

BRÚJULA

DE

ORO

**Guías y Scouts
de Costa Rica**
Instituto Guatemalteco



Pertenece a:

Patrulla:

Grupo:

Teléfono:

INICIÉ LA
BRÚJULA DE ORO EL:

___ / ___ / ___



¿Para qué SON LAS BRÚJULAS?

En caminos nuevos y desconocidos las brújulas nos ayudan a saber hacia donde vamos con seguridad.

De eso se trata este libro que sostenés:

Te ayudará a seguir el camino para obtener todos los conocimientos que las guías y scouts usamos cuando vivimos al aire libre:

- HISTORIA GUÍA Y SCOUT
- CABUYERÍA
- CLAVES Y CÓDIGOS
- FUEGOS Y FOGONES
- CAMPISMO E INSPECCIÓN
- HERRAMIENTAS
- ASECHO Y OBSERVACIÓN
- COCINA Y NUTRICIÓN
- COMUNICACIONES
- NAVEGACIÓN
- TERRESTRE
- SALUD Y SEGURIDAD
- CIVISMO





Carmen Lyra

Seudónimo de María Isabel Carvajal Quesada

(San José, 15 de enero de 1887 - México, 14 de mayo de 1949) fue una escritora, pedagoga y política costarricense. Es considerada una de las escritoras más entrañables y significativas de la literatura costarricense. Se le ha señalado como la fundadora de la narrativa de tendencia realista

en Costa Rica. Su obra más conocida es Cuentos de mi tía Panchita, una serie de cuentos infantiles publicados en 1920, una de las obras literarias más importantes de la literatura nacional. Además, escribió obras de teatro, ensayos políticos y las novelas En una silla de ruedas y Las fantasías de Juan Silvestre.

Pero no vas sólo en este recorrido, porque durante el camino, Carmen Lyra te irá dando consejos y explicará durante tu aventura.

Así como Tía Panchita nos ha llevado a mundos de aventura donde están presentes en cada uno de ellos, sus personajes, estos astutos, divertidos y hasta alocados como nuestros campamentos, para los cuales debemos estar bien preparados para lograr nuestro mejor desempeño, esta brújula nos dará herramientas para disfrutarlos al máximo pues ya estamos convirtiéndonos en campistas expertos, ya casi estamos listos para alcanzar nuestras metas, recuerda como tío conejo astuto, inteligente y alegre lánzate a la aventura de conquistar los retos que aquí te presentamos.



**AHORA SÍ,
ACAMPAMOS EN EL
PAÍS DE LOS SUEÑOS**





LA BRÚJULA DE ORO: NOS PREPARAMOS PARA EXPLORAR

Toda aventura empieza con el primer paso, para ello vamos a adquirir los conocimientos básicos y tenés muchas preguntas que Carmen Lyra te responderá.

¿Sé todo lo necesario para ir a explorar de forma práctica y segura?

No te preocupés, acá veremos qué es lo que necesitás saber para que vayás de excursión correcta y cómodamente.

Y CUANDO SEPÁS ESTO
¿QUÉ PASA?

Encontrarás en este libro cada tema con uno de estos símbolos, los cuáles te indicarán:

- ✓ • **AMARILLO:** son los temas básicos y tenés que aprenderlos.
- ✚ • **NARANJA:** estos temas son optativos y que podés agregarlos a los básicos.
- ★ • **ROJO:** son sugerencias para que logrés dominar el tema.



Cuando tengas como mínimo los temas básicos, habrás iniciado el juego de forma exitosa y mucho mejor si además te lucís dominando los temas opcionales.

¿Estos temas cómo los aprendo?
¿Por mi cuenta?
¿Con ayuda?



Tenés
muchas
opciones:

• **APRENDELO POR TU CUENTA:**

En manuales, libros, en alguna página en internet, en videos de youtube... hay muchas fuentes de información que te pueden ayudar.

• **PEDILE A TU GUÍA DE PATRULLA QUE TE LOS ENSEÑE,** ya sea solamente a vos o en una actividad de patrulla.

• **SI SOS GUÍA DE PATRULLA:**

Pedile a tu dirigente que te enseñe el tema en las reuniones y actividades de Barras Blancas y si tu dirigente no sabe, hay mucha gente que les puede ayudar.



¿Sabés que en el canal de youtube de la Asociación hay videos que te enseñan estos temas?

Y cuando ya
sé algún
tema

¿QUÉ
HAGO?

• SI YA APRENDISTE ALGUNO DE LOS TEMAS:

Hablé con tu Guía de Patrulla y le conté que lo has logrado, entonces te pedirán que lo demostres con la patrulla, ojalá ayudando a enseñarle a las personas nuevas de la patrulla.

• SI SOS GUÍA DE PATRULLA Y LO APRENDISTE SÓLO:

En una reunión de Barras Blancas o en tu Patrulla, con tu dirigente presente, podrás demostrar tus conocimientos sobre tema.

Ahora: ves que el tema en el libro tiene un espacio al lado: pues ponés el sticker.



¡Ya has dado un paso más
en tu gran aventura!

Cuando ya domino la
mayoría de los temas
¿Qué pasa?

Ahora de forma merecida
lucirás la insignia de la
BRÚJULA DE ORO en tu
pecho, en conjunto con la de
la Etapa de Progresión que
estás trabajando.



**¿Cómo puedo
combinar las metas
de la **Bitácora** y
Especialidades con
la **Brújula**?**

Has notado que
en la Bitácora, cuando
no tenés respuestas
"Sí", te plantea
alguna actividad
¿verdad?



• Algunas de esas actividades podrían ayudarte a aprender temas de la brújula.

... o para hacer alguna de las actividades usás elementos de la brújula: **si planeas un concurso de cocina**, tenés que saber como se prepara la comida.



Si planeás una excursión tenés que saber qué hacer, el cielo será el límite; usá tu imaginación



Y ahora que Carmen te ha contestado
¡INICIEMOS LA AVENTURA!





GUIDISMO Y ESCULTISMO

La historia del Movimiento Scout y del Movimiento Guía es muy interesante y para conocerla nos remontaremos en un viaje al pasado.

Te has preguntado,

¿QUÉ ES EL ESCULTISMO Y EL GUIDISMO?

EMPECEMOS



Más de 50 millones

de personas como vos, alrededor del mundo, pertenece al Movimiento Guía y Scout.



Guías y Scouts de Costa Rica
Institución Scoutista

Escultismo (scouting) significa explorar

**LORD ROBERT STEPHENSON SMYTH
BADEN POWELL OF GIWELL**

Nació en Inglaterra en 1857

En Costa Rica más de 15,000 personas forman parte de la Asociación de Guías y Scouts.

Creó el movimiento, buscando el desarrollo físico, espiritual y mental de los jóvenes para que llegaran a ser **«buenos ciudadanos»** a través de un método específico inspirado en la vida militar y al aire libre.



LADY OLAVE SAINT-CLARE SOAMES



Una mujer... un sueño



En 1912 en el barco Arcadian, proveniente de Europa, Olave St Claire Soames y Robert Baden-Powell se enamoraron y ese mismo año se casaron.



Nació en Inglaterra el 22 de febrero de 1889. De niña fue siempre muy activa y tocaba el violín.

Ella apoyó a BP con el Movimiento Scout. Fue jefa de la Asociación Mundial de Guías.



De su matrimonio nacieron Peter, Heather y Betty.



En 1959 estuvo de visita en nuestro país, lo que fortaleció más el movimiento de Guías y Scouts de Costa Rica.



El 25 de junio de 1977 falleció en Inglaterra a los 88 años, dedicando 62 de ellos al Movimiento Guía y Scout.

La idea del Día del pensamiento, 22 de febrero, inicia en 1962 para celebrar el aniversario común del nacimiento de la Jefa Guía Mundial y el Fundador.



22 febrero **1857**
Nació B.P. en Inglaterra



Familia de Baden Powell

1876 INGRESÓ AL EJÉRCITO.
A los 19 años viajó a la India y África, a los 26 años lo ascendieron a capitán



Frederick Russell

1896

- B.P. conoció al Jefe de Exploradores del ejército colonial británico Frederick Russell Burnham, quien le enseñó las costumbres de los indios y vaqueros de USA. Fue cuando B.P. comenzó a idear el programa que se convertiría en el sistema pedagógico del escultismo.

1899

- B.P. llevó a la práctica por 1era vez su idea de los scouts, durante la Guerra de los Bóer en Sudafrica, para defender al pueblo de Mafeking contra los boers holandeses organizó un «Cuerpo de Cadetes de Mafeking», voluntarios entrenados en estrategias, centinelas, rastreadores, ordenanzas y mensajeros, tan bien, que ayudaron a la defensa del pueblo. Los cadetes recibieron una insignia similar a la flor de lis y B.P. fue nombrado héroe nacional.



B.P. y sus oficiales en Mafeking



Cuerpo de Cadetes de Mafeking

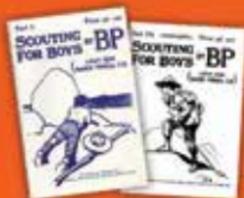
1901

- Su 1er manual, "Ayudas al Escultismo", se convirtió en un best-seller y fue usado por maestros y organizaciones juveniles.



1er campamento Scout del Mundo, Isla de Brownsea

1907 B.P. reunió a 20 chicos en un campamento de una semana en Brownsea, Inglaterra; ese campamento se considera el origen del Movimiento Scout.



1908

- B.P. publicó 6 revistas para jóvenes.
- Fueron tan exitosas que se compilaron en el libro Scouting for Boys, Escultismo para muchachos, considerada la 1era presentación del programa y método del escultismo, traducido hasta hoy a más de 35 idiomas.

1909

- Durante el 1er desfile Scout en el Palacio de Cristal un pequeño grupo de niñas exigieron ser admitidas al encuentro, ese fue el catalizador del movimiento actual.
- BP recién jubilado se dedicó al Guidismo y Escultismo femenino. Durante una gira promocional conoció y contrajo matrimonio con Olave Soames.
- Se lleva a cabo el 1er campamento de Scouts Marinos.



Encuentro Scouts en Crystal Palace



1910

- B.P. consideró que el Movimiento para Niñas debe ser dirigido por mujeres, por lo que pidió a Agnes, su hermana mayor, empezar a trabajar en la adaptación de su libro, "Escultismo para Muchachos", para las niñas. Ese año fundó el Movimiento Guía con la creación de la Asociación de Guías (Reino Unido).



Agnes Baden Powell

Olave Saint Claire Soames

1912



- Durante una gira mundial conoció a Olave Soames. Contrajo matrimonio ese mismo año. Olave se involucró activamente en el Movimiento Guía y Scout.



1916

- El Movimiento Scout es reconocido en Inglaterra.



Rudyard Kipling



- Se creó la Manada.
- B.P. solicitó a su amigo Rudyard Kipling la autorización para usar historias del Libro de las Tierras Virgenes. La historia de Mowgli fue usada para motivar a los niños.
- B.P. escribió el Manual del Lobato.

1912



1917

- Lady BP empezó a organizar el Movimiento Guía en Sussex, Reino Unido, después de ser nombrada Comisionada en Jefe del Reino Unido el año anterior. En 1918 su título de Comisionada en Jefe del Reino Unido cambió a Jefa Guía del Reino Unido.



Lady Baden Powell inspeccionando la guardia de honor de las Guías en Battersea Park.

