča in suha poletja, mile in vlažne zime), osrednja Slovenija pa ima prehodno podnebje, saj leži na prehodu med različnimi podnebnimi tipi.

Katere vremenske pojave poznamo?

Vsak, kdor je kdaj bolj pozorno opazoval vreme, je gotovo opazil mnogo različnih pojavov. Že samo padavin poznamo več vrst, npr. pršenje, dež, sneg, zmrznjeni dež, sodra, toča ... Ob nevihtah opazimo tudi grmenje in bliskanje. Spomladi in jeseni je pogosta megla. Ob lepem vremenu opazimo majhne oblačke (kumuluse), včasih pa tudi prah, ki je v ozračju. Bolj podrobno si pogledjmo različne vrste oblakov.

Ozračje tvori sloj, ki nas kakor odeja okrog Zemlje varuje pred nevarnimi sončnimi žarki in mrazom iz zunanjega vesolja.

Vsebuje zrak, ki ga dihamo, pomešan z vodnimi hlapci in drobnimi delci prahu.

Največ vremenskih pojavov se dogaja v spodnjem sloju atmosfere, to je troposfera, ki sega do 11 km v višino.

Dogajanje v ozračju je zelo raznoliko in težko predvidljivo. Vreme se lahko spremeni v nekaj trenutkih. Zato moramo vreme opazovati. Če se odpravljamo na izlet v naravo, pa je še kako pomembno, da vemo, ali bo sijalo sonce ali nas bo ves čas močil dež. Pri tem si lahko pomagamo tudi sami.

Oblaki:

Oblake po obliki lahko razdelimo v tri kategorije:

- **slojasti:** plastoviti, ravni oblaki;
- **kopasti:** spodaj ravni, zgornji rob pa je po obliki podoben cvetači ali keпам sladoleda;
- **raztrgani:** brez izrazite oblike, manjši, pogosto razcefrani.

Po višini jih delimo na **visoke** (cirusi, cirostratusi, cirokumulusi), **srednje** (altokumulusi, altostratusi), **nizke** (stratusi, stratokumulusi, kumulusi). Poznamo pa tudi oblake, katerih spodnji del (baza) je zelo nizko, vrh pa več kilometrov višje, to so oblaki **vertikalnega razvoja** (nimbostratusi, kumulonimbusi).

Cirusi: Visoki oblaki v obliki nežnih belih vlaken. Njihovo zgoščevanje v plast cirostratusa napoveduje približevanje tople fronte s padavinami. V obdobju lepega vremena pa potujejo običajno od V proti Z in se tekom dneva spet razkrojijo. Pri tem je značilno, da potujejo počasi. V glavnem pa so

to oblaki lepega vremena.

Cirostratusi: Prozorna, belkasta koprena, ki povsem ali delno prekriva nebo.

Cirokumulusi: Majhni kopasti oblački, ovčke. Imajo različen vpliv na razvoj vremena.

Altokumulusi: Srednji oblaki, beli ali sivi kosmi, navadno tako gosti, da zasenčijo sonce, v obliki kosmov, diskov, blazin, leč. So najpogostejši oblaki.

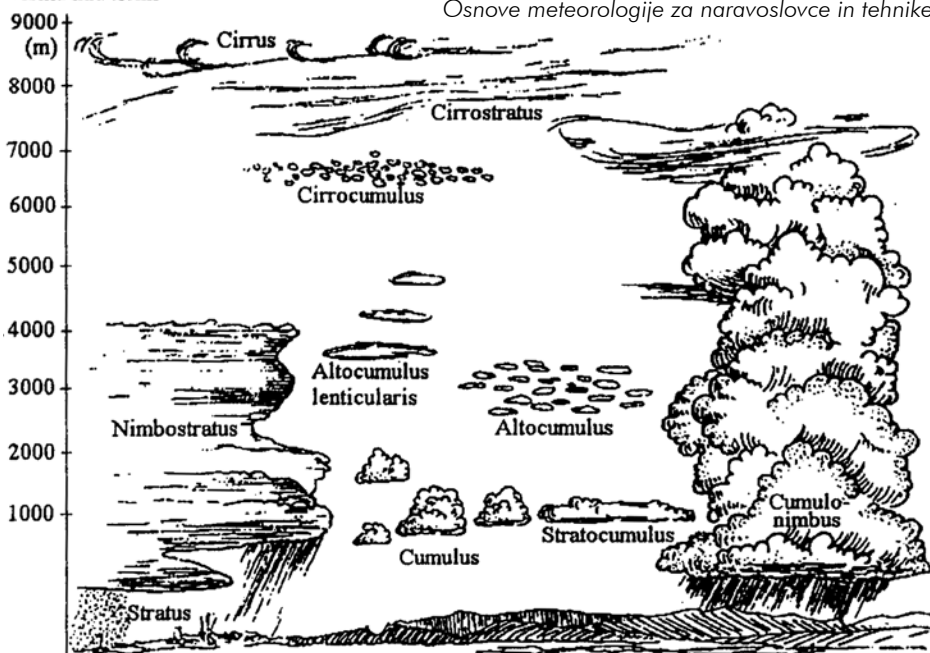
Altostratusi: Sivkasta ali modrikasta delno prosojna koprena. Skoznje nejasno vidimo sonce kot skozi motno steklo. Skupaj z altokumulusi se pojavijo pred prihodom tople fronte.

Nimbostratusi: Siva, pogosto temna oblačna plast, iz katere padajo neprekinjene padavine. Pod njimi so pogosto še nizki raztrgani oblaki.

Stratokumulusi: Nizki oblaki, sivi ali beli kosmi ali plast oblakov, v kateri so ponavadi tudi temni deli. Kljub včasih grozečemu videzu in veliki razprostranjenosti večinoma ne prinašajo padavin.

Stratusi: Siva oblačna plast, včasih iz nje

višina nad tlemi



povzeto po J. Rakobec, T. Vrhovec:

Osnove meteorologije za naravoslovce in tehnike

rosi ali rahlo sneži, dvignjena megla.

Kumulusi: Gosti oblaki, ki se vertikalno razvijejo v obliki kop in kupol, njihova zgornja površina je podobna cvetači. Majhni so znak vladajočega lepega vremena, na nevihto pa opozarjajo naglo nastajajoči visoki kopasti oblaki (tudi ob pobočju) z razcefranim zgornjim robom.

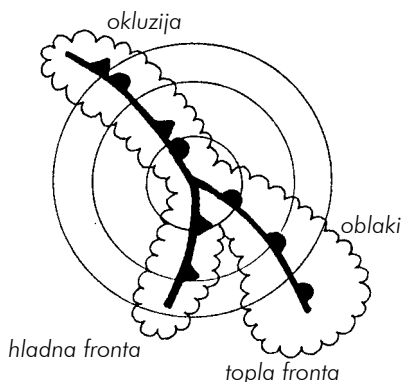
Kumulonimbusi: Lahko vzkopijo 10 in več km v višino, vrh je podoben nakovalu. To so značilni nevihtni oblaki.

Območja visokega in nizkega zračnega pritiska:

Pritisk je količina, s katero merimo, s kolikšno silo neko telo pritiska na določeno površino. V našem primeru na nas in našo okolico pritiska zrak cele atmosfere. Kadar pravimo, da je pritisk nizek ali visok, povemo, kako močno nas zrak v atmosferi pritiska k tlom. Zrak potuje naokoli. Včasih pride k nam redkejši, včasih pa gostejši (odvisno od temperature, vlage ...), včasih se premika navzgor, drugič navzdol.

Anticiklon ali območje visokega zračnega pritiska običajno prinaša lepo vreme. V središču anticiklona se zrak spušča (zato se povečuje pritisk) in segreva. In ker toplejši zrak lahko sprejme več vodne pare, vodne kapljice iz zraka izhlapijo.

V središču **ciklona** ali območja nizkega zračnega pritiska pa se zrak dviga, zato je tam pritisk nižji. Ko se zrak dviga, se ohlaja in iz njega se začnejo izločati kapljice, zato ciklon prinaša deževje.

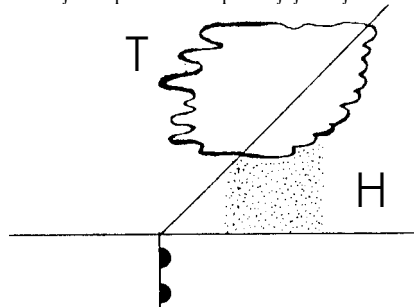


Nad kopnim in nad morji nastajajo velike **zračne gmote** (lahko si jo predstavljaj kot kup zraka), ki imajo različne lastnosti. Zrak v teh gmotah je lahko tople, hladen, suh ali vlažen, njegovo premikanje pa prinaša različne vrste vremena. Kjer se srečata dve zračni gmoti, nastane **fronta** (tako se imenuje meja med dvema gmotama oz. različno toplima kupoma zraka).

V ciklonu nastaneta dve zračni fronti – topla in hladna. Ciklon potuje od Z proti V tako, da najprej prihaja topla fronta, za njo pa hladna. Ker se hladna fronta giblje hitreje, kmalu dohiti toplo. Tako nastane okluzija ali okludirana fronta, ki pomeni skorajšen konec ciklona in skorajšnje izboljšanje vremena.

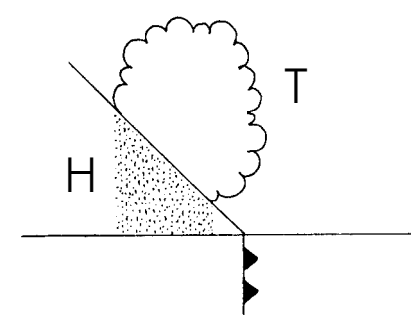
Topla fronta

Kadar se tople (T) zrak nariva na hladnega (H), preden fronta doseže tla, sledi dolgotrajno deževje. Toplo fronto spremljajo slojasti oblaki.