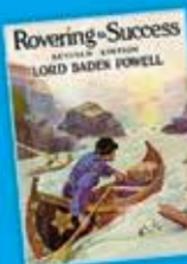
1920

- I Jamboree celebrado en Olympia, Londres.
- La última noche del Jamboree B.P. es nombrado Jefe Scout Mundial.



1922

- B.P. escribió "Roverismo para el éxito".



1924

- 1ra reunión del Movimiento Guía fuera de Inglaterra.



1928

- Se formó la Asociación Mundial de Guías.



1938

- B.P. se instaló en Nyeri, Kenia.



1941

- Baden Powell murió a los 83 años.





La Asociación Mundial de Guías Scouts-AMGS

(WAGGGS, por la sigla en inglés de The World Association of Girl Guides and Girl Scouts)



Organización mundial que apoya la práctica del Guidismo en 150 países, establecida en 1928, sus oficinas centrales se encuentran en Londres, Inglaterra. En algunos países trabaja en conjunto con la Organización Mundial del Movimiento Scout.

La AMGS está organizada en regiones y opera 5 centros mundiales en diferentes continentes. Es un miembro pleno del Foro Europeo de Juventud (YFJ, por la sigla en inglés de European Youth Forum) y trabaja activamente en los órganos de juventud del Consejo de Europa y de la Unión Europea.



+10 Millones de Guías en **150** países

Centros Mundiales Guías



Nuestra Cabaña, México ofrece un programa único basado en el método Guía/Scout; activo, divertido, interesante y lleno de aventura que brinda experiencias únicas y que explora México, su cultura y tradiciones en un ambiente de Hermandad Guía.

Con sesiones para diferentes edades donde nuestras participantes, se sentirán como en casa y tendrán la oportunidad de interactuar en la comunidad al realizar pequeñas actividades de servicio guiadas por un experimentado equipo internacional.



El Centro Mundial Sangam - India ofrece una experiencia cultural única para todo aquel que cruce por nuestras puertas.



EL CENTRO MUNDIAL PAX LODGE-Inglaterra, con eventos y visitantes a lo largo del año, Pax Lodge da la bienvenida a Guías y Guías Scouts de todas las edades para tours, eventos programados y para alojarse. ¡Ven y visita a tus amigos en Pax Lodge!



El Centro Mundial Kusafiri es el producto de años de discusión para traer una experiencia de Centro Mundial a **África**.

En 2010, en la Conferencia Regional de África, se acordó por unanimidad que el Comité de África exploraría oportunidades para ofrecer experiencias en el Centro Mundial en África.



Organización Mundial
del Movimiento Scout

(OMMS)

+40 Millones de
Scouts en **164** países

La **OMMS (WOSM -World Organization of Scout Movement)** dirige y coordina las Asociaciones Scouts alrededor del mundo y cuenta con 40 millones de integrantes, se fundó en 1920 y su sede internacional está en Kuala Lumpur, Malasia.

MISIÓN

Contribuir a la educación de la juventud, de acuerdo a los métodos y sistemas de progresión establecidos por el fundador del escultismo, Robert Baden-Powell. Organiza su trabajo en regiones y opera mediante la Conferencia Internacional, el Comité y la Oficina Mundial (Bureau).



CONFERENCIA SCOUT MUNDIAL

La **Conferencia Scout Mundial** es precedida por el Foro Mundial Scout Juvenil (World Scout Youth Forum) y se reúne cada tres años. La asamblea general está compuesta por seis delegados de cada asociación nacional. Si un país posee más de una asociación, éstas deben formar una federación para las tareas de coordinación nacional y representación ante la OMMS.



La base para el reconocimiento y la membresía en la Conferencia Scout Mundial está basada en la adhesión a los propósitos y principios de la OMMS y la independencia en asuntos políticos de cada asociación nacional.

Las oficinas centrales de la Oficina Scout Mundial (World Scout Bureau) se ubican en Ginebra, Suiza y sus seis oficinas regionales son:



Bureau Scout Mundial

La **Oficina Scout Mundial (WSB)** es la secretaría que lleva a cabo las instrucciones de la Conferencia Scout Mundial y el Comité Scout Mundial, administrada por el secretario general apoyado por un pequeña planilla de personal de recursos técnicos. Las labores de la Oficina son:

- Ayuda a las asociaciones a mejorar y ampliar el escultismo mediante la formación de profesionales y voluntarios.
- Establecen las políticas financieras y técnicas de recaudación de fondos.
- Ayudan con la mejora de instalaciones y procedimientos.
- Ayuda a movilizar los recursos nacionales de cada país, detrás de los Scouts.
- Ayuda a organizar eventos mundiales como el Jamboree Scout Mundial.
- Animar eventos regionales.
- Es el enlace entre el Movimiento Scout y otras organizaciones internacionales.

El Secretario General es el líder de la Oficina Scout Mundial y además el secretario ejecutivo del Comité Scout Mundial.



Guías y Scouts de Costa Rica

Institución Benemérita

1912

Apareció una publicación del movimiento Scout en la revista de Fomento.

1915

Se fundó una tropa en el Colegio Evans en San José.

1916

Se fundó el Cuerpo Nacional de Boy Scout.

1922

Se organizó el 1er grupo de Muchachas Guías en el Colegio Superior de Señoritas.

1940

Se aprobaron los estatutos del Cuerpo Nacional de Scout de Costa Rica.

1946

Se reconoció la Asociación Nacional de Muchachas Guías de Costa Rica.

1976 Se unieron las Asociaciones Guía y Scout en una sola.



1978

Se adquirió la finca ubicada en la el Cerro de la Carpintera, hoy Campo Escuela Nacional Iztarú.



1992

Del 20 al 27 de julio se celebró la XVIII Conferencia Scout Interamericana en Costa Rica.



2011

La Asociación de Guías y Scouts de Costa Rica se declaró Benemérita de la Patria, siendo ésta la más alta distinción que otorga el estado a una persona o institución sobresaliente para la patria.

2015

Se conmemoró el centenario de la Asociación Guías y Scouts de Costa Rica.

EL GRUPO GUÍA Y SCOUT



Los órganos del grupo guía y scout son:

1. La junta de grupo o junta de padres.
2. Las secciones donde se desarrollan los muchachos.

La junta es conformada por 6 adultos voluntarios que integran el grupo y se eligen o renuevan cada año en el mes de abril cuando se realiza la asamblea general de grupo.



Manada

Una Manada cuenta hasta con 24 niños y niñas entre los 7 y 10 años, divididos en seisenas (grupos de seis) y acompañados por un dirigente adulto por cada 6 chicos/as. A los adultos en la Manada, se les conoce como "Viejos Lobos".



Tropa

En la Tropa en ella se trabaja con adolescentes entre los 11 y los 14 años y nos llamamos Guías y Scouts.



LOS DIRIGENTES

Ellos facilitan e implementan el Programa Educativo en los grupos y sirven de guía en la formación de los niños y jóvenes que tienen a su cargo en cada una de las Secciones.



Wak Tsurí

La Wak abarca los jóvenes entre los 14 y 17 años, a los cuales se les denomina Tsurís (Vocablo Bribri que significa "joven").



Comunidad

Está compuesta por jóvenes entre 17 y los 20 años, donde a los hombres se les llama Rovers y a las mujeres Guías Mayores.



El método Guía y Scout se basa en una Ley y una Promesa que nos comprometemos a cumplir por el resto de nuestras vidas:

PROMESA

Por mi honor y con la ayuda de Dios prometo hacer todo lo posible por cumplir mis deberes para con Dios y la Patria, ayudar al prójimo en toda circunstancia y cumplir fielmente la Ley Guía y Scout.



LEY

La Guía y el Scout es:

Honorable:	Íntegro ante sí mismo y ante los demás en todos los aspectos de su vida.
Leal:	Para con Dios, su patria, sus padres, sus jefes, subordinados y compañeros.
Servicial:	Ayuda a los demás sin esperar recompensa.
Amigable:	Es amigo de todos y hermano de todo guía y scout sin distinción de credo, raza, nacionalidad o clase social.
Cortés:	Manifiesta su estima y consideración a los demás.
Bondadoso:	Ve en la naturaleza la obra de Dios y la conserva.
Obediente:	Acepta la legítima autoridad y obedece racionalmente.
Alegre:	Es optimista, jovial aún en sus dificultades.
Trabajador:	Hace buen uso del producto de su trabajo y es cuidadoso del bien ajeno.
Limpio:	Es limpio y sano en sus pensamientos, palabras y acciones.

PRINCIPIOS

DEBERES PARA CON DIOS:

La guía y el scout están orgullosos de su fe y la practican.

DEBERES PARA CON LOS DEMÁS:

La guía y el scout son buenos ciudadanos y prestan servicio a los demás.

DEBERES PARA CONSIGO MISMO:

El deber de la guía y el scout es consigo mismo y el hogar.

VIRTUDES

Lealtad: Es sostener y defender nuestros códigos y reglas, el cumplimiento de nuestra palabra dada, el despojarnos de la hipocresía y de la traición.

Pureza: Te recuerda tus obligaciones para con Dios, especialmente en los aspectos que pide tu religión. También te recuerda que un corazón puro es libre de malos deseos, rencores y odios hacia otras personas.

Abnegación: Es el sacrificio espontáneo de los bienes materiales en beneficio de nuestros semejantes, de la voluntad, de los afectos e, incluso, de la vida por el bien del prójimo.

¿Cuál es el verdadero origen del apretón de manos scout?

Existen varias versiones al respecto



Según Lord Rowallan en “The Boy Scout Movement during the war” (por Hilary St. George Saunders, 1949) el origen del saludo es el siguiente:

“Cuando el Coronel Baden-Powell entró a la capital de los ashantis en 1896 fue recibido por uno de los jefes. Cuando BP extendió su mano derecha para saludarlo, el Jefe dijo:



“No, en mi pueblo el más bravo entre los bravos es saludado con la mano izquierda”. La mano izquierda la usan para sostener su escudo y la derecha para la lanza, de esta forma demuestran confianza poniendo abajo su escudo. Y así el apretón de mano izquierda fue adoptado luego por la hermandad de scouts”.

En la obra “Olave Baden-Powell” de Eileen Wade (1971) se afirma que:

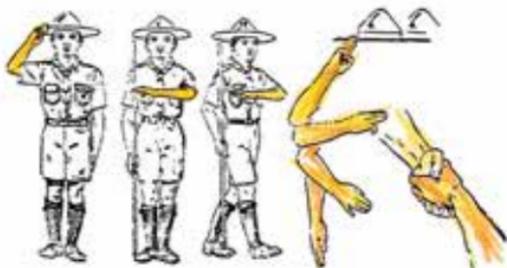
“El saludo con la mano izquierda es algo particular de este movimiento y posee un origen romántico. El Fundador explicó el saludo mediante el cuento de dos tribus de África que estaban constantemente en guerra.

En una ocasión, uno de los líderes, cansado de la situación bélica, se trasladó a los límites de su territorio y, cuando el jefe de la otra tribu apareció, arrojó su escudo y extendió su mano izquierda, diciendo que esta era una prueba de su buena voluntad y sus deseos de paz. El otro jefe respondió a su vez estrechando la mano de su enemigo y este saludo pasó a ser recordado como símbolo de amor y verdad para la vida en comunidad”.

En el “Stetsons and Bare Knees” Pathfinder Scout Annual 1960, Sydney R. Brown dice que:

“En África Occidental, el apretón de mano izquierda es un símbolo de distinción reservado para el jefe y sus seguidores más cercanos. Fue BP quien introdujo este saludo como un privilegio de los guías y scouts. Esta tradición afirma que los guías y scouts se saludan con la mano izquierda ya que ésta es la “mano del corazón”.

La explicación de la mano izquierda como “mano del corazón” es tardía en el desarrollo del Movimiento Scout y fue probablemente incluida como una necesidad, ya que existía en la organización confusión debido a las diversas explicaciones del saludo, con al menos dos versiones atribuidas a Baden-Powell.





LA PATRULLA

Sus miembros comparten sus intereses y necesidades, procuran que se valore su esfuerzo al trabajar en equipo, contribuyendo a incrementar su confianza al ser considerados parte de una familia con identidad y características propias.

LAS TRADICIONES

Los integrantes de la patrulla deben seleccionar los elementos que los identificarán:

- Cargos de patrulla
- Animal emblema o totem
- El grito de patrulla
- Banderín de Patrulla
- Lema de patrulla
- Firma de patrulla
- Colores de patrulla
- El libro de oro de la Patrulla, entre otras que la misma patrulla adopte



- Sólo el Consejo de Patrulla puede aceptarlas, modificarlas, añadir otras o anularlas.
- El equipo de Dirigentes vela porque estas tradiciones no atenten contra la vivencia de la Ley Guía y Scout.

1

**GUIDISMO
Y
ESCULTISMO**

¿Te has preguntado como llegaron el escultismo y guidismo a nuestro país y como funciona tu Grupo?

Te invitamos a investigarlo.



**ASÍ LO
LOGRÉ:**

A large, empty rectangular box with a black border, intended for the student to write their response to the question.

CABULLERÍA

Marineros, constructores, bomberos, alpinistas y pioneros tienen que saber atar nudos pues **sus vidas dependen de este conocimiento.**



En esta sección encontrarás algunos nudos

Recordá, el nudo correcto es el que se mantiene firme y es fácil de desatar

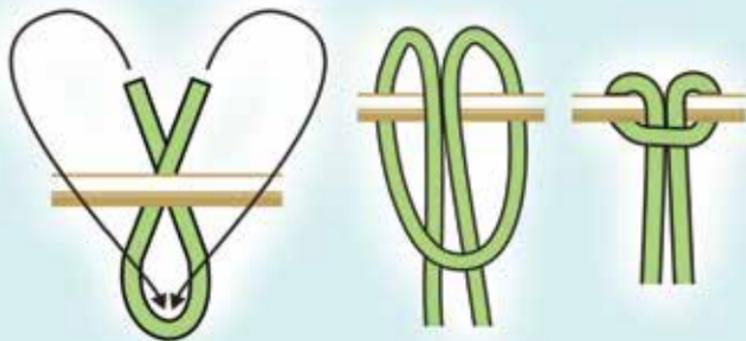


≈ NUDOS ≈

PRESILLA DE ALONDRA

SIRVE:

- Para fijar la cinta o las argollas de las montaduras, o para unir una cuerda a un poste, cuando no va a sufrir fuertes sacudidas.



ESLINGAS

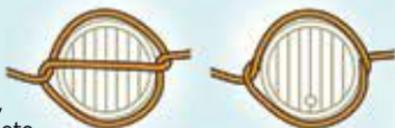


Eslinga de barril



SIRVE:

- Para bajar o subir objetos de forma cilindros como barriles, sacos llenos, macetas, etc.
- Se rematan con un As de Guía.



Si usamos tablones podemos hacer andamios para subir o bajar materiales y hasta personas.

Quizás el mejor método para hacer este nudo es el siguiente. Se le dan dos vueltas y media al tablón con la cuerda, según se muestra en la figura; se coloca la parte 1 de la cuerda entre las partes 2 y 3.



Eslinga de andamio

Posteriormente se pasa la parte 2 de la cuerda encima de la 1 y la 3 y por debajo del tablón.

Finalmente para darle estabilidad al tablón y que nos permita utilizarlo como andamio, se llevan las puntas de la cuerda hacia arriba y se atan utilizando un As de Guía.



NUDO AGUJA

1



2



3

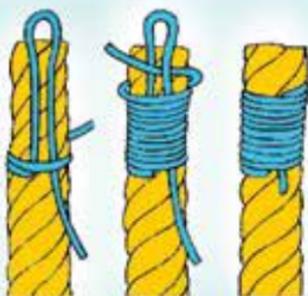


SIRVE:

- Para confeccionar líneas, en las cuales es necesario cambiar la profundidad de los anzuelos mediante el desplazamiento de los rotores.



REFUERZO DE CABO



- Utilizando una cuerda delgada es factible rematar el extremo de un cabo o cuerda para evitar que se deshaga.

El REFUERZO DE CABO tiene la ventaja de ser más resistente que los nudos, por lo que es recomendable usarlo cuando a la cuerda rematada se le va a dar un uso más rudo.

NUDO CABEZA DE TURCO

SIRVE PARA:

- Es utilizado generalmente como anillo para sujetar el pañuelo o la pañoleta.

Sigue las instrucciones:

- Colocá el segundo cordón próximo al primero, tal como se muestra. Seguí después por encima y por debajo del camino del primero, manteniendo el segundo cordón al mismo lado del primero. Esta operación la podrás repetir el número de veces que desees.
- Pasá el nudo alrededor de un objeto cilíndrico.
- Eliminá las partes flojas, trabajá el nudo hasta su compacta forma final, ocultando los extremos.



2

CABUYERÍA

Un nuevo reto con las cuerdas se hace presente con esta lista de nudos para que te retes a ti mismo

¿Has considerado sacar la especialidad de Pionerismo?



**ASÍ LO
LOGRÉ::**

CLAVES y CÓDIGOS

Sabías que la disciplina que estudia el arte de la escritura en clave, bajo códigos alfabéticos, cuyo principio es remplazar letras por números o letras por letras, se llama CRIPTOGRAFÍA

Hay claves muy sencillas y otras más complejas.

¿Por qué no investigás cuáles son, las aprendés y las practicás en juegos con tu patrulla?

¡PRACTICALOS!



El Movimiento Guía y Scout se caracteriza por el tipo de actividades que se hace, una de estas son el uso de las claves.

Existen muchas historias sobre el uso de las mismas, por lo general están relacionadas con guerras y espías, etc. La vida de Baden-Powell como militar estuvo llena con este tipo de actividades, en "Escultismo para Muchachos".



CLAVES DE NÚMEROS Y LETRAS

Todas estas claves se manejan de manera similar y consiste en remplazar las letras del mensaje por números.

En algunos casos no se encontraran las letras necesarias y por eso se deja esa letra original, la misma ayudará a identificar a cuál de los tipos de clave corresponde:



CLAVE SIETE CRUCES

A D X B C	E H X F G	I L X J K	M O X N Ñ
1	2	3	4

P S X Q R	T W X U V	X ESPACIO X Y Z
5	6	7

EJEMPLO:

5 >	< 2	< 5	5 >	< 1	4 >	< 6	< 6
S	E	R	S	C	O	U	T





Clave MUSICAL

Reemplazá cada letra por la nota musical correspondiente, escrita en su respectivo pentagrama.



EJEMPLO:



GRUPO SCOUT

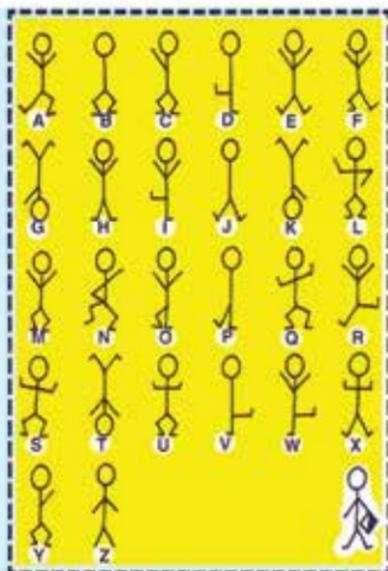
Clave BAILARÍN

No habrá espacio entre las palabras, debés colocar la figura con la banderola al final de cada palabra para separarlas.

EJEMPLO:



GRUPO SCOUT



3

**CLAVES Y
CÓDIGOS**

¡Nuevos códigos a la vista!

SON UN VERDADERO RETO.

No te imaginás lo divertido y útil
que será aprender este tema.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**

FUEGOS Y FOGONES

Cocinar en campamento es todo un arte, lo podrás lograr si sabés cómo construir el fogón adecuado, en el lugar correcto.

¡TE RETAMOS!

Como buen guía y scout, preparate y haz una exposición a tu patrulla sobre los fuegos y fogones que conocés.

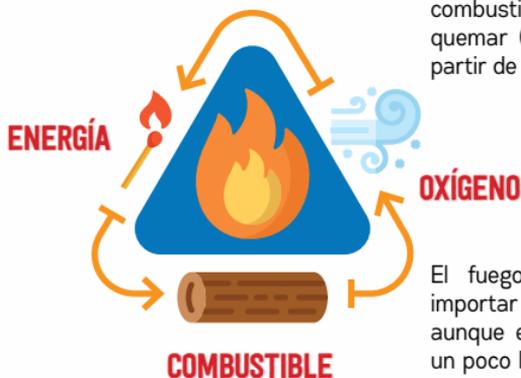
Pedile ayuda a tu guía de patrulla.



Fogones

Las formas de obtener fuego son muy variadas, aunque en la actualidad lo más sencillo es utilizar los fósforos o un encendedor, pero es importante conocer otros métodos tradicionales.

Para que se produzca el fuego necesitamos de 3 elementos



El oxígeno lo obtenemos del aire, el combustible de aquello que vayamos a quemar (leña) y la energía se libera a partir de la reacción entre luz y calor.

El fuego lo podemos encender sin importar que el clima sea seco o lluvioso, aunque este último nos va a dificultar un poco la labor. Podemos obtener leña seca del centro del tronco, donde el agua no a llegado.

UN BUEN FUEGO:



1. Lo debes construir en un lugar seguro que ayude a controlarlo.
2. Lo hacés del tamaño necesario y no más grande, así ahorrarás madera.
3. Debés mantenerlo bajo control y se ejerce vigilancia siempre.
4. Tenés que apagar el fuego cuando ya no se necesita.

La mayor parte de las fogatas se hacen con la madera que se encuentre en los alrededores.

En los lugares dónde no hay madera se usa carbón o se lleva madera suficiente.

La madera es el combustible más común; a continuación se describe la manera de hacer fuego con ésta.

FOGONES DE ESTRELLA



El círculo de seguridad debes hacerlo para todos los fogones y fogatas.

- Colocá de cuatro a cinco leños en forma de estrella, para campamentos volantes.
- Los leños se van acercando conforme se van consumiendo.



DE TRES PIEDRAS

- Se utiliza para caminatas.
- Colocá tres piedras en forma de triángulo
- No debés usar piedras de río ni ladrillos, es muy peligroso ya que pueden explotar.
- Debés hacer un círculo de piedras alrededor por seguridad.



TIP

Podés usar dos troncos verdes y cubrirlos con barro para evitar que se quemen.



RECORDÁ

El barro debe colocarse fresco con cada uso del fogón.

FOGÓN ROCA



- Seleccioná rocas planas y secas, colocalas en dos filas paralelas, con campo suficiente para que las ollas se sostengan encima.
- Usá rocas que no están mojadas, grises o vivas, porque explotarían.