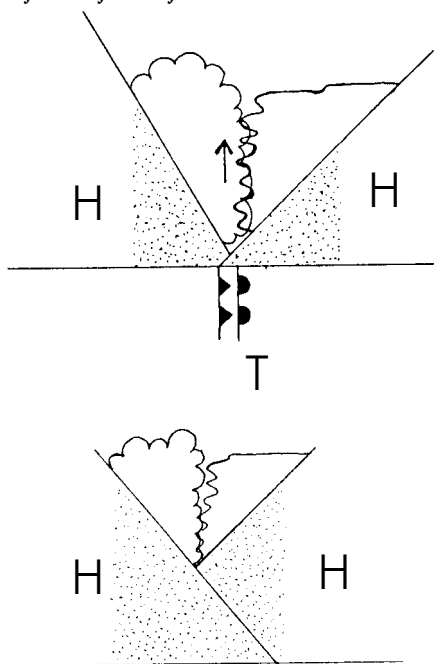
Hladna fronta

Hladen zrak se premakne pod toplega in prinese močan dež, ki mu sledijo plohe. Ob hladni fronti imamo ponavadi kopaste oblake. slika



Okludirana fronta

Hladna fronta doseže toplo in odrine topel zrak navzgor. Ker je tu dviganje najhitrejše, tu najmočnejše dežuje.



Kaj nam pove vremenska slika?

Kakšen zrak se zadržuje nad našimi kraji, si lahko vsak dan ogledamo v časopisu, na televiziji ali internetu. Pogledamo, kakšen znakec je narisana nam najbližje in kakšno je vreme zahodno od nas, saj bo zelo verjetno kmalu prišlo do nas. (Glej barvno prilogo Vremenska karta).

Na sliki vidimo območja visokega in nizkega zračnega pritiska. Tanke črte so izobare. To so črte, ki povezujejo kraje z enakim zračnim pritiskom. Številke ob njih pa povejo, koliko tam pritisk znaša (v milibarjih). Debelejše črte označujejo **fronte**. Kjer je pritisk visok (A), je vreme lepo, kot npr. nad Severno Evropo, kjer pa je pritisk nizek (C) pa je oblačno in dežuje. Ciklon na zahodu napoveduje poslabšanje vremena. (Glej barvno prilogo Vreme nad Slovenijo)

Ta slika nam da natančnejše podatke o vremenu v Sloveniji. Vreme na določenem območju je označeno z znakcem, zraven pa je napisana še temperatura v tistem kraju. Pri razbiranju vremenske karte si pomagamo z legendo znakov.



Ker se cikloni in anticikloni vedno gibljejo približno od Z proti V, lahko vedno, kadar je na zahodu ciklon, pričakujemo poslabšanje vremena najkasneje v nekaj dneh. Če pa je zahodno od nas anticiklon, se bo vreme kmalu izboljšalo.

Tabela: Beaufortova skala za določitev hitrosti vetra

Bf	UČINEK NA MORJU	UČINEK NA KOPNEM	HITROST VETRA [M/S]	HITROST VETRA [KM/H]
0	gladko morje	listje na drevju miruje	manj kot 0,5	manj kot 2,0
1	drobni valčki	listje na drevju migota	1	3,6
2	valčki (1 dm)	listje na drevju šelesti	2	7,2
3	valovi in posamezne grive	vejice se premikajo	4	14,4
4	precej belih griv na valovih	veje na drevju se gibajo	6	21,6
5	valovi vsi z grivami	manjša debela nihajo	8	28,8
6	morje se zakadi	veter tuli okoli vogalov	11	39,6
7	morje se kadi	drevesa se majejo	14	50,4
8	vsa gladina v dimu	veje se lomijo z dreves	18	64,8
9	razburkano viharno morje	opeko odnaša s streh	22	79,2
10	valovi višji od 3 m	ruje posamezna drevesa	27	97,2

Kako lahko sami določimo hitrost in smer vetra?

Najlažji način za določanje smeri vetra je, da si zmočimo prst in ga dvignemo v zrak. Veter piha iz tiste smeri, kjer nam je bolj hladno. Marsikje (ob avtocestah, letališčih ...) pa visijo črtaste vetrovne vreče, ki pa nam tudi pokažejo, v katero smer piha. Vetrove poimenujemo po smereh, iz katerih pihajo (npr. **zahodnik**, **severnik** ...). Na manjših območjih (npr. ob obali) nastajajo lokalni vetrovi, ki nastajajo zaradi različnega segrevanja: Čez dan se kopno bolj segreje in veter piha iznad hladnejšega morja proti kopnemu. Podobno se dogaja na pobočjih hribov.

Pri določanju hitrosti vetra si lahko pomagamo z razpredelnico na prejšnji strani, ki opisuje, kakšne učinke ima veter različnih hitrosti.



Na izhodih in taborih spodbujajmo skavte k opazovanju dogajanja na nebu. Opazujemo lahko vrste oblakov in stopnjo prekritosti neba, smer vetra, določene vremenske pojave, npr. dež, nevihte, vedenje živali,...

Kako lahko sami brez vremenske karte napovemo vreme?

- Če gore dobijo **oblačne kape**, se obeta poslabšanje vremena, v višinah namreč priteka hladen zrak. Najizraziteje se kape pojavljajo na dolgih grebenih, pravokotnih na smer vetra. Posamezni kraji imajo svoje značilne gore, ki prve dobijo oblačno kapo, na Gorenjskem je to Stol, na Notranjskem Nanos. Značilen greben z oblakom, ki se pojavi kak dan pred poslabšanjem, so Spodnje Bohinjske gore.
- **Rosa** ali **slana** sta znanilca lepega vremena. Sta posledica močnega nočnega ohlajanja ob jasnem in mirnem vremenu. Če po nekaj zaporednih nočeh z roso te naslednje jutro ni več, pomeni, da se je vreme začelo spreminjati. Na splošno so znanilci lepega vremena še: ivje, požled, poledica, zmrznjena rosa, ledene iglice.

- **Lokalni vetrovi** (gornik, dolnik, dolinski veter, maestral ...) so posledica lokalnega segrevanja in ohlajanja (npr. pobočje se podnevi bolj segreje kot ravnina), ki je izrazito ob anticiklonalnem vremenu. Izraziti hladni nočni vetrovi (po pobočjih ali dolinah navzdol) so znanilci nadaljevanja jasnega vremena, če pa po nekaj dnevih teh lokalnih vetrov ne opazimo več, je to znak, da se bo vreme začelo spreminjati.
- Kjer lokalni vetrovi niso zelo izraziti, nam po nekaj dnevih lepega vremena spremembo napove **hladen in vlažen veter**.
- **Dolgotrajne večerne zarje** so znak, da na Z vsaj nekaj sto kilometrov ni bistvenih oblakov. Če pa zarja po sončnem zahodu traja le še malo časa, potem so na zahodu za obzorjem verjetno oblaki, ki prinašajo spremembo. Rdeče nebo z nizkimi oblaki zjutraj, pa lahko pomeni napoved slabega vremena.
- Visoki oblaki (**cirrostratusi**), ki se širijo po nebu od zahoda (ali juga), so znak, da v višinah priteka toplejši zrak pred toplo fronto. Verjetno je, da se bo v naslednjih urah oblačnost odebelila in čez čas pride tudi do padavin.
- **Hladni predmeti se čez dan omočijo**; prihaja bolj vlažen zrak in voda se na hladnih predmetih **kondenzira**, to pomeni, da se iz zraka izločijo majhne kapljice vode in ostanejo na predmetu. Podoben pojav lahko opaziš, če pozimi z mraza stopiš v topel prostor in se ti orosijo očala.
- **Cvetovi nekaterih rož se zaprejo**; če je zrak bolj vlažen, se tudi vlakna v rastlinah napijejo vlage in zato se njihova dolžina spremeni. To pa je za rožo znak, da zapre cvet.
- **Gosta jutranja megla jeseni** je znak lepega vremena. Jeseni sonce nima več dovolj moči, da bi hitro segrelo ozračje, zato se po kotlinah in dolinah zadržuje megla. Če je ozračje stabilno (kar pomeni lepo vreme), se megla ne more dvigniti, zato ostane, dokler se vreme ne začne spreminjati. Ko se **megla začne dvigati**, anticiklon slabi in verjetno se obeta poslabšanje. **Jutranja**

megla poleti pa pomeni soparno vreme, za kar so značilne popoldanske nevihte.

- **Zvečer močno razširjeni kopasti oblaki** - možna nočna nevihta.
- **Raztrgani temni oblaki pod svetlejšim slojem oblakov** - dolgotrajen dež (verjetno že nekaj časa dežuje in bo verjetno še nekaj časa).

Kako se na vremenske spremembe odzivajo živali?

Mravlje se pred poslabšanjem vremena preselijo globlje v mravljišče in ne hodijo več po ustaljenih poteh, mrčes in ptice nizko letajo, pajki razdirajo svoje mreže, pred močno poletno nevihto narava nenadoma utihne ...



Še nekaj nasvetov ...

- *Ko vidimo, da se nam približuje nevihta lahko približno izračunamo, kako daleč je ta nevihta. Izmerimo čas med bliskom in gromom (v sekundah). Čas delimo s 3 in dobimo oddaljenost v kilometrih. Nevihte in plohe se običajno pojavljajo poleti, v drugih letnih časih pa so redke, običajno dežuje ali sneži dlje.*
- *Če nas ujame nevihta, se ne skrivajmo pod osamljeno drevo, saj vanj raje udari. V hribih se, če se le da, umaknimo z vrha ali grebena, pri sebi imejmo čim manj kovinskih stvari. V kolikor umik ni možen se naredimo čim manjše, počepnemo. Če smo dobro obuti, čevlji predstavljajo izolacijo, da električni tok ne more steči skozi nas v tla.*
- *Ko se pozimi otopli, je v hribih precej večja nevarnost plazov. Trdne vezi v ledu se razrahljajo in cele plasti snega lažje zdrsijo navzdol.*

Kljub vsemu pa velja: najbolje je biti vedno pripravljen - na vse!

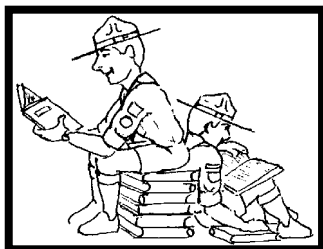
Oz. B. P.-jeva misel: »Ni dobrega ali slabega vremena, je le dobra ali slaba oprema!«

Nasvet za načrtovanje izhodov in ravnanje na taborih.