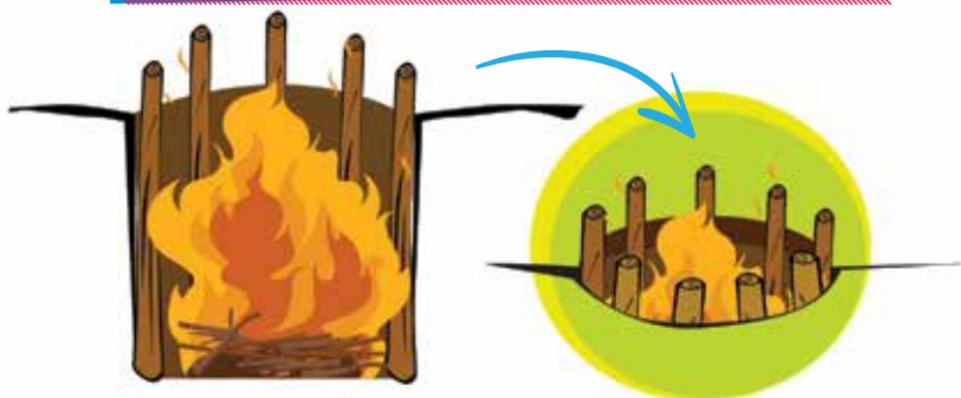
CAZADOR

Es el más simple de todos, se coloca dos troncos verdes en forma de "V" con la abertura mayor dirigida a la corriente de aire, cuando se quiere cocinar rápidamente.



- Para obtener una estabilidad en los utensilios que usemos, debés colocar los troncos en la parte superior y recordá ponerle tierra o piedras para evitar que rueden.

FOGÓN POLINESIO



Debés hacer un agujero en el suelo, lo suficientemente grande como para que quepa una olla, es importante rodear el agujero con palitos para evitar que se derrumbe la tierra de los lados.

- Entre la olla y el agujero debe quedar un espacio suficientemente para que entre el aire.
- Afuera se coloca una vara en el suelo y colocando un tronco o piedra debajo de la inclinación deseada. Es importante que la vara seca sea lo suficientemente fuerte para soportar el peso de la olla.
- Se utiliza en la mayoría de los casos para cocinar frijoles.



4

**FUEGO
Y
FOGONES**

"Probamos el oro en el fuego,
distinguimos a nuestros amigos
en la adversidad", Sócrates.

Este es el siguiente paso:



**ASÍ LO
LOGRÉ::**

A large empty rectangular box with a black border, intended for writing the user's response to the challenge.



HERRAMIENTAS

Una herramienta es un objeto elaborado con el fin de facilitar la realización en una actividad, cualquiera sea esta.

Son útiles para realizar trabajos mecánicos, que requieren la aplicación de una cierta fuerza física.

Toda guía y scout necesita de algunas herramientas, ¿sabés cuáles son y cómo se utilizan?

Aquí te dejo algunas ideas.

...aprendelas



LAS HERRAMIENTAS

Un guía y scout entrenado debe saber manejar adecuadamente herramientas comunes, pero sobre todo, nunca debería usarlas de manera que pueda provocar accidentes o dañar alguna propiedad.

Esta capacitación implica atención, precisión y respeto hacia los derechos de los demás.

Handbook for Scoutmasters. 2da Edición, 1926.

NAVAJAS O CUCHILLAS



Una navaja es herramienta multiusos



- Puede cortar una cuerda, abrir una lata, tallar una estaca, hacer un agujero en un cinturón o cortar un pedazo de pan para desayunar en el campamento.
- También resulta útil para ajustar el tornillo del armazón de tu mochila o de una cocina o para hacer astillas de madera para encender un fuego.
- Una buena navaja de uso general tiene un abridor de latas, un destornillador y una o dos cuchillas para cortar.



EL MACHETE

ES UNA HERRAMIENTA DE TRABAJO MUY USADA EN AMÉRICA LATINA.

Es muy posible que entre el equipo de tu Patrulla o Tropa existan al igual que hachas, mazos, sierras, etc., también machetes.



- Tiene muchos usos, principalmente sirve para cortar maleza, pedazos de palos y troncos de un tamaño que vaya a la posibilidad de la herramienta misma.
- Un machete bien cuidado durará muchos años.
- Cuando no estés usando el machete, debes dejarlo en su funda.

RECOMENDACIONES

- Llevá siempre zapatos y no pon los pies ni las manos cerca de donde vas a cortar.
- Vigilá que no haya gente cerca, sobre todo a nuestras espaldas.
- Recordá marcar e indicar un perímetro de seguridad y detenete si vez que alguna persona se acerca.
- Cuando usés el machete, debés llevarlo en una vaina de cuero fuerte que cuide bien de su filo y su punta, no de tela ni de plástico.
- Debés ser muy cuidadosos al saltar obstáculos, pasar alambrado o atravesar puentes de troncos. **Una caída con un machete en la mano puede tener las más graves consecuencias, siempre colocalo en la funda o cubierta.**

5

HERRA- MIENTAS

"Una máquina puede hacer el trabajo de 50 hombres corrientes, pero no existe ninguna máquina que pueda hacer el trabajo de un hombre extraordinario" **Elbert Hubbard**.
Vamos con los temas de esta brújula.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**

CAMPISMO Y AIRE LIBRE



"Recuerda: el Escultismo es un juego al aire libre; por lo tanto, cada vez que tengas la oportunidad, sal al campo" BP.

Estás en el último paso para completar las brújulas,
¡YA FALTA POCO!

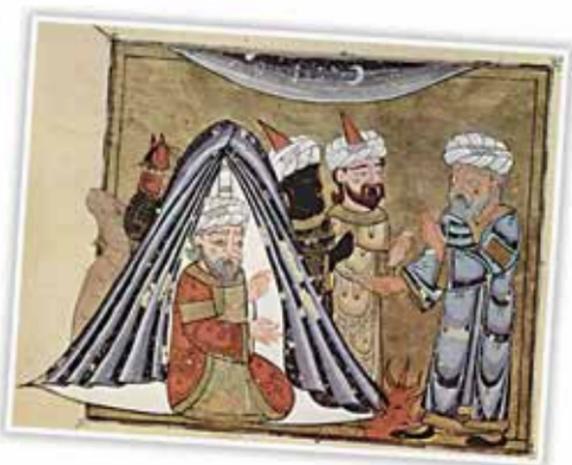
Organizá un campamento modelo durante una reunión de patrulla.



Tiendas de Campaña

La tienda de campaña es un equipo especialmente diseñado para albergar de una a más personas, según su tamaño, en zonas al aire libre, se caracterizan por ser portable, resistencia y comodidad.

Se han utilizado desde tiempos muy antiguos por pueblos de características nómadas, como por ejemplo los hebreos y los árabes.



TIPOS DE TIENDAS DE CAMPAÑA



Techo a dos aguas



1. Tienda de campaña Canadiense

Es la más tradicional y antigua en diseño, es como la tienda de campaña que tenemos en casa, pídele a alguien que te dibuje una tienda de campaña y seguramente se parecerá a estas.

- Con techo a dos aguas es su principal característica y problemática digamos, porque el espacio interior se ve reducido en la altura.
- Generalmente se realizan utilizando materiales muy resistentes y son fuertes en su instalación.
- Las principales desventajas de este tipo de tiendas de campaña es que son bastante pesadas y el cuidado que requiere para guardarla, absolutamente limpia para que no genere moho. Por otra parte no son tan efectivas ante vientos si las comparamos con las de tipo iglú.
- Este tipo de tienda de campaña se están dejando de utilizar aunque se siguen encontrando disponibles.



2. Tienda de Campaña Iglú



- Este tipo de carpa viene sustituyendo rápidamente a la Canadiense debido a 2 factores principales: materiales más livianos y por lo tanto mucho más fáciles de transportar y mejor resistencia a los vientos debido a su forma.
- El nombre se debe justamente a que su forma recuerda a las construcciones de hielo de igual denominación, prácticamente todas las tiendas de campaña modernas son de esta clase.
- Son más fáciles de armar y desarmar y adicionalmente se pueden transportar armadas.
- De acuerdo al tipo de tela que utilice puede tener una gran resistencia térmica lo cual será ventajoso de acuerdo al clima.



3. Tienda de Campaña Isotérmica

Casi que es una variación del tipo Iglú, pero están diseñadas específicamente para su uso en montaña donde deben tener mucha resistencia a vientos fuertes y al frío.

- Están formadas por 2 capas separadas que permiten una mejor aislación para el frío.
- Son muy flexibles y resistentes.
- También está la tienda tipo hamaca, se colocan colgando de dos puntos altos como dos árboles.



4. Tienda de Campaña Estructural

- Es la más cómoda dado que es la que más se parece a una casa, con ambientes divididos, buen espacio interior y techo alto.
- Es la más difícil de transportar y compleja en el armado; se aconseja sólo en estadias largas y de varias personas.
- **Característica general:** Poseen un corredor o extensión que permite dejar las mochilas o cambiar calzados protegidos pero sin tener que entrar.

Como cuidar la tienda de campaña

No tiene ningún secreto, si cuidamos las cosas, duran más.

1. Antes de colocar la tienda limpia muy bien el área, retira piedras, ramas y cualquier cosa que pueda romper el suelo y dormirán mucho más cómodos.
2. No la coloques bajo algún árbol seco o que las ramas se vean frágiles, ya que pueden caer sobre la tienda.
3. Colocá la fogata a una distancia prudente, jamás junto a la tienda porque se puede quemar fácilmente.
4. El material con el que están hechas las tiendas es muy inflamable por lo que no debes cocinar, encender una vela, un pedernal o cualquier chispa dentro de esta.
5. Cuidado con las estacas y tensores, mucha gente se puede tropezar.
6. Ventilá la tienda para evitar la humedad. Aprovechá el día para abrir las ventanas o quitar el toldo si el clima es favorable, si vas lejos recordá protegerla de la lluvia.
7. Jamás guardés la tienda mojada. Si por alguna razón debes hacerlo, al llegar a destino debes extenderla para que se seque completamente.
8. Antes de guardarla debes limpiarla con algún trapo y revisá que no quede nada dentro.
9. Una vez doblada, retirá la tierra que se pegó en el toldo.
10. No coloques cosas sobre las paredes. Mucha gente coloca su mochila en la pared y esto daña la tela de la tienda.



COMO ELEGIR LA TIENDA DE CAMPAÑA ADECUADA

Hay varios aspectos que debes tomar en cuenta a la hora de elegir la tienda de campaña que vas a llevar a tu campamento:

a) EL DESTINO:

¿La playa, la montaña, al río?

Esto es muy importante pues el conocer la zona nos da información sobre el clima (si llueve mucho si hace calor, etc.), el terreno (arenoso, arcilloso, fangoso), la vegetación, especies animales y otros datos relevantes.

b) EN QUE ÉPOCA DEL AÑO VAMOS:

Ya sea lluvioso o seco, la mayoría de tiendas tienen dentro de la descripción de características cuantos milímetros de lluvia pueden soportar; las mejores para época seca van por encima de los 600 mm y para época lluviosa desde 2000 mm en adelante.

c) A QUE TIPO DE ACTIVIDAD VAMOS:

No es lo mismo ir de campamento estático, donde necesitaríamos una tienda que va a estar colocada en un solo punto por el tiempo que dure toda la actividad; o un campamento volante donde esta debe ser liviana y fácil de transportar.

d) CUANTOS VAMOS:

La cantidad de personas es muy importante, pero ojo no solo debes tomar en cuenta a las personas sino también los artículos que llevés, muy bien que todos quepamos en la tienda, pero, ¿las mochilas?, ¿la ropa y demás?. Todas la tiendas indican su capacidad (cuantas personas caben) y por lo general hablan de adultos, los chicos van a ocupar un poco menos de espacio pero no te confiés.

e) EL MATERIAL DE CONSTRUCCIÓN:

No olvidés revisar que la tienda debe ser resistente, que la cubierta del piso y las paredes sean fuertes, además que las varillas de la estructura tengan un diámetro y resistencia adecuados, lo mismo que el toldo, una buena inspección ocular y el tacto, te pueden dar las pistas que necesitas para saber si la resistencia es buena.

Los Refugios



Nos protegen de los peligros del medio ambiente.

Un calor extremo puede producir un desmayo o un golpe de calor, además, el agotamiento por calor es muy peligroso.

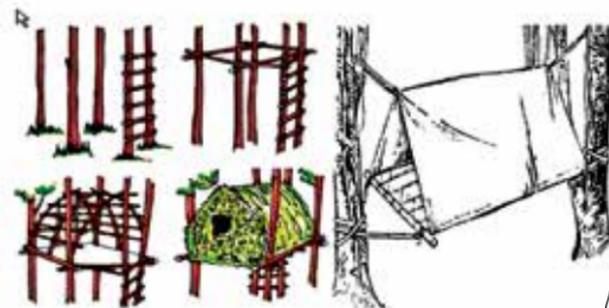
Por el contrario, el exceso de frío produce hipotermias y congelaciones.



En las zonas pantanosas nos pueden devorar los mosquitos y si nos mojamos mientras dormimos podemos contraer pulmonía, aparte de la incomodidad, la ausencia de descanso y el golpe moral que esto supone.

En muchas situaciones de supervivencia y bajo climatología adversa, es la prioridad principal. Un buen refugio, además de protegernos de los elementos anteriores, proporciona comodidad, seguridad y firmeza psicológica.

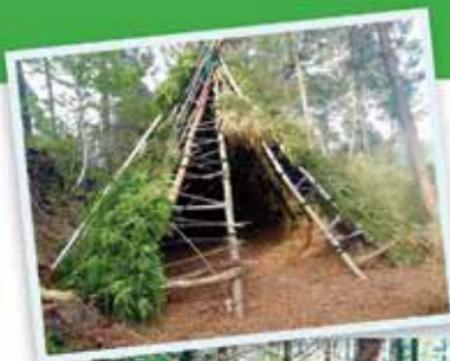
En la selva es importante despejar el suelo de las hojas y plantas ya que puede haber roedores o insectos o reptiles venenosos.



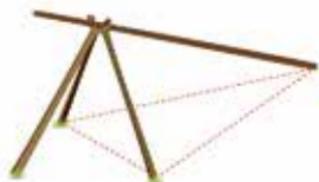
¡SACÁ LA ESPECIALIDAD: SUPERVIVENCIA EN LA NATURALEZA



REFUGIOS NATURALES



Los refugios naturales son los que construimos con materiales de la naturaleza como palos, troncos, rocas, lianas, hojas, etc. para construirlos.



Refugio tipo larguero inclinado.



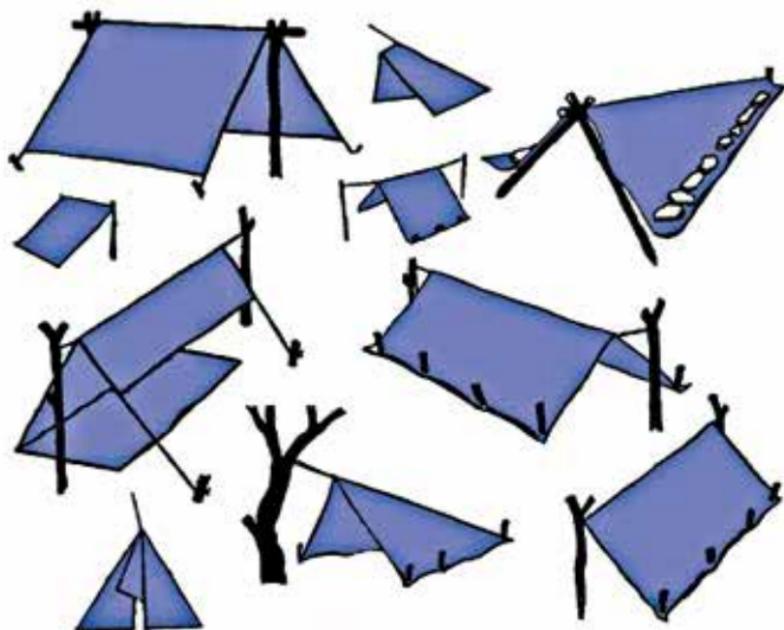
Así debés trabar las tres horquillas y el larguero sin necesidad de atadura.



Refugio tipo larguero apoyado en un árbol.

REFUGIOS ARTIFICIALES

En los refugios artificiales podés utilizar plásticos, lonas, mantas impermeables, estacas metálicas, mecate y herramientas.





Astucias o Construcciones

DIFERENCIA ENTRE
LAS CONSTRUCCIONES
Y LAS ASTUCIAS

Astucias

Generalmente son pequeñas construcciones que nos ayudan a organizar los utensilios o equipos utilizados en un campamento, además nos sirven demostrar habilidades y desarrollar el sentido de la creatividad. Son de fácil construcción y no requieren muchos materiales por ejemplo: la bordonera, la zapatera, el tendedero, etc.



PARA
CEPILLOS DE
DIENTES



BASURERO



PLATOS Y JARROS



PARA
TARROS



COLGADOR
DE ROPA



PARA CUBIERTOS

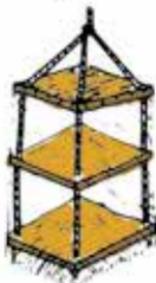


LAVAMANOS



COLGADOR DE ROPA

DESPENSA



GANCHO

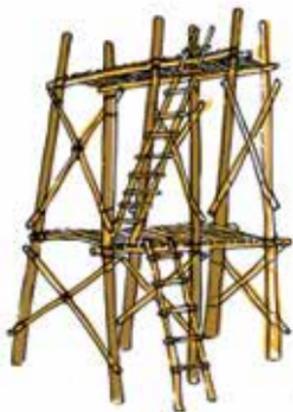




Construcciones

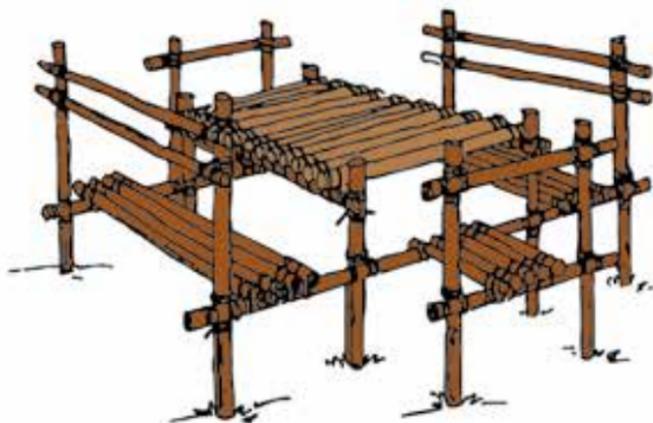
Las construcciones son elementos más elaborados, requieren más materiales y tiempo para realizarlas.

Algunas pueden ser tan grandes como una torre o medianas como un fregadero, una ducha o una cocina.





Construcciones Funcionales



6

**CAMPISMO
Y
AIRE LIBRE**

"El campamento es con mucho la mejor escuela para dar a los muchachos las cualidades de carácter" B.P.

**NUEVOS CONOCIMIENTOS
QUE ABSORBER.**

Esto son los temas de esta brújula.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**

A large, empty rectangular box with a black border occupies the majority of the page, intended for students to write their reflections or answers.



COCINA Y NUTRICIÓN

Comer bien y balanceado es necesario para tener buena salud. Los seres vivos necesitamos de los alimentos para el crecimiento, el funcionamiento y el mantenimiento de las funciones vitales.

Por eso, debes tener una mejor relación entre alimentos y salud.

Te invito a que investigués sobre nutrición y los alimentos.

Sacá la especialidad de Nutrición.



IMPORTANCIA DE LA NUTRICIÓN

La importancia de la nutrición para el buen funcionamiento del organismo radica fundamentalmente en que los hábitos alimenticios sean adecuados. Si bien parece simple corregir malos hábitos, la realidad nos muestra que es mucho más complicado de lo que parece y que las enfermedades relacionadas con la nutrición son hoy en día una preocupación mundial.

Se estima que la obesidad tanto como la desnutrición afecta a la mayor parte de la población mundial. Por este motivo, la educación en nutrición y las campañas informativas se han convertido en las líneas de actuación principales de los programas de Políticas de Salud preventiva en todo el mundo. Estas campañas pueden ser de gran ayuda a la hora de concientizar y dar información interesante y práctica para cambiar los malos hábitos.

La nutrición es salud



El consumo diario de estos nutrientes, así como llevar a cabo hábitos saludables, como la práctica de actividad física de forma regular, son unos de los pilares de la buena salud y el desarrollo físico y mental. Es por ello que la nutrición contribuye de manera directa para reforzar el sistema inmunitario, contraer menos enfermedades y en definitiva, tener una buena salud.

CEREALES (como el trigo y el arroz) y legumbres (como las lentejas y los garbanzos).

GRASAS/ACEITES (como el de oliva o el de girasol) y grasas de origen animal (como la mantequilla o la nata).

CARNES (pollo, ternera, cerdo...), pescados (corvina, pargo, dorada...) y huevos.

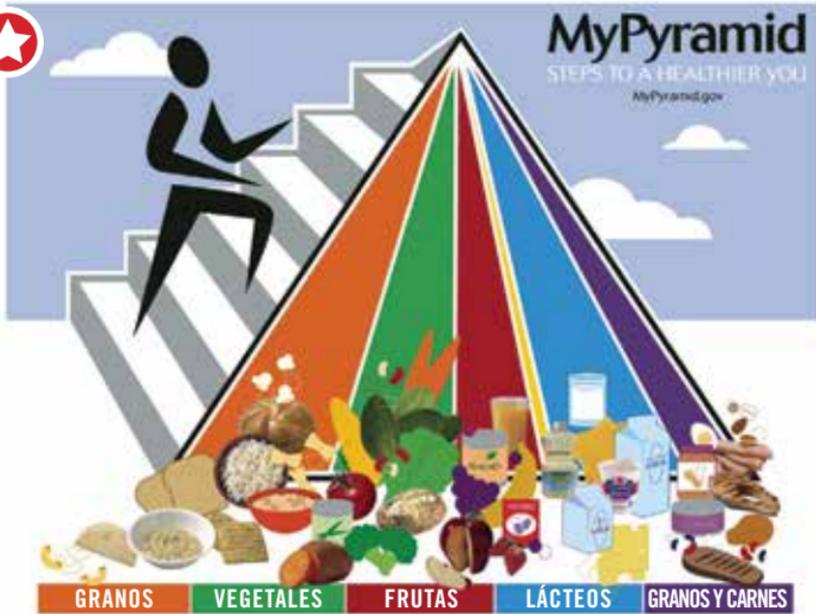


FRUTAS

Verduras

LECHE Y LÁCTEOS
(como el queso y el yogurt).