- poslušajmo aktualno vremensko napoved
- ko si delimo naloge na poti, je lahko ena izmed teh tudi spremljanje dogajanja na nebu
- prilagodimo se spremembam in razvoju vremena na izhodih

Kje dobim dodatne informacije?

- informacije o aktualnih vremenskih razmerah, opozorila, vreme podrobneje:
 - ◇ <http://www.arso.gov.si/>
 - ◇ <http://meteo.arso.gov.si/>
- če bi radi o vremenu izvedeli še kaj, pridobili ideje za spoznavanje in opazovanje vremena na skavtskih srečanjih in izhodih si pogledite:
 - ◇ Petkovšek, Z., Trontel, M. (1996): Pogledi na vreme. DZS.
 - ◇ Petkovšek, Z. (1976): Kaj pa vreme?. Mladinska knjiga.
 - ◇ Roth, G. D. (1992): Vremenoslovje za vsakogar. DZS.
 - ◇ Vrhovec, T., Kastelec, D., Petkovšek, Z. (2006): Vreme in podnebje v gorah. Tehniška založba Slovenije.
 - ◇ Reynolds, R. (2004): Vremenski vodnik. Tehniška založba Slovenije.
 - ◇ Neukamp, E. (2000): Oblaki in vreme. Cankarjeva založba.
 - ◇ Watt, F., Wilson, F. (1993): Vreme in klima. DZS.



Literatura

- G. D. Roth: Vremenoslovje za vsakogar: kaj moramo vedeti o vremenu. Ljubljana: DZS, 1992.
- J. Rakovec, T. Vrhovec : Osnove meteorologije za naravoslovce in tehnike. Ljubljana: DMFA, 1998.
- Velika ilustrirana otroška enciklopedija. Ljubljana: MK, 1992.
- Kaj moram znati za skavtski izpit?: zbral in uredil Miha Černetič. Ljubljana: ZSKSS 1993.

UREDNIKA:	Barbara Tehovnik
OBLIKOVANJE:	Damjan Makuc
PRELOM:	Barbara Tehovnik
MENTOR:	Sabina Rupnik Suhadolnik
RISBA NA NASLOVNICI:	Igor Fortuna
LEKTORIRANJE:	Sabina Rupnik Suhadolnik, Maksimiljan Kobal

AVTORJI POGLAVIJ:	BESEDILO 2. IZDAJA 2005	BESEDILO 3. IZDAJA 2016	RISBE
Gibanje v naravi	Marko Bitenc (Gornišтво)	Urban Bolta	Igor Fortuna
Orientacija	Luka Močnik, Kristina Lepen, Bojan Pirnat, Alenka Oblak		Igor Fortuna, Luka Močnik (zvezde)
Sporazumevanje na daljavo	Tomaž Paulus, Marko Puškarič		Igor Fortuna, Marko Puškarič
Pioneristika	Matej Černetič, Primož Kogovšek (Uporaba noža in sekire)		Igor Fortuna, Primož Luževič, Marko Germ
Bivakiranje	Luka Tehovnik		Mitja Brlan
Ogenj in kurjenje v naravi	Matej Hozjan, Luka Močnik		Sabina Marolt, Igor Fortuna
Skrb za okolje	Sandi Hribar	Urban Čepon, Špela Berlot	Igor Fortuna
Prva pomoč	Ana Švigelj, Ana Justinek		Primož Luževič
Varnost pri delu	//	Lenart Girandon	
Taborni prostor in taborjenje	Jodlajoči M. Skovik	Lenart Girandon	Igor Fortuna
Priprava programa za taborjenje	Simona Mušedinovič (Priprava izhoda in taborjenja) Luka Močnik (Prečkanje reke)	Tjaša Sušin	Igor Fortuna
Skvatska oprema	Tone Špendov (Taborna oprema)	Lenart Girandon	Tone Špendov
Prehrana	Manca Maretič, Matija Puškarič	Manca Knap	Primož Luževič Igor Fortuna
Opazovanje narave in stezosledstvo	Marko Puškarič		Marko Puškarič, Primož Luževič, Igor Pičulin
Srečanje z živalmi	Jakob Levec		Mojca Založnik, Mirjam Briški
Rastline in gobe	Branko Bakan	Janez Elija Kos	Matej Žinko
Drevesa v gozdu	☞ (2.izdaja "Preživetje v gozdu)	Nina Fifolt	Branko Bakan
Vremenoslovje	Jana Čampa		Meta Renko, Polona Čampa

AVTORJI FOTOGRAFIJ IN BARVNIH SLIK: Branko Bakan (gobe, rastline)
Igor Pičulin (sled, stopinje, iztrebki)

PRIPRAVA ZA TISK: Salve, d.o.o.
TISK: Salve, d.o.o.

IZDAL IN ZALOŽIL: ZSKSS, Ulica Janeza Pavla II. 13, 1000 Ljubljana
v nakladi 2000 izvodov
Ljubljana, junij 2016

Skavtskemu priročniku so do izdaje z malimi in velikimi stvarmi pomagali še:

Primož Ferjančič, Marko Moškotevc, Matej Matkovič, Andreja Damjan, Rihard Hudej, Bogdan Magajna, Vesna Žibert, Tina Žibert, Majda Šraj, Danilo Kozoderc, Peter Železnik, Janez Hozjan, Žiga Nastran, Iztok Zajc, Klemen Mojšker, Matjaž Juhart, Katja Dejak Gornik, Milan Kobal, Drago Jerebic, Jože Drab, Tomaž Stražar, Herman Gregorič, Jože Šenk, Ruth Martinčič, Mojca Čuk, Simona Oblak, Andrej Burja, Miha Oblak, društvo Mladinski ceh.

AVTORJI 2016 - A BI TULE ŠE KOGA DODALI, K JE VAM ZDEJ POMAGAL???

Hvala vam, da smo lahko skupaj del življenja v naravi preneseli na papir, ki nam bo iztočnica za izzive v naravi.

Hvala vsem neimenovanim skavtskim voditeljicam in voditeljem, vsem aktivnim skavtinjam in skavtom, ki ste vzeli prvi in drugi priročnik zares in nam na podlagi vaših izkušenj poslali popravke, predloge ... Le-ti so bili dobra iztočnica za tretjo, prenovljeno in posodobljeno izdajo.

Hvala Lovski zvezi Slovenije, ki nam je dovolila objaviti besedila in risbe iz knjižice Sledovi divjih živali.

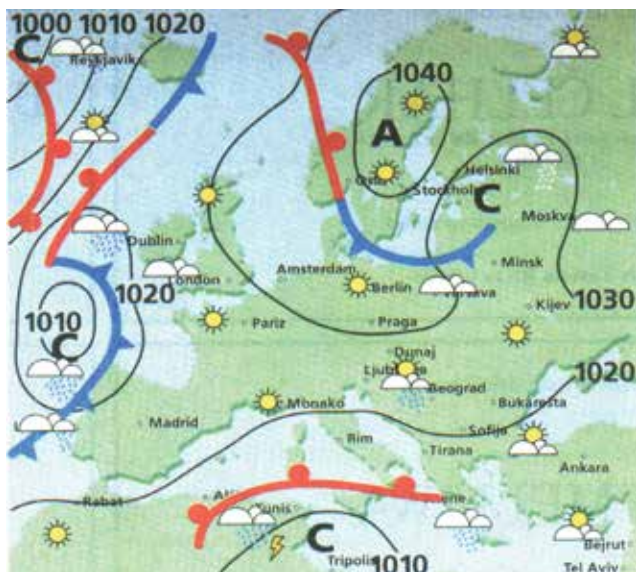
In seveda hvala celotnemu tropu za Skavtski priročnik za ponovno vloženi trud v prenavljanje poglavij, iskanje novih možnosti in idej ter za pripravljenost pomagati na vsakem koraku.

Bodimo kar najbolje pripravljene služiti!

Tudi naravi,

da nam bo še dolgo let in mnogo generacijam mladih omogočala,
da se igramo igro življenja med drevesi!

Barvna priloga: Vremenoslovje

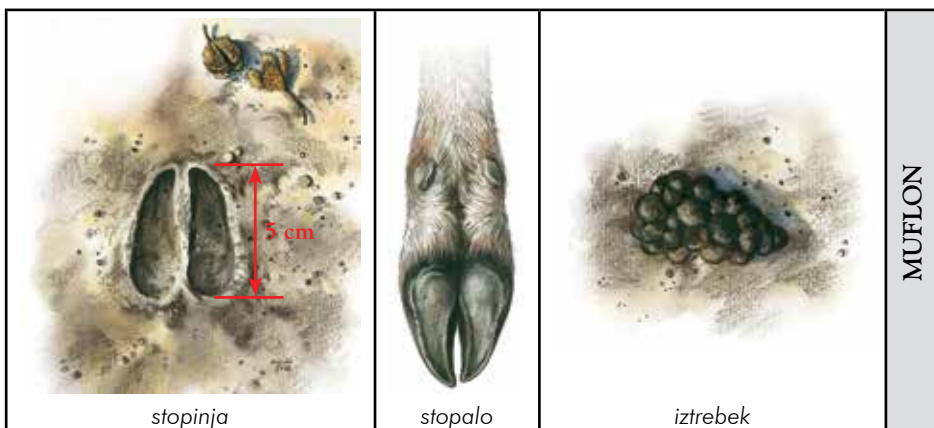
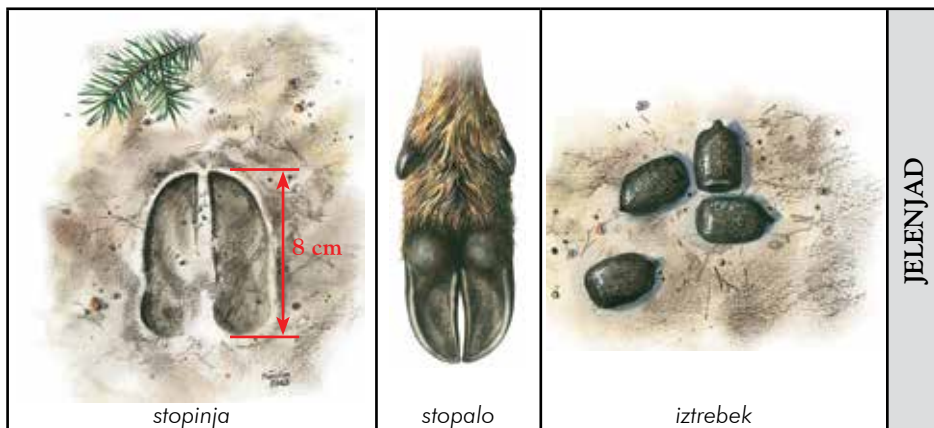


	jasno		megla
	pretežno jasno		sneg
	delno oblačno		smer vetra
	pretežno oblačno		topla fronta
	oblačno		hladna fronta
	dež		okluzija
	nevihta	C/A	središče ciklona ali anticiklona