Aportan vitaminas, minerales y fibra. Se recomienda comerlas crudas o poco cocidas y mejor con cáscara. Consumir al menos 5 verduras y frutas de diferentes colores, da variedad a tu dieta



De estos cinco grupos, se destacan seis tipos de nutrientes esenciales que el cuerpo necesita y se deben tomar diariamente para tener una óptima nutrición; como son los **carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua.**

Hay distintas dietas que suponen una selección especial de estos alimentos como por ejemplo las vegetarianas, las veganas, las celiacas, las que dependen de enfermedades como la diabetes, etc.

Es recomendable consultar a los especialistas para saber cuál es la que nos conviene.

Tenemos ejemplos claros de las consecuencias de una mala nutrición, ya que como nos señala la Organización Mundial de la Salud, la mal nutrición es una de las causas más importantes consideradas como factores claves de mortalidad en el mundo, y por supuesto, en los países menos desarrollados, donde un porcentaje elevado de su población sufre enfermedades o, en el peor de los casos, fallece a consecuencia de una mala nutrición.

Cocinar en campamento es un verdadero arte que todo guía y scout debe aprender.



Aprende a cocinar y planea un concurso en donde participe la patrulla, o toda la tropa. SERÍA GENIAL SER UN MASTER CHEF DE PATRULLA.



COCINA



Jamón y huevos fritos al amanecer sobre un fogón, fruta fresca, semillas y pasas a media tarde. Un horno lleno de panecillos dorándose sobre las brasas al final de un ajetreado día de trabajo. Los alimentos al aire libre te dan energía para los días llenos de acción. Te ayudan a mantenerte caliente por la noche. Cuando el cielo se vuelve tormentoso o estés cansado, una comida sustancial puede levantar el ánimo y dar energía a tu Patrulla.

En una excursión, te puedes llevar tu comida, algunos alimentos energéticos y mucho líquido. Para aventuras más largas, cocina alimentos en una cocina para campamento o en una fogata. Te divertirás también al colaborar con los demás en tu patrulla para preparar comidas deliciosas, sanas y llenadoras.

Saber cocinar no sólo es útil para ir de campamento. Es una habilidad que te servirá toda la vida y que te brindará independencia por los años venideros y mucha alegría al preparar ricos platillos para ti y para los demás.

Una forma de practicar el arte de cocinar es ayudando en casa a preparar las comidas para la familia. Seguir las instrucciones de las recetas en tu propio hogar y saber cuándo un platillo está listo, es una fantástica manera de volverte un buen chef una vez de excursión.

Ya sea que los ingredientes sean frescos para una cena al aire libre o a base de alimentos secos que hayas traído en un largo recorrido con mochila, sólo con algunos pasos, unas cuantas especias y el deseo de probar algo nuevo, puedes lograr un festín para el campamento que recordarás tanto como la aventura por sí misma.



MASTER CHEF GUÍA Y SCOUT

Es un concurso en el que deben crear las mejores recetas para campamento, la forma de hacer y el sabor suave y esponjoso que deseen buscar para las nuevas recetas de la patrulla.



MENÚS

Una vez que sepas cuántas comidas necesitas, apuntá lo que vas a preparar. Estas recetas te darán algunas ideas.

Haz la lista de todos los ingredientes para cada platillo.

Usá la Tabla de Tamaños de porciones para determinar las cantidades necesarias de acuerdo al el número de personas que comerán juntas.

No olvidés los aderezos y otros ingredientes que podás necesitar, como aceite para cocinar, miel o azúcar, sal y pimienta y otras especias.

1. VARIEDAD

Asegurate de que tu dieta contenga frutas, verduras, granos, aceites y carne.

Incluir estos alimentos garantizan contar con los minerales, nutrientes y vitaminas que tu cuerpo necesita.

2. CONTROLÁ EL TAMAÑO DE TUS PORCIONES

Procurá colocar suficiente para quitar el apetito, no más que eso.

Es mejor servirse un poco más si se queda con hambre, que desperdiciar la comida.

3. COMÉ EN CALMA

Su cuerpo necesita cierto tiempo para darse cuenta que está satisfecho por eso es recomendable que, a la hora de alimentarte, lo hagas con detenimiento y que mastiques bien. De lo contrario, puede que comas de más.

4. USA ALIMENTOS COLORIDOS

Las frutas y verduras de colores tienen nutrientes, minerales y antioxidantes y los vegetales verdes calcio, magnesio, hierro, potasio, zinc y vitaminas A, C, E y K.

5. NO CONSUMÁS ALIMENTOS DEMASIADO AZUCARADOS

Éstos tienen pocos nutrientes y harán fluctuar tus niveles energéticos.

6. HIDRÁTATE

Es aconsejable beber entre siete y ocho tazas diarias de agua ya que el 75% de nuestro cuerpo es de ese líquido.

Quienes no tienen esa costumbre, suelen tener dolores de cabeza.



Caja de especias

- Las especias útiles para el campamento incluyen: sal, pimienta, chile en polvo, tomillo, orégano, ajo deshidratado en hojuelas, hojas de laurel y canela.
- Llevá las especias en bolsitas de plástico con cierre y coloca luego todos los contenedores en un saco de compresión.



Otros artículos que podés necesitar son:

- Condimentos como la salsa de tomate, mostaza, pepinillos encurtidos, aderezo para ensaladas.
- Ingredientes para hornear como harina, miel, azúcar y mantequilla o margarina.
- Alimentos para untar o endulzar como mermelada, jalea, crema de maní y miel entre otros.

Costo por persona

- Llévate la lista a la pulpería, apuntá los precios de lo que necesitás comprar.
- Calculá el costo por guía o scout añadiendo los costos y dividiendo luego la suma por el número de personas que vayan a la excursión o campamento.



Empacar la comida

- Muchos alimentos se venden en envases de cartón o plástico. Reduce el peso y volumen de los artículos al deshacerte del empaque adicional antes de salir.
- Llevá sólo la cantidad que necesitás de cada ingrediente para las comidas planeadas y colocalo en una bolsa plástica.
- Escribí el nombre y la cantidad del ingrediente en una etiqueta y pegala a la bolsa.
- Volvé a colocar los ingredientes empacados para cada comida en una bolsa más grande. Incluí las recetas.
- Sacá la bolsa al llegar al campamento, tendrás juntos los ingredientes e instrucciones para una comida.

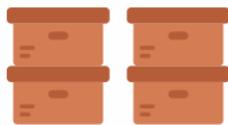




TABLA DEL TAMAÑO DE PORCIONES

La cantidad por porción es una indicación aproximada para usar el planear los menús. Por ejemplo, cuando tu patrulla planea una cena con espaguetis, necesitarás unas tres onzas de pasta por guía o por scout. **Si hay ocho miembros en la patrulla, entonces:**

8 GUIAS O SCOUTS X 3 ONZAS = 24 ONZAS DE ESPAGUETIS

Verificá el peso en los paquetes de espaguetis y reuní la cantidad que necesitá llevar al campamento.

GRANOS (pan, harina y pasta) CANTIDAD POR PORCIÓN

Pan	2 a 4 onzas
Arroz integral	½ taza no cocido
Cereales fritos	2 onzas
Galletas	2 onzas
Cereales calientes (avena cocida)	2 onzas
Arroz instantáneo	1 ½ onzas
Macarrones	3 onzas
Fideos	3 onzas
Mezcla para panqueques	3 onzas
Mezcla para pudín	1 ½ onzas
Fideos estilo ramen	1 sobre (3 onzas)
Espagueti	3 onzas
Arroz blanco	½ onzas

VERDURAS Y FRUTAS CANTIDAD POR PORCIONES

Manzanas	1
Repollo fresco	½ de cabeza
Zanahorias, frescas	1
Elote (maíz), fresco	1 mazorca
Fruta, enlatada	5 o 6 onzas
Fruta, seca	2 onzas
Fruta, fresca	1 o 2 onzas
Jugo	1 taza
Cebolla, fresca	1 mediana
Naranjas	1
Papas, deshidratadas	2 onzas
Papas, frescas	2 medianas
Mezcla para sopa	1 sobre individual
Sopa, condensada	1 o 2 porciones por lata de 15 onzas
Tomates	1
Verduras, enlatadas	4 onzas
Verduras, deshidratadas	½ onzas

CARNES

Aves, pescado, frijoles, huevos, frutos secos	CANTIDAD POR PORCIÓN
Tocino	2 onzas (3 o 4 lonchas)
Carne de res.	3 onzas
Pollo, enlatado	3 onzas
Pollo fresco	12 onzas
Huevos, frescos	2
Pescado	3 onzas
Jamón, precocido	3 onzas
Carne molida	4 onzas (1 hamburguesa)
Salchichas "hot dog"	4 onzas (2 salchichas)
Frutos secos.	2 onzas
Costillas de cerdo	4 onzas
Bistec	6 a 8 onzas
Carne para estofado	4 onzas

LECHE Y QUESO CANTIDAD POR PORCIONES

Queso	2 onzas
Chocolates, instantáneo	1 sobre individual
Leche fresca	1 pinta (2 tazas)
Leche en polvo	2 mazorca



RECETAS



Desayuno:



El desayuno es la comida más importante ya que les aportará mucha energía para afrontar las actividades, lo más común de hacer para el desayuno:

- **Huevos**, les puedes adicionar salchicha, tocino o jamón, aunque eso depende de cada persona o grupo. Para tomar puede ser un rico chocolate y acompañado por una rodaja de pan.
- **Cereales** pero asegúrate de mirar que sean suficientes para todos, igual que la leche.
- **Gallos de chorizo y huevo**: envuelve el chorizo y el huevo en una tortilla.



Almuerzo y cena:



ESTAS COMIDAS SON ESENCIALES, NOS APORTAN LA ENERGÍA PARA EL RESTO DEL DÍA

- Una comida muy fácil para el almuerzo es el “pastel de carne scout” que consiste en coger un trozo de papel aluminio y untarle mantequilla a todo el papel después de eso se pone un trozo de carne, plátano maduro, papa, cebolla, tomate y sal.
- Otros que nunca pueden faltar son: pasta, arroz con atún, perro caliente o hamburguesa, pizza scout, sopas instantáneas y la comida enlatada, y no olvidemos el refresco.

Merienda:

Las meriendas suelen ser fruta, unas galletas, barras de granola, postres de gelatina, yogurt y algo de tomar.

Postre:

El postre no es una comida que siempre se de en los campamentos, pero puede hacerse para que todos participen. Unos de estos son:

- Malvaviscos, que acompañados de una fogata quedan perfectos, se pueden derretir y poner sobre una galleta.
- El “postre de baloo” que es poner un banano sin cáscara dentro de un trozo de papel aluminio hacer un corte en la mitad y rellenarlo con bocadillo y queso, cerrarlo y ponerlo en la fogata un tiempo.
- El pan de cazador, también le puedes agregar pedazos de chocolate para que quede más rico.



7

**COCINA
Y
NUTRICIÓN**

"Nuestros cuerpos son lo más preciado que tenemos en la vida; aliméntalos con comida sana", Anónimo.

**Segué avanzando,
tus nuevos temas son:**



**ASÍ LO
LOGRÉ::**



ACECHO Y OBSERVACIÓN

Acercarse a los animales sin que sepan que estás ahí es un arte muy antiguo. Los indígenas fueron maestros en este arte, les permitió conseguir sus alimentos con mayor facilidad. Este arte también lo puedes aplicar con tus compañeros de patrulla.

Sabés... ¿el robo banderín?, ¿observar al dirigente?

Investigá y aprende algunos juegos que podrás poner en práctica en el próximo campamento de patrulla o en la tropa. Proponlo en una Asamblea de tropa...



¡APROVECHÁ ESTA GRAN OPORTUNIDAD!



Las especialidades te ayudarán a descubrir muchos temas, habilidades y conocimientos. **¿Qué te parecen estas?:**



ARBORIZACIÓN
REFORESTACIÓN



BIOLOGÍA
BIOGEOGRAFÍA



BOTÁNICA
USO DE PLANTAS
MEDICINALES



ORNITOLOGÍA
IDENTIFICACIÓN
DE AVES



ECOLOGÍA



ENTOMOLOGÍA



GEOLOGÍA



CAMINATA EN EL BOSQUE
SENDERISMO



GEOGRAFÍA



ESCALADA



EXCURSIONISMO



EXPLORACIÓN

PRÁCTICAS DE ACECHO POR PATRULLAS



¡Demuestra tu valor! Adaptá el color de los vestidos al del fondo, enviando a un guía o scout a unos 500 metros de distancia, para que se pare frente a diferentes fondos, hasta que encuentre uno semejante a sus vestidos. El resto de la patrulla observará y tomará nota de cómo se hace invisible cuando escoge el fondo adecuado; algún guía o scout, vestido de gris, si se para frente a unos arbustos de color oscuro, se hará muy visible; pero ya no lo será tanto si se coloca frente a una roca del mismo color o frente a una casa. Un guía y scout vestido de oscuro se hace muy visible en un campo verde, pero no así colocado frente a una puerta abierta, sobre el fondo oscuro del interior.

Demuestra también el efecto del movimiento. Pedí a varios guías y scouts que se oculten medianamente entre arbustos y mostrá cuán difícil es dar con ellos mientras permanecen quietos.



Jaguar, Parque Nacional Tortuguero.

Practicá cambiar rápidamente de escondite; arrastrate en zanjas, detrás de unas lomas y de un arbusto a otro.

Ensayá acechar durante el crepúsculo. Algunos de los juegos propuestos pueden practicarse en la tarde, o en la noche.

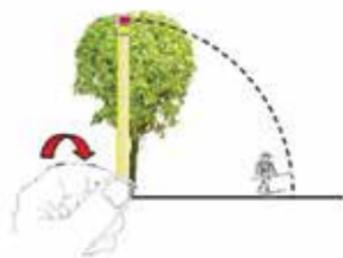
No te precipités a ensayar en una tarde muy oscura.



Apreciación de distancias y alturas

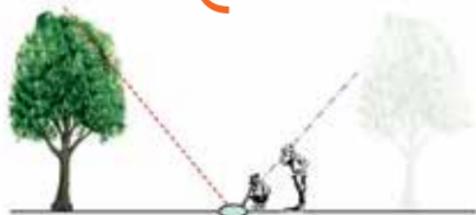
Un buen observador debe estar en capacidad de estimar, con cierta precisión, las distancias y las alturas. Existen varios métodos que puedes utilizar para conocer distancias y alturas, ya sean cortas o largas.

Poder calcular aproximadamente la longitud de un camino a recorrer, trepar un árbol, o atravesar un río, es muy importante; ya que el conocimiento de estas medidas te permitirá hacer croquis del terreno, administrar tus capacidades y vivir en plena aventura.



MÉTODO DEL LENADOR

Tomá una vara o un lápiz y desde la distancia vas a empatar la altura del árbol con la punta de nuestra vara o lápiz; solo girá la mano a manera que la vara caiga, simulando que el árbol ha sido derribado; solicitá a otro guía o scout que te ayude a colocar una marca en el lugar que viste que caería la copa del árbol y hacé la medición desde el tronco del árbol, hasta donde se colocó la marca.

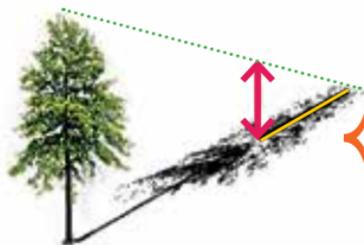


MÉTODO DE REFLEJO DE ESPEJO

Usando un espejo y utilizando la propiedad física de este para reflejar la imagen virtual de cualquier objeto, esto te dará un contra ángulo en el punto medio. Ahora colocá un espejo en el suelo, de tal manera de que con sólo inclinar la cabeza divisés la punta de la copa del árbol, al encontrar este punto tomá la medida desde la base del árbol hasta donde está situado el espejo.



MÉTODO DE LA SOMBRA



Es necesario que el árbol proyecte una sombra, necesitas usar el bordón. Debes empatar la sombra de la punta del bordón con la punta de la copa del árbol. Cuando lo logres puedes conocer 3 medidas:

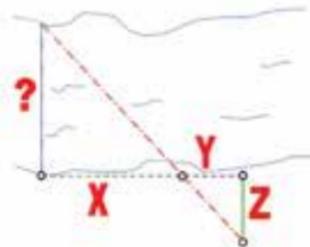
- A: de la base del tronco al extremo de la sombra del árbol
- B: la altura del bordón
- C: la sombra proyectada del bordón empatada con la proyección de la sombra de la copa del árbol.
- D: Finalmente haz un calculo de regla de 3.

MÉTODO DE SUMAR AL TURA

Pedile a una guía o scout (debés saber su estatura) que se pare bajo el árbol, vos desde lo lejos podés usar tu pulgar. El tamaño de tu pulgar deberá coincidir con la altura del guía o scout, y lo luego elevá tu pulgar de tal manera que coloquéis al mismo compañero de manera imaginaria sobre sus propia cabeza y repetilo hasta llegar a la copa del árbol. Finalmente solo multiplicá el número de veces que levantaste el dedo por la altura del compañero.

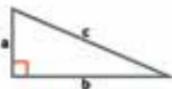


MÉTODO TRIGONÓMETRICO



Para medir el ancho del río, es necesario conocer 3 medidas y mediante el cálculo de la regla de 3 podés conocer el ancho del río. La ventaja de este método es que se puede usar la relación de ángulos con los triángulos rectángulos, este sistema de medición puede ser empleado no sólo para medir ríos, sino también barrancos. Para esto se sugiere usar una brújula lentística o de precisión, para apoyarte a conocer los ángulos, con los cuales podés usar el principio de Pitágoras:

$$C^2 = A^2 + B^2$$





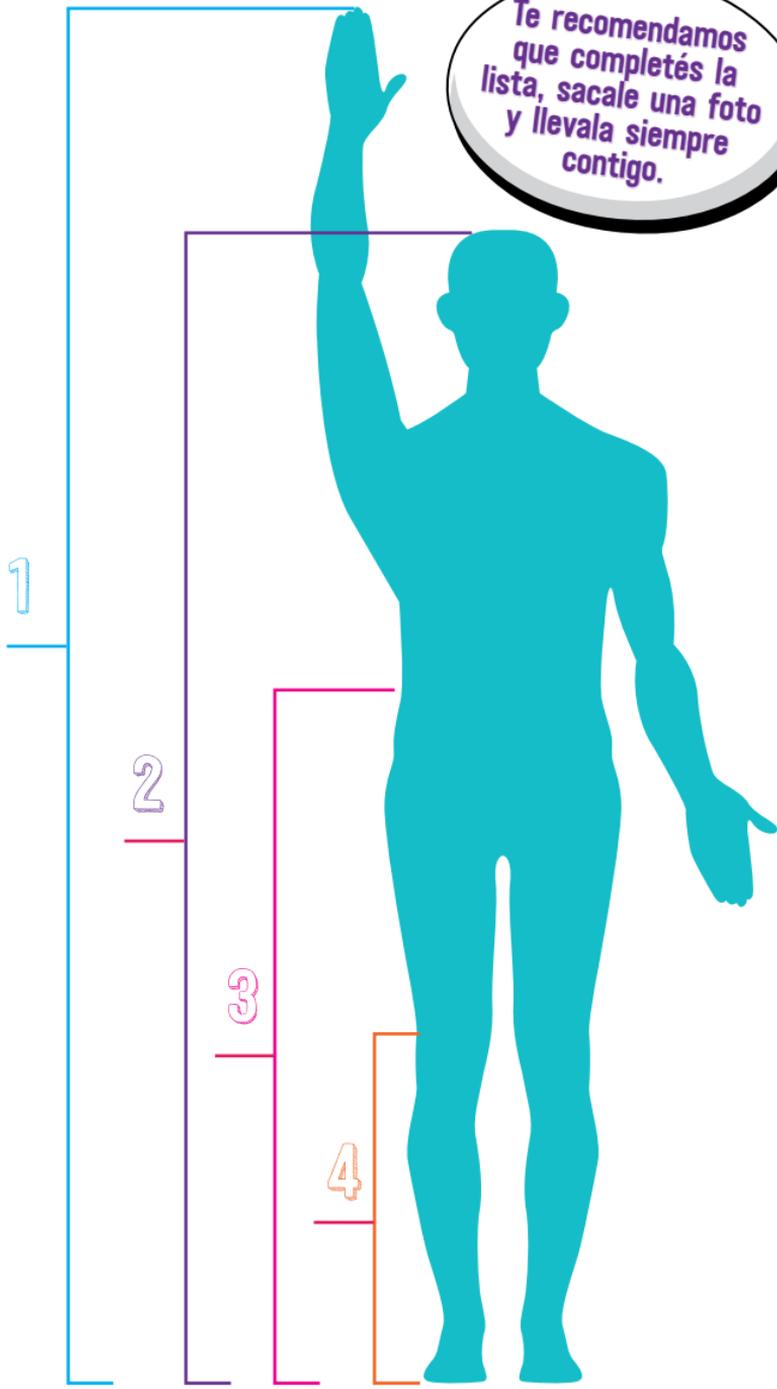
DIMENSIONES DE TU CUERPO

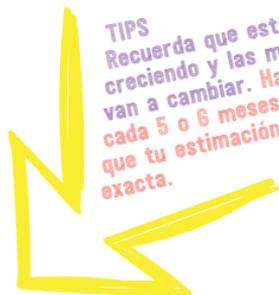
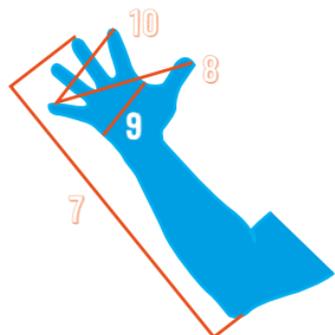
El primer paso en la práctica de estas técnicas es el conocimiento de las dimensiones de tu cuerpo, las cuales te servirán para calcular otras longitudes.

1. Estando de pie y con la vista al frente, estirando los brazos hacia arriba, desde tu puño hasta el piso
- 2) Desde tu coronilla (cabeza) hasta el piso
- 3) En la misma posición, desde tu ombligo hasta el piso
- 4) De pie, desde tu rodilla hasta el piso
- 5) Extendé tu brazo hacia el frente, desde la punta de tu dedo medio hasta la espalda
- 6) Brazos extendidos lateralmente, de la punta del dedo medio de la mano derecha hasta la punta del dedo medio de la mano izquierda



Te recomendamos que completes la lista, sacale una foto y llevala siempre contigo.





TIPS
Recuerda que estás creciendo y las medidas van a cambiar. Hazlo cada 5 o 6 meses, para que tu estimación sea más exacta.