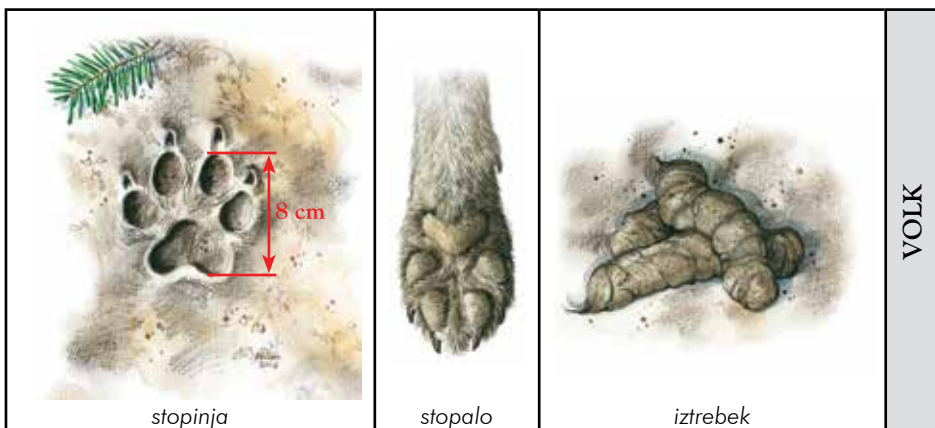
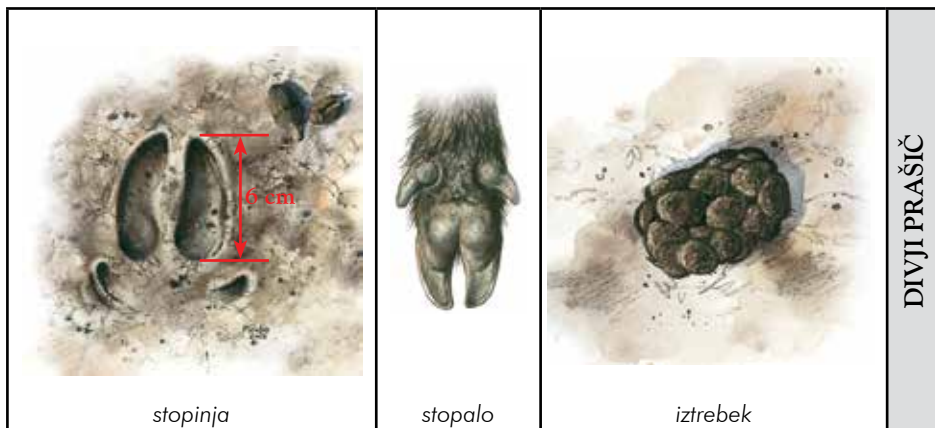
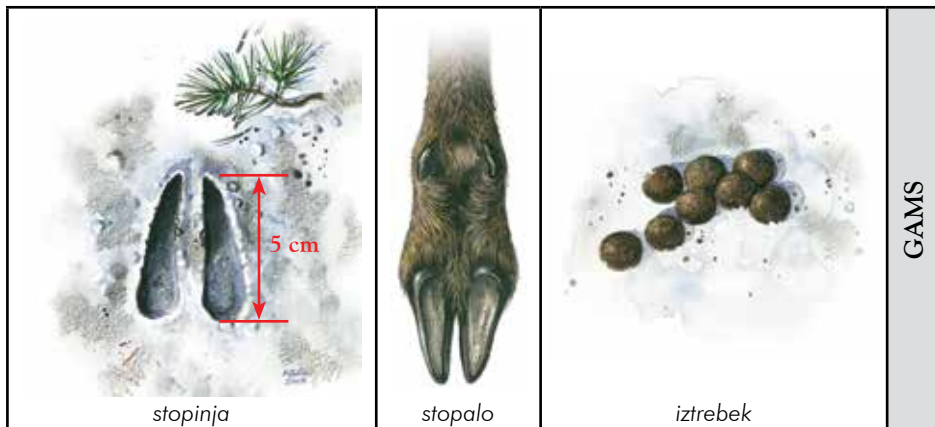


Povzeto po časopisu Delo

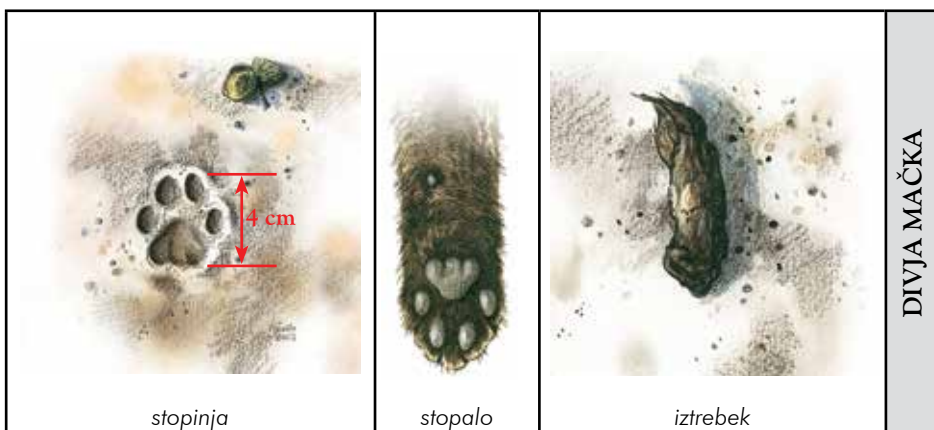
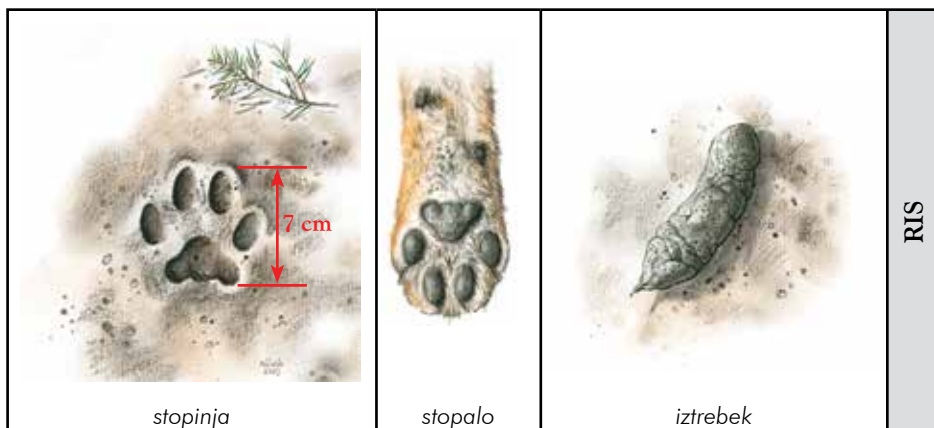
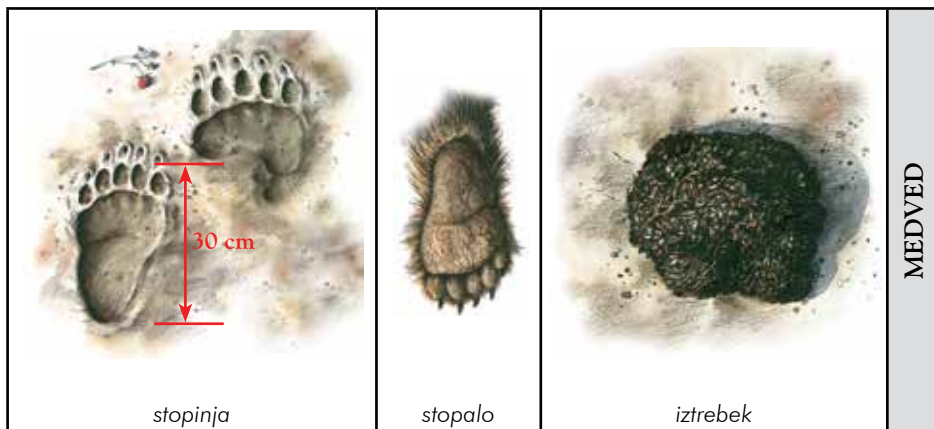
Barvna priloga: Stezosledstvo



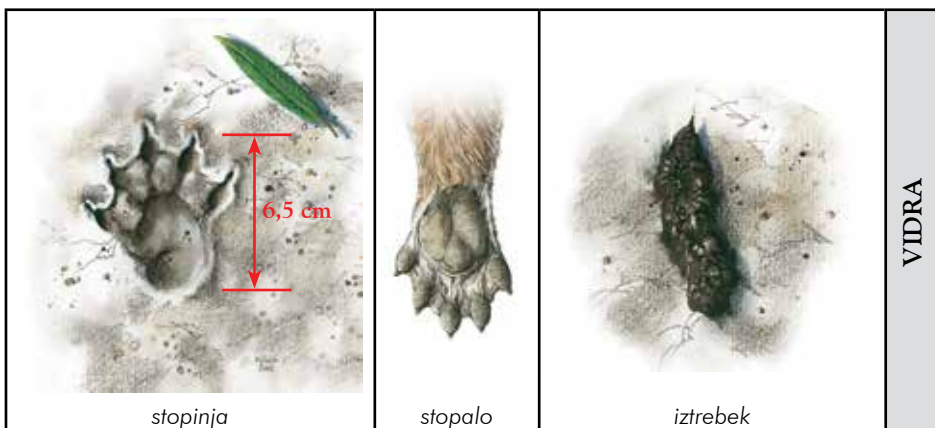
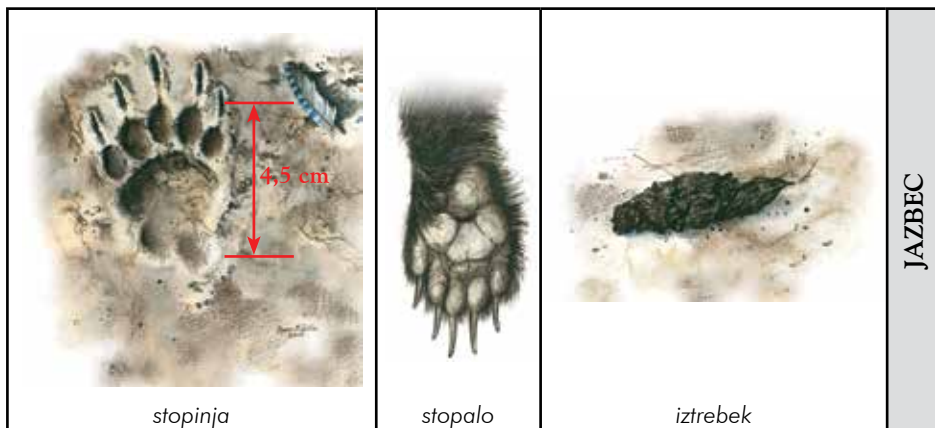
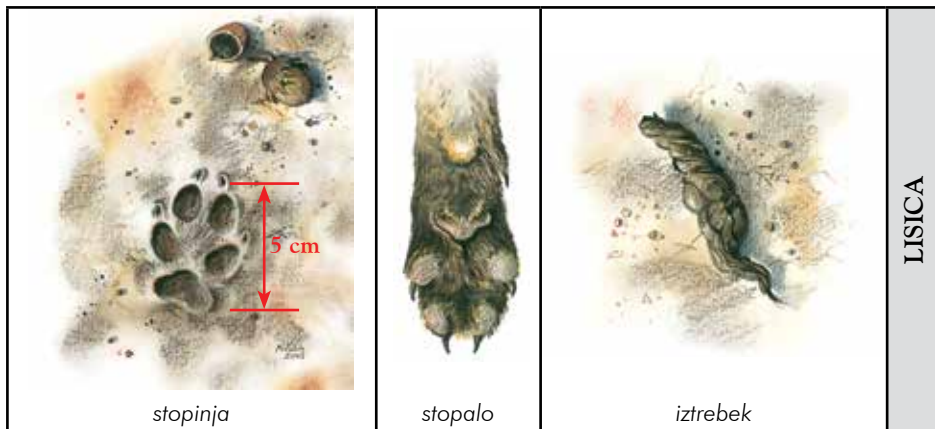
Barvna priloga: Stezosledstvo



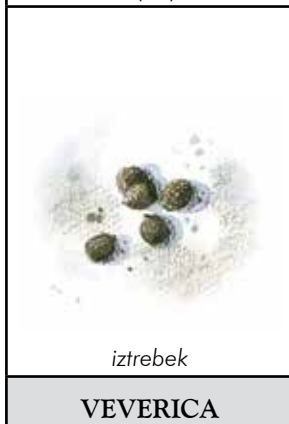
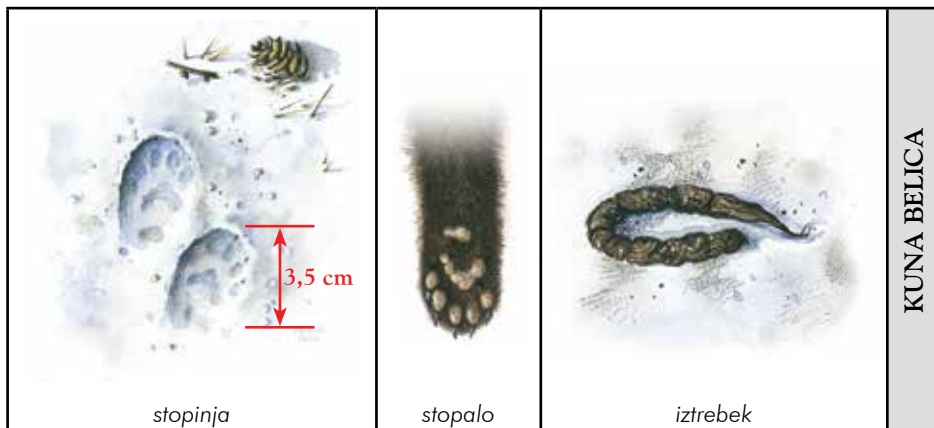
Barvna priloga: Stezosledstvo



Barvna priloga: Stezosledstvo



Barvna priloga: Stezosledstvo



Barvna priloga: Rastline



navadna glistovnica



sončni mleček



orlova praprot



njivska preslica



pikasti mišjak



navadni kačji jezik



plavajoči plavček



volčja jagoda



navadni brin

Barvna priloga: Rastline



navadni kaprovec



dišeča vijolica



studenčni jetičnik



Kochov svišč



močvirska spominčica



navadni pljučnik



črna detelja



razprostrta zvončica



navadni potrošnik

Barvna priloga: Rastline



muholiko mačje uho



navadna kukavica



dolgolistna meta



veliki trpotec



materina dušica



škrlatnordeča mrtva kopriva



navadna dobra misel

Barvna priloga: Rastline



navadni hmelj



ripeča zlatica



navadni tolščak



robida



rumeni svišč, košutnik



trobentica



bela omela

Barvna priloga: Rastline



navadna kislica



indijski jagodnjak



navadni volčin



poljski mak



navadna zvezdica



velecvetni naprstec



prava kamilica



navadni rman



zdravilna špajka

Barvna priloga: Rastline



robinija



njivni šipek



česnovka



travniška penuša



navadna milnica



navadna zajčja deteljica



borovnica



navadni motovilec



črni bezeg

Barvna priloga: Gobe



mušnica



sehlica



smrdljivi mavrahovec



bledivka

Barvna priloga: Gobe



kukmak



lesna goba



prašnica



škrlatna čašica



lisičke



želatinasta goba

Na hitro

Kalorična vrednost in lastnosti drv

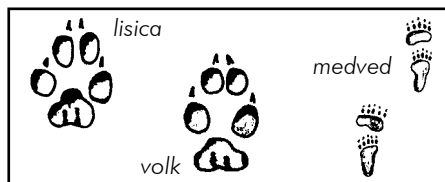
VRSTA	ENERGIJSKA VREDNOST KJ/KG	LASTNOSTI
gaber	19700	dobra žerjavica, svetel plamen
smreka	19300	hitro izgoreva, živ plamen, iskre
bukev	18000	dobro izgoreva, dobra žerjavica, svetel plamen
jelka	18000	hitro izgoreva, živ plamen, dosti dima
breza	17600	hitro izgoreva, svetel plamen, greje
hrast	17200	gori počasi, dobra žerjavica
javor	16700	dobro izgoreva, lep plamen
jelša	16700	hitro izgoreva, takoj segreje
jesen	16700	gori počasi, dobra žerjavica
vrba	16300	svetel plamen, se takoj vžge
macesen	15900	ne gori dobro, prasketa
kostanj	12600	ne gori dobro, ne segreje, prasketa, iskre

A	• —	O	— — — —	1	• — — — —
B	— • • •	P	• — — •	2	• • — — —
C	— • — •	R	• — •	3	• • • — —
Č	— • • —	S	• • •	4	• • • • —
D	— • •	Š	— — — — —	5	• • • • •
E	•	T	—	6	— • • • •
F	• • — •	U	• • —	7	— — • • •
G	— — •	V	• • • —	8	— — — • •
H	• • • •	Z	— — • •	9	— — — — •
I	• •	Ž	• — —	0	— — — — —
J	• — — —	Q	— — • —		
K	— • —	X	— • • —		
L	• — • •	Y	— • — —		
M	— —	W	• — —		
N	— •	CH	— — — — —		

Morsejeva abeceda in števila

Pomembne telefonske številke

- 112 Center za obveščanje, gasilci, reševalna postaja
 113 Policija
 198 10 Naročanje bujenja



Položaj sonca glede na strani neba

SMER NEBA	POLETNI ČAS	ZIMSKI ČAS
vzhod	7.00	6.00
jug	13.00	12.00
zahod	19.00	18.00
sever	1.00*	24.00*

* sonce je pod obzorjem!!

Seznam opreme, ki naj bi jo imel vsak skavt doma:

skavtski kroj (rutka, temno modre hlače, opечно oranžna srajca, klobuk), spalna vreča, spalna blazina ali armafleks, večji nahrbtnik, pelerina, pohodni čevlji, žepna svetilka in nožič, osebna prva pomoč, skavtska pesmarica in zvezek, kompas, posoda in jedilni pribor za taborjenje, gorilnik in rezervne bombice s plinom.

Kako lahko sami napovemo vreme?

- Če gore dobijo **oblačne kape**, se obeta poslabšanje vremena.
- **Rosa** ali **slana** sta znanilca lepega vremena.
- Rdeče nebo z nizkimi oblaki zjutraj, pa lahko pomeni napoved slabega vremena.
- **Gosta jutranja megla jeseni** je znak lepega vremena. Ko se **megla začne dvigati**, anticiklon slabi in verjetno se obeta poslabšanje. **Jutranja megla poleti** pa pomeni soparno vreme, za kar so značilne popoldanske nevihte.
- **Zvečer močno razsirjeni kopasti oblaki** - možna nočna nevihta.
- **Raztrgani temni oblaki pod svetlejšim slojem oblakov** - dolgotrajen dež (verjetno že nekaj časa dežuje in bo verjetno še nekaj časa).

Povprečna dnevna poraba energije v kJ

	MOŠKI	ŽENSKE
otrok pri 8 letih	8.800	8.800
mladostnik pri 15	12.600	9.600
odrasel, pisarniško delo	11.500	9.450
odrasel, težaško delo	20.000	12.600

Kako pokličemo urgentnega zdravnika?

To je zdravnik, ki je 24 ur dostopen po telefonu, vendar le za življenjsko ogrožujoča stanja. Kjerkoli taborimo, se moramo predhodno pozanimati, kako je v tem kraju organizirana nujna (urgentna) zdravniška služba in na katero telefonsko številko lahko kadarkoli dobimo zdravnika. Če bomo potrebovali nujen prevoz v bolnišnico, lahko kar sami pokličemo 112.

Kaj povemo?

- svoje ime in priimek
- natančno opišemo, kaj se je zgodilo
- opišemo stanje prizadetega npr. krvavi, se ne odziva, ne diha, se duši, nima pulza ...)
- damo podatke prizadetega (ime, priimek, datum rojstva)
- kje se nahajamo (kraj, ulica, dostop ali prepoznavno točko, kjer lahko mi počakamo)
- povemo svojo telefonsko številko
- počakamo, če nas bodo še kaj vprašali

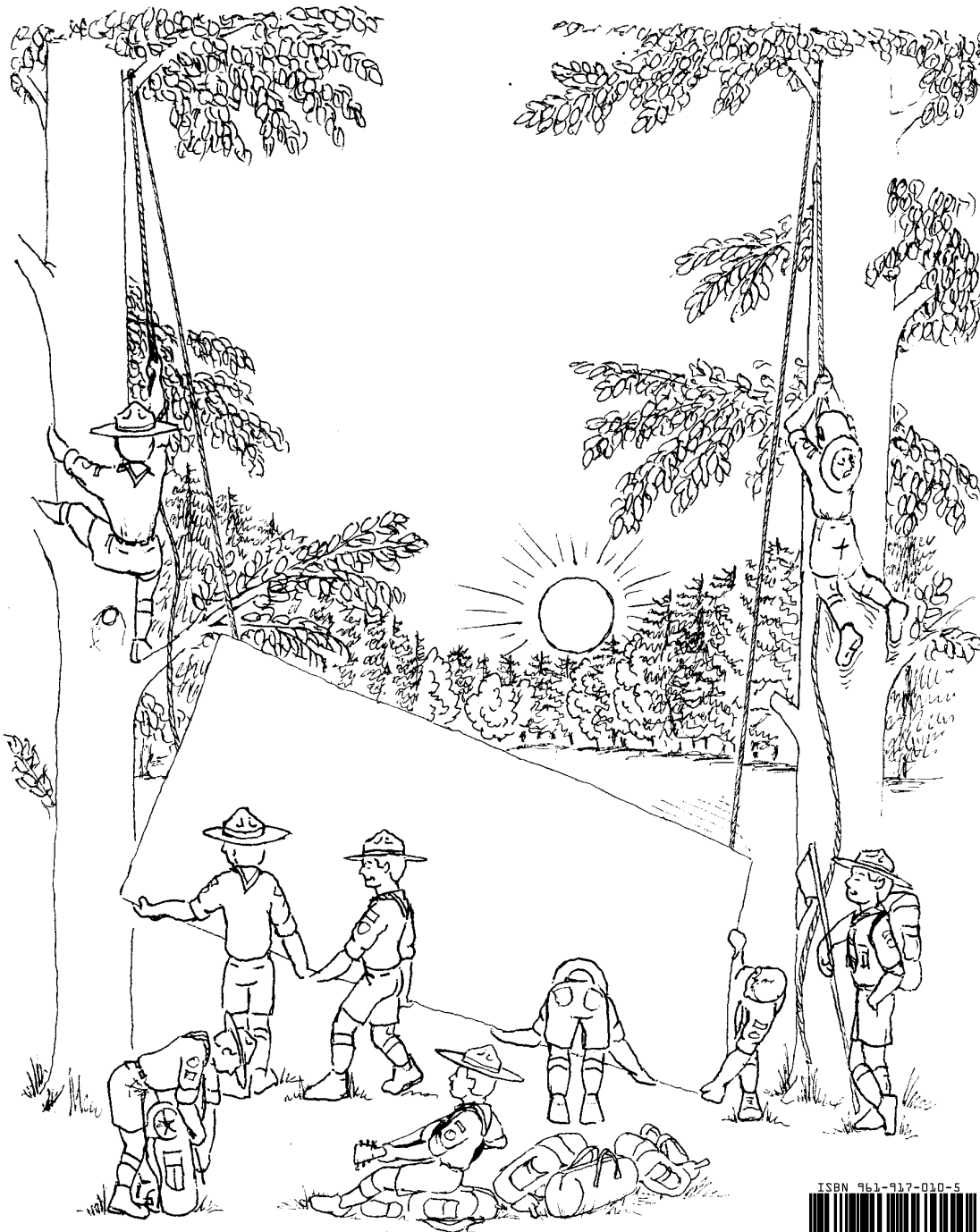
Govorimo mirno in razumljivo.

● 1 Slovenska planinska pot

Merilo 1 : 25 000

1 cm na karti ustreza 250 m v naravi

500 m 0 500 1000 1500



ISBN 961-917-010-5



9 789611 917010

tole je ostalo nekje v zraku ... k je bilo pomoje z wordom poslano in nisem vedela kje se kaj duplira kaj štrli ...

1.2. Tabor in zimovanje v četi

Glej tudi poglavje Taborni prostor in taborjenje.

Kaj je tabor?

Tabor kot vrhunec skavtskega leta je bivanje celotne čete v naravi pod šotori, ki traja navadno 7–14 dni. **Zimovanje** je večdnevna dejavnost čete, predvidoma v zimskem času. IV med zimovanjem prebivajo v hiši.

Kako se lahko vod pripravlja na tabor?

Kakor velja za izhod, podobno tudi tabor uspe le, če pri pripravi sodeluje celotna četa. Na vodovem srečanju zbiramo ideje, kaj bi radi zanimivega počeli na taborjenju, in jih predlagamo voditeljem. Pripravimo kakšno temo in jo vodimo za celo četo. Načrtujemo zabavni večer. Vodniki si lahko skupaj z voditelji ogledajo taborni prostor. Priskrbimo si vso potrebno opremo voda, ki jo bomo potrebovali za kuhanje. (Glej poglavje Prehrana.) Lahko zbiramo razne materiale (odpadke, usnje ...), če jih bomo potrebovali med izvajanjem raznih iger. Tabor bo uspel le, če se bomo tudi sami za to potrudili. Ni vse na voditeljih, ampak je velik delež tudi na nas.

1.3. Tabor in zimovanje v noviciatu ali klanu

Glej tudi poglavje Taborni prostor in taborjenje.

Kaj je potovalni tabor, zimovanje?

Potovalni tabor je večdnevno skupno življenje na potovanju (hoja z nahrbtnikom, kolesarjenje ipd.) v naravi.

Zimovanje je navadno dvo- do štiridnevni tabor, in sicer enkrat letno v zimskih mesecih, praviloma z dejavnostmi na snegu. Prenočevanje lahko poteka v hiši, koči ali pa je tudi zimovanje v obliki potovalnega tabora.

Kdaj začnemo pripravljati potovalni tabor?

Popotnice in popotniki se navadno na tabor odpravimo v mesecu juliju ali avgustu. Že takoj po zimskem taboru lahko določimo datum potovalnega tabora, saj se sicer večkrat zaplete pri iskanju skupnega prostega termina. Datum je potrebno uskladiti tudi z dejavnostmi v domači župniji oz. vsemi prazniki in posebnimi dogodki, ki bi lahko ovirale to dejavnost. Tehnično in programsko načrtovanje pa se začne 2 do 3 mesece pred samo izvedbo. Kam bi šli, kaj bo osrednja tema, kaj vse potrebujemo s seboj, kako bo s hrano, katehezo, prevozi ... – vsa ta in še mnoga druga vprašanja se med pripravami pletejo v naših glavah. Vsaj teden dni pred začetkom potovalnega tabora je dobro imeti te stvari urejene in tedaj postorimo le še malenkosti, ki bodo postavile piko na i vsemu dogajanju.

Delitev nalog: kdo in kako pripravi tabor?

Pri načrtovanju potovalnega tabora sodeluje celotna skupina. Tako voditelji kot popotniki in popotnice skupaj iščemo ideje, prevrednotimo vse možnosti in se na koncu skupaj odločimo za določeno pot, temo in naloge. Na podlagi tega si razdelimo delo (lahko individualno, v paru ali manjših skupinah). Pomembno je, da vsak sprejme nalogo, ki si jo želi oz. ki mu je v izziv. Različna področja so lahko: natančen načrt poti, priprava jedilnika in nakup hrane, priprava opreme iz skavtskega skladišča (šotori ali šotorska platna, vrvi, zastava ...), načrt ogleda raznih kulturnih oz. naravnih znamenitosti na poti, priprava kakšnega večera ali srečanja s pomembno, zanimivo osebo, skrb za prvo pomoč ... Voditeljev delež je usklajevanje

tole je ostalo nekje v zraku ... k je bilo pomoje z wordom poslano in nisem vedela kje se kaj duplira kaj štrli ...

vsega in priprava kateheze skupaj z duhovnim asistentom. Glavno temo oz. rdečo nit lahko pripravi voditelj skupaj z ostalimi ali pa jo čisto prepusti popotnikom in popotnicam.

Kam, kako na tabor in za koliko časa?

Pot izbere skupina sama. Pomembno je, da se vsi s predlogom strinjamo in si tja želimo iti. Podobno kakor pri izhodu je tudi tu veliko možnosti, kako se lahko odpravimo na tabor. Najenostavnejši način je hoja. Lahko pa izbiramo tudi med vožnjo s kolesom, vlakom, avtobusom, ježo s konjem, kanujem, kajakom, splavom, ali kombinacijo med nekaterimi načini potovanja. Pri tej odločitvi ne pozabimo upoštevati vsakega posameznika, njegovih fizičnih in psihičnih sposobnosti.

Tabor lahko poteka tako v Sloveniji kot tudi v tujini. Če potujemo čez mejo, bomo potrebovali le malo več organizacijskih priprav, sicer pa ni bistvenih razlik. Trajanje se navaja med 6 do 10 dni, kar pa seveda ne izključuje daljšega ali krajšega obdobja.

Koliko prehoditi na dan?

Včasih imamo skušnjave v stilu: »Saj hoja ni tako pomembna ... Zakaj ne bi raje delali kaj bolj zanimivega?« Res je. Hoja ni vedno tako adrenalinska kot na primer ogled napetega filma ali igranje računalniških igric. Toda če znamo hoditi kot skavti, kot popotniki, je še veliko zanimivejša. Menjava pokrajine, dogodki na poti, spoznavanje novih krajev in ljudi, pričakovanje, prijetna utrujenost in nenazadnje občutek popolne svobode, ko imaš vse, kar potrebuješ za življenje, v nahrbtniku –

to so stvari, ki skavta resnično osrečujejo. Ko to spoznamo, odgovor na vprašanje »Koliko prehoditi na dan?« kar začutimo!

Poznamo primere potovalnih taborov, na katerih so popotniki hodili po 12 ur na dan (vsak dan), pa tudi take, kjer niso hodili več kot dve uri na dan. Po izkušnjah je pravo povprečje nekje okoli 4 do 5 ur na dan, nekatere dni več (do 10 ur), kakšen dan pa tudi nič. Seveda pa je vse odvisno od dolžine trajanja potovalnega tabora, zahtevnosti terena in kondicije skupine.

Za nekatere izzive potrebujemo dodatno opremo, ki je ne nosimo s seboj na celotni potovalni tabor. Obstajata dve možnosti, kako rešiti to težavo. Za dan izziva lahko povabimo osebo, ki nam pripelje opremo in jo potem tudi odpelje. Lahko pa opremo že prej dostavimo na mesto, blizu kraja, kjer jo bomo potrebovali.

Vseh izzivov se lotevajmo odgovorno!

2.1. Kaj posameznik potrebuje za 10-dnevni tabor čete?

Skavtski kroj in ostala oblačila:

- rutka, opečno oranžna srajca, temno modre hlače
- klobuk ali kapa s »šildom« proti soncu
- 2 topla volnena puloverja + srajca ali pulover
- 5 kratkih hlač
- 7 kratkih majic
- spodnje perilo: 9 spodnjih hlač + 5 spodnjih majic
- trenirka, pižama ali dolga majica (za spanje)
- anorak ali vetrovka (veter)
- pelerina (dež)
- kopalke + 2 manjši in 1 večja brisača
- obutev:
 - 8 parov bombažnih nogavic
 - 3 pari volnenih nogavic
 - gojzarji, športni copati, sandali s trdimi niskimi podplati
 - copati (za zimovanje)

Osebnostna prva pomoč:

tole je ostalo nekje v zraku ... k je bilo pomoje z wordom poslano in nisem vedela kje se kaj duplira kaj širli ...

- 1 navaden in 1 elastičen povoj, 1 sterilizirana gaza, komplet obližev, sončna krema, Lekadol, varnostne zaponke, sredstvo proti komarjem (Autan, Off ...), nekaj proti srbenju (Synopen, Fenistil ...)

• Če potrebujemo kakšna posebna zdravila, jih vzamemo s seboj.

Toaletni pribor:

- milo, zobna ščetka, zobna pasta, robci, toaletni papir, toaletni vložki (dekleta), škarjice ali ščipalka za nohte

Šivalni pribor:

- šivanka, sukanec, škarje

Pisalni pribor:

- skavtski zvezek, skavtska pesmarica, pisalo, ravnilo, barvice, lepilo, flumastri oz. vodene barvice
- vsaj vodniki naj imajo s seboj tudi Sveto pismo

Oprema za spanje:

- spalna vreča, armafleks ali spalna podlaga

Jedilni pribor:

- čutara z vsebino vsaj 1 l, pribor, posoda
- oprema vodove kuhinje (glej poglavje Prehrana)

Razno:

- žepna svetilka, skavtski nožiček, polivinilne vrečke, glasbeni instrument, skavtska palica (1,5 m), zdravstvena izkaznica – kartica, kompas, en spominek kot zahvala za domačine, s katerimi se bomo srečali, rezervne baterije za svetilko, vžigalice, milo za pranje perila, naslovi za pisanje kartic, potni list, 2 klina za postavljanje

bivaka, fotoaparata – vsaj nekdo iz skupine

Vso opremo, potrebno za taborjenje, spravimo v plastične vrečke (za primer dežja ali polite tekočine v nahrbtniku in zaradi samega reda).

Osebna oprema na potovalnem taboru popotnikov in popotnic

Poleg zgoraj naštetega (v manjših količinah) je na potovalni tabor potrebno vzeti tudi:

- gorilnik, bombice – kartoše, vžigalice
- posodo (jedilni pribor, čutaro za vodo, posode za kuhanje)
- krpo za brisanje posode, gobico ter malo pralnega sredstva za pomivanje posode
- šotor ali šotorko, vrv
- Vsaka skupina vzame tudi stvari, ki jih potrebuje za svoje področje (zemljevid, vozovnice, denar, opise kulturnih in naravnih področij ...).

Ob koncu, ko imamo že vse pripravljeno, si še enkrat vse oglejmo in vzemimo stran, česar ne bomo res nujno potrebovali. Kakšen kos opreme si lahko deli več skavtov in ga s sabo vzame le eden od njih ali pa si jih razdelijo (fotoaparata, zobna pasta, posoda za kuhanje, gorilnik ...). Zapravnimo si, da skavti neradi nosimo prepoln nahrbtnik stvari, ki jih ne potrebujemo.

ČE KDO RABI KAJ OD TU ... KAKŠNO SLIKICO ZA SVOJE POGLAVJE

TOLE JE POZABLJENO BILO V PROCESU HEKTIČNEGA UREJANJA TEGA POGLAVJA, KI JE VSEBOVALO VSE OD POVSOD



Nekaj dobrih idej – zanimive dejavnosti:

- razni športi in športne igre
- nočne igre, miselne igre, igre brez meja ...
- služenje (pomoč na kmetiji ...)
- osvojimo kak vrh
- enodnevni zimski izhod na bližnji hrib, kjer si naredimo igluje in v njih prespimo
- izhod z orientacijo na različne načine (dopoldan po sledeh, popoldan s karto, nočna orientacija)
- iskanje sledi v bližnjem gozdu in izdelava mavčnih ulitkov
- izhod v neznano (Voditelji pripravijo program s pomočjo pomočnikov na služenju in razpošljejo skavtom vabila, kdaj in kje naj se zberejo. Skavti so med seboj pomešani v različne skupine in se na pot odpravijo v časovnem razmiku. Pot je lahko sestavljena iz dnevno-nočne orientacije, daljšega pohoda ...)
- kros po bližnji okolici
- športni turnir med vodi v različnih panogah
- na izhod gremo skupaj z vodom iz neke druge čete
- dva voda kreneta, začneta iz različnih smeri in se morata ob točno določeni uri dobiti na enem mestu, kjer se nadaljuje program
- izdelava in preizkus manjše proge preživetja
- iz lesa in vrvi zgradimo različne objekte (piramide, kuhinjo ...)
- sajenje dreves
- sankanje z žaklji
- nabiranje rastlin in izdelava herbarija
- iskanje skritega zaklada z različnimi nalogami na poti
- jutranje opazovanje živali z lovci
- nočno romanje
- nabiranje raznih zelišč, ki jih poznamo, iz njih si skuhamo skavtsko kosilo ...



Vredno si je zapomniti tudi dve preizkušeni pravili oblačenja, ki pravita: 1) da je topleje, če si nadenemo več tanjših oblačil, ker zračne plasti med njimi delujejo kot dober toplotni izolator; 2) da je v udobnejših ter ohlapnejših oblačilih več zraka in so zato toplejša.



Kako naredimo potovalni tabor zanimiv?

Popostrimo ga lahko z zanimivimi izzivi. Nekaj idej:

- ogled kraške jame
- izdelovanje splava iz gum in lesk ter splavarjenje
- sankanje z žaklji, napolnjenimi s slamo
- dvodnevna velika igra
- kopanje in vodne igre v hladnem potoku
- vožnja s kanuji
- izdelava mega-bivaka iz 12 šotork
- športno plezanje

ČE KDO RABI KAJ OD TU ... KAKŠNO SLIKICO ZA SVOJE POGLAVJE

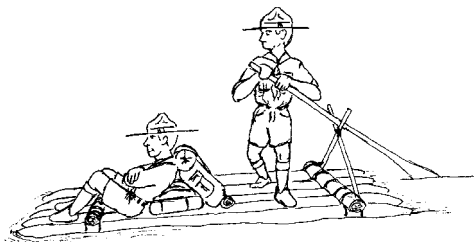
TOLE JE POZABLJENO BILO V PROCESU HEKTIČNEGA UREJANJA TEGA POGLAVJA, KI JE VSEBOVALO VSE OD POVSOD



Kondukcija (to je izguba toplote, ki nastane, kadar se eno telo dotika drugega telesa in toplota prehaja iz bolj toplega na bolj hladno telo), **konvekcija** (izguba toplote zaradi premika zraka ob telesu oz., kadar plavaš v vodi zaradi premika vode ob telesu) in **radiacija - sevanje** (to so infrardeči žarki, ki jih vsako telo vedno oddaja - ne glede na njegovo temperaturo).

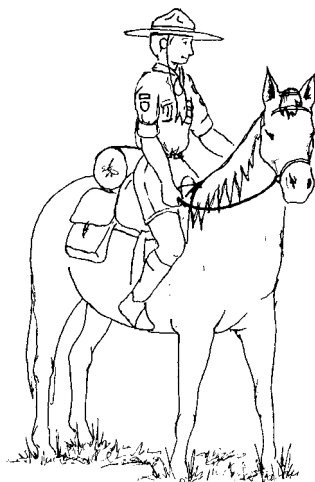
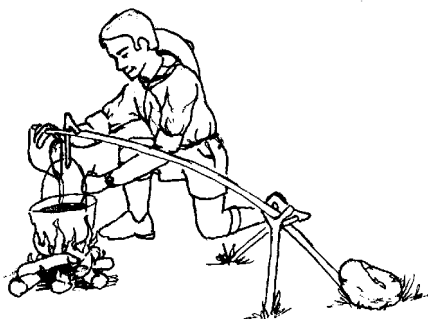
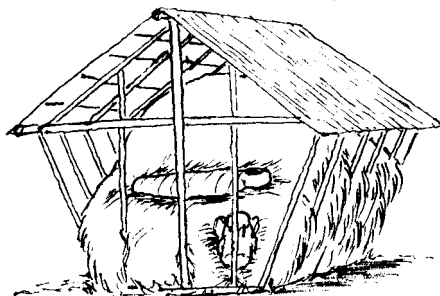
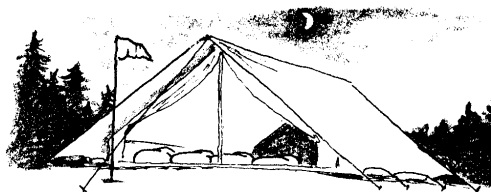


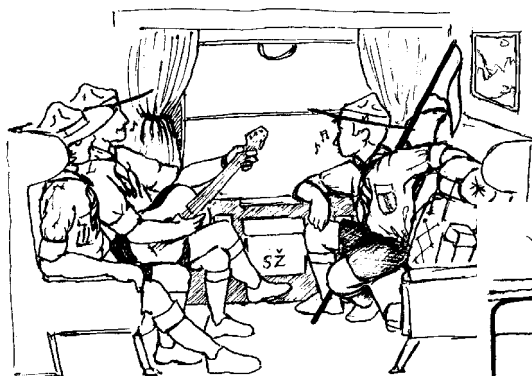
Spalne vreče ne zvijamo v vrečko, ampak jo kar stlačimo vanjo. Pri zvijanju pride do tega, da se vedno prepogne na istem mestu in kaj kmalu s tega mesta izgine puh oz. sintetično polnilo; zato na tem mestu med spanjem iz spalne vreče uhaja toplota. Pred shranjevanjem in kadar je vlažna, spalno vrečo dobro presušimo. Kadar je ne uporabljamo, jo hranimo razprostrto (npr. obesimo jo na obešalnik), da se polnilo ne stlači. Stlačeno polnilo namreč precej slabše izolira in nas bo prej začelo zebsti.



**ČE KDO RABI KAJ
OD TU ... KAKŠNO
SLIKICO ZA SVOJE
POGLAVJE**

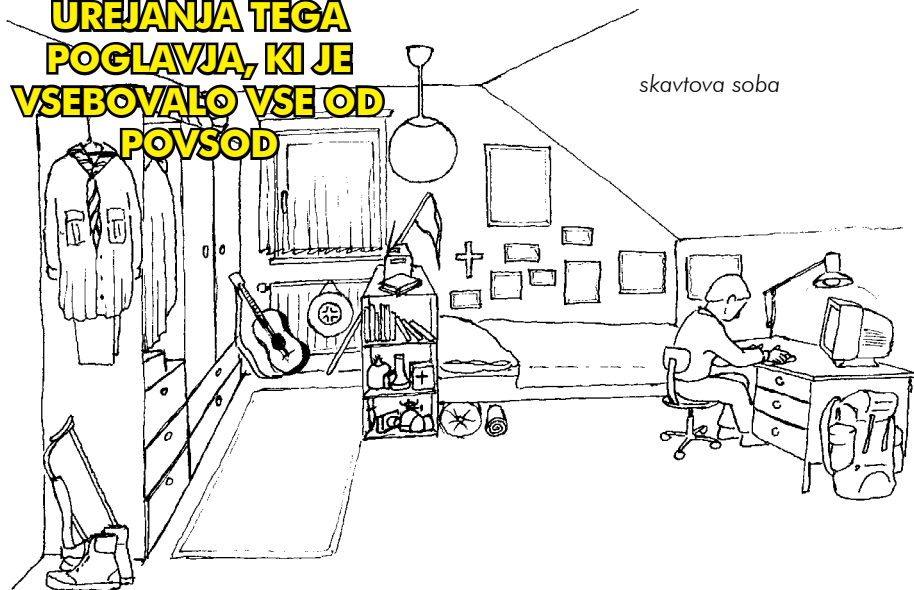
**TOLE JE POZABLJENO
BILO V PROCESU
HEKTIČNEGA
UREJANJA TEGA
POGLAVJA, KI JE
VSEBOVALO VSE OD
POVSOD**





**ČE KDO RABI KAJ
OD TU ... KAKŠNO
SLIKICO ZA SVOJE
POGLAVJE**

**TOLE JE POZABLJENO
BILO V PROCESU
HEKTIČNEGA
UREJANJA TEGA
POGLAVJA, KI JE
VSEBOVALO VSE OD
POVSOD**



skavtova soba

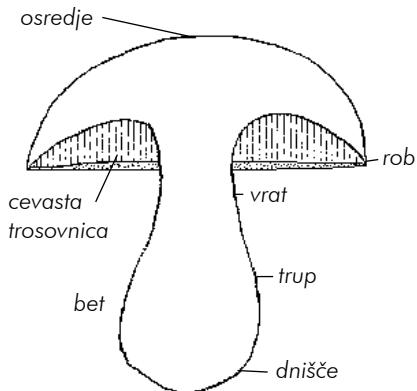


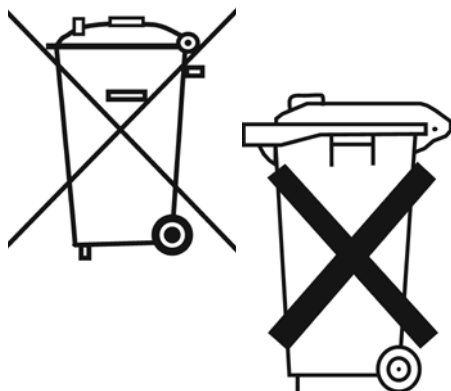
Se vam je že zgodilo, da se vam je pokvarila zadruga na spalni vreči (ali kje drugje)? Zaradi tega še ni potrebno v trgovino po novo, saj se da preprosto popraviti. Z manjšim kladivom nekajkrat z občutkom udarimo po vrhu »vodila«.



Nekaj zlatih pravil, kako preprečiti zastrupitev:

- **NE NABIRAJ GOB, KI JIH 100% NE POZNAŠ!**
- Nikoli ne uživaj alkoholnih pijač in gob hkrati!
- Ne pogrevaj pripravljenih gob, tudi gobice na mrzli pizzi lahko povzročijo rahlo zastrupitev.
- Raje ne nabiraj gob, ki imajo zelenkast klobuk, ker jih lahko hitro zamenjaš z zeleno mušnico.
- Kadar koli dvomiš v svoje znanje o gobi, ki si jo našel, jo raje pusti v naravi, kjer bo bolj koristna.
- Ne nabiraj gob, ki so jih načeli polži, ker to še ni znak, da je goba užitna tudi za človeka.
- Vedno nabiraj gobe, ki niso prestare in se na njih še ne pozna učinek zorenja trosnjaka (tintnice, prašnice, kukmaki).
- Preden daš neznano gobo v lonec, za mnenje **VEDNO** vprašaj strokovnjaka!





POSEBNO OPOZORILO!!

Odpadne embalaže, v kateri so bili pripravki z oznakami T, T+ ali mrtvaško glavo, ne bo mogoče oddati na zbirnih mestih, saj zahteva posebno obravnavo. Mogoče jo je oddati izvajalcem javne službe ravnanja s komunalnimi odpadki v okviru zbiranja ostalih nevarnih odpadkov ali posebej pooblaščenim zbiralcem nevarnih odpadkov.

T+



zelo strupeno

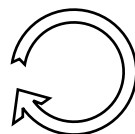
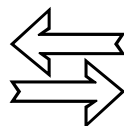
T



strupeno

Tabela oznak za najpomembnejše materiale:

MATERIAL	OKRAJŠAVA	OŠTEVILČENJE
Polietilen tereftalat	PET	1
Polietilen z visoko gostoto	HDPE	2
Polivinil klorid	PVC	3
Polietilen z nizko gostoto	LDPE	4
Polipropilen	PP	5
Polistiren	PS	6
Valovita lepenka	PAP	20
Nevalovita lepenka	PAP	21
Papir	PAP	22
Jeklo	FE	40
Aluminij	ALU	41
Les	FOR	50
Bombaž	TEX	60
Brezbarvno steklo	GL	70
Rjavo steklo	GL	72
Papir in lepenka/različne kovine	C/ prevladujoči material	80
Papir in lepenka/plastika		81
Papir in lepenka/aluminij		82
Papir in lepenka/plastika/aluminij		84



E



eksplozivno

O



oksidativno

F+



zelo lahko vnetljivo

F



lahko vnetljivo

Etiketa za nevarno kemikalijo izgleda takole:

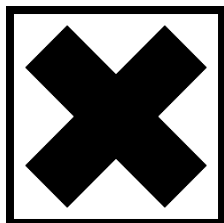
Trgovsko Ime (koncentrirano čistilo)

Vsebuje: 2-Butoksietanol;

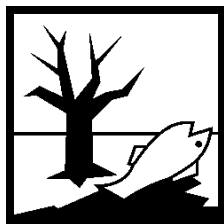
Opozorilo: Zdravju škodljivo pri vdihavanju, v stiku s kožo in pri zaužitju. Draži dihala in kožo. Nevarnost hudih poškodb oči. Strupeno za vodne organizme: lahko povzroči dolgotrajne škodljive učinke na vodno okolje. Če pride v oči, takoj izprati z obilo vode in poiskati zdravniško pomoč. Ob stiku s kožo takoj oprati z obilo vode in z milom.

Dobavitelj/distributer:

Naziv, ulica, poštna št., kraj, telefon: #



ZDRAVJU ŠKODLJIVO



OKOLJU NEVARNO

Trgovsko Ime (premaz)

Opozorilo: Vnetljivo. Škodljivo za vodne organizme: lahko povzroči dolgotrajne škodljive učinke na vodno okolje. Ne vdihavati hlapov/meglice. Za gašenje uporabiti peno, ogljikov dioksid (CO₂) ali kemični prah. Uporabljati le v dobro prezračenih prostorih.

Dobavitelj/distributer:

Naziv, ulica, poštna št., kraj, telefon: #



LIMBA NE VRTIMO,
VRTIMO SE OKOLI
SVOJE OSI



NAKUPOVALI BOMO:	IZOGIBALI SE BOMO:
izdelke v večji embalaži	izdelkom z embalažo, ki jo zavržemo
izdelke v papirni embalaži	plastičnim vrečkam
z nakupovalnimi torbami ali škatlami	alufoliji
povratne steklenice ali plastenke	posodi in priboru za enkratno uporabo