7) Extendida la mano, desde la punta de tu dedo medio hasta el codo

8) Cuarta, va desde la punta de tu dedo meñique hasta la del pulgar

9) Ancho de la palma de tu mano

10) Distancia entre la punta de tu meñique y el índice



11) Medida de tu pie descalzo

12) Medida de tu pie con calzado, preferiblemente con el que usas más corrientemente para caminatas

13) Medida de tu paso normal en caminatas y excursiones

8

**ASECHO
Y
OBSERVACIÓN**

"La observación es una ciencia pasiva, la experimentación es una ciencia activa" Claude Bernard.
Nuevos retos de frente vamos te vas a sorprender de todo lo que puedes descubrir con esta información.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**



COMUNICACIONES

El uso de las TIC representa una variación notable en la sociedad y a la larga un cambio en la educación, en las relaciones interpersonales y en la forma de difundir y generar conocimientos.

Que chiva sería tener un blog para la patrulla, en donde pueden tener los datos más importantes.

¡Intentalo!



Además pueden avanzar con tus especialidades



INFORMÁTICA



COMUNICACIONES



ESCRITURA

TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN (TICs)



INTERNET: Podríamos decir que Internet está formado por una gran cantidad de ordenadores que pueden intercambiar información entre ellos. Es una gran red mundial de ordenadores. Los ordenadores se pueden comunicar porque están unidos a través de conexiones y gracias a que utilizan un lenguaje o protocolo común, el TCP/IP.

CORREO ELECTRÓNICO: El correo electrónico o email es el servicio más utilizado de Internet junto con la Web. El email tiene muchas similitudes con el correo tradicional. Un mensaje es enviado por el remitente al destinatario.



CHAT: Podemos mantener una conversación con otras personas en tiempo real a través de Internet. Mientras que en el correo hay que esperar un tiempo para ver la contestación, en el chat la respuesta es instantánea.

SMS: Los mensajes cortos o SMS (Short Service Message) es un servicio de los teléfonos móviles GSM, que también se pueden enviar por Internet. Entre sus ventajas está su bajo precio y que no necesitan que el móvil destinatario esté encendido o con cobertura en el momento de enviar el mensaje.



VIDEOCONFERENCIA: Permite establecer una comunicación a través de Internet utilizando imágenes de vídeo y sonido en tiempo real. Se necesita disponer de un ordenador con cámara de vídeo para poder enviar imágenes, así como un micrófono. Para recibir sonido son necesarios unos altavoces y para recibir el vídeo sólo se necesita un monitor convencional.

BLOG O MICROBLOG: Un Blog o Bitácora es una página web que contiene una serie de entradas de texto o artículos que se actualizan de forma periódica. El texto más actual se coloca en primer plano para que sea lo primero que vean los visitantes al entrar en la página.

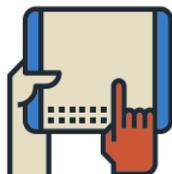


FOROS: Los foros están compuestos por grandes sub-apartados temáticos, cada uno de estos apartados trata un área de conocimiento diferente.



LISTAS DE CORREO WEB: Desde los programas de correo como Outlook se puede agrupar direcciones de correo formando una lista, de esta forma podemos enviar un mensaje a todas las personas de la lista a la vez.

TABLET: Es un tipo de computadora portátil, de mayor tamaño que un smartphone o una PDA, integrado en una pantalla táctil (sencilla o multitáctil) con la que se interactúa primariamente con los dedos o un puntero, sin necesidad de teclado físico ni ratón. Estos últimos se ven reemplazados por un teclado virtual y, en determinados modelos, por una mini-trackball integrada en uno de los bordes de la pantalla.



TELEFONÍA FIJA: El método más elemental para realizar una conexión a Internet es el uso de un módem en un acceso telefónico básico. A pesar de que no tiene las ventajas de la banda ancha, este sistema ha sido el punto de inicio para muchos internautas y es una alternativa básica para zonas de menor poder adquisitivo.

TELEFONÍA MÓVIL: A pesar de ser la más reciente, en todo el mundo se usa más que la telefonía fija. Se debe a que las redes de telefonía móvil son más fáciles y baratas de desplegar.



TELEVISOR: El televisor es el dispositivo que tiene el grado de penetración más alto en los hogares. A pesar de la alta tasa en todos los países, hay algunas diferencias de origen cultural. Por esta alta tasa de penetración, durante mucho tiempo se consideró que podría ser el dispositivo estrella del acceso a la sociedad de la información.

COMPUTADORAS: Es una máquina que recibe y procesa datos para convertirlos en información conveniente y útil que después se envían a las unidades de salida. Un ordenador está formado, físicamente, por numerosos circuitos integrados y otros muchos componentes de apoyo, extensión y accesorios, que en conjunto pueden ejecutar tareas diversas con suma rapidez y bajo el control de un programa (software).



CONSOLAS DE JUEGO: Una vídeo consola de videojuegos o consola de videojuegos es un sistema electrónico de entretenimiento para el hogar que ejecuta juegos electrónicos (videojuegos) contenidos en cartuchos, discos ópticos, discos magnéticos, tarjetas de memorias o cualquier dispositivo de almacenamiento.

9

COMUNICACIONES

"El arte de la comunicación es el lenguaje del liderazgo" James Humes. Seguimos con estos importantes formas de comunicarnos:

ASÍ LO LOGRÉ::



NAVEGACIÓN TERRESTRE

“La conciencia es
la brújula del hombre”,
Vincent Van Gogh.

Tenemos un nuevo reto en frente ...

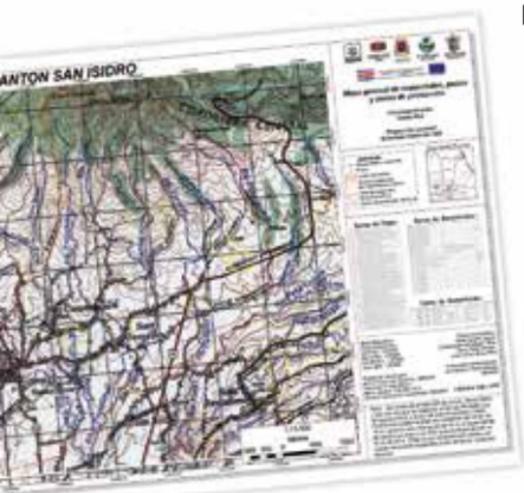
Vamos a dibujar un pequeño
mapa del pueblo donde
vivimos, pero usando la
simbología que en este
capítulo te vamos a mostrar.



Hojas Cartográficas

Un mapa es una representación gráfica y métrica de una porción de territorio generalmente sobre una superficie bidimensional, pero que puede ser también esférica como ocurre en los globos terráqueos.

El que el mapa tenga propiedades métricas significa que ha de ser posible tomar medidas de distancias, ángulos o superficies sobre él y obtener un resultado que se puede relacionar con las mismas medidas realizadas en el mundo real.

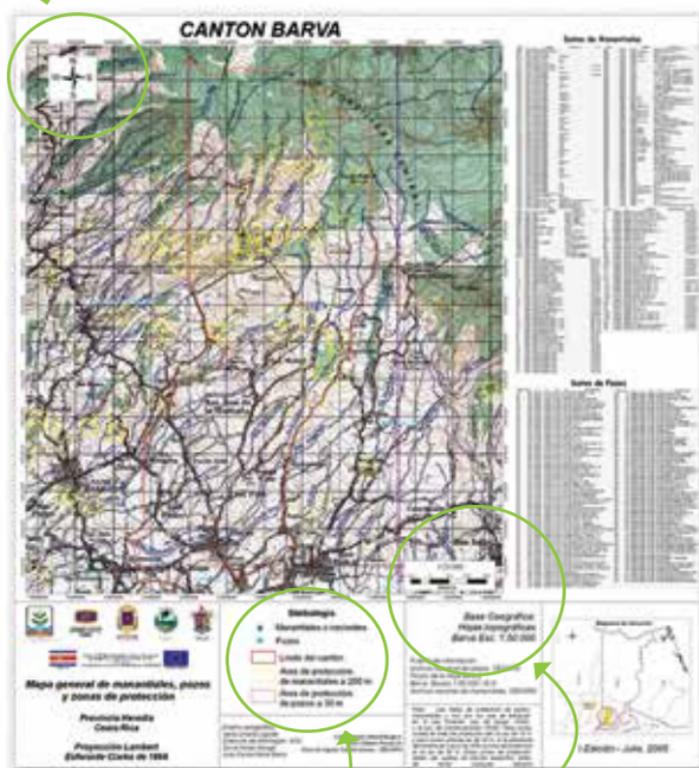


Para que un mapa común se puede convertir en una carta u hoja cartográfica debe contener una serie de elementos característicos:



- **GRAN CANTIDAD DE DETALLES** hasta tal punto pretende ser preciso y exacto que cualquier elemento de más de un metro de profundidad, espesor o altura vienen representados en el mapa. Rocas, caminos cortados, tendidos eléctricos, sendas, vaguada, caminos, límites de vegetación, arroyos, árboles aislados, agujeros, etc.

- **LAS FLECHAS NORTE** son líneas auxiliares que recorren el plano de Sur a Norte y no sirven para llevar el mapa orientado y tomar rumbos con la brújula. Suelen ser de color azul o negro.



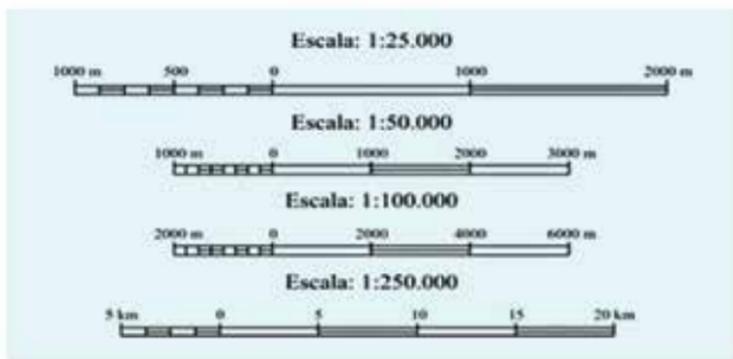
- **LA SIMBOLOGÍA**, es internacional, así que cualquier mapa de orientación de una parte del mundo puede ser interpretado por orientadores de cualquier nacionalidad.

- **LA ESCALA**, es decir la relación existente entre la distancia entre dos puntos representados en el mapa y la habida en el terreno entre esos dos mismos puntos”.



ELEMENTOS:

LA ESCALA



Todos los mapas llevan una escala que señala la relación entre el tamaño del terreno y el tamaño del mapa. Se distinguen dos tipos de escalas:

1. **Numérica.**
2. **Gráfica**

1. La **escala numérica** viene determinada por un quebrado, de tal forma que el numerador representa la medida en el plano y el denominador representa la medida del terreno, ambos medidos en centímetros. Por ejemplo:

- $1:200.000$ = 1 cm en el mapa son 2.000 metros en el terreno.
- $1:100.000$ = 1 cm en el mapa son 1.000 metros en el terreno.
- $1:50.000$ = 1 cm en el mapa son 500 metros en el terreno
- $1:25.000$ = 1 cm en el mapa son 250 metros en el terreno.
- $1:15.000$ = 1 cm en el mapa son 150 metros en el terreno.
- $1:10.000$ = 1 cm en el mapa son 100 metros en el terreno.
- $1:5.000$ = 1 cm en el mapa son 50 metros en el terreno.
- $1:2.000$ = 1 cm en el mapa son 20 metros en el terreno.

Las escalas más frecuentes en los mapas de orientación son 1:15.000 y 1:10.000.

2. La **escala gráfica** nos da una imagen que podemos comparar con una regla o un pedazo de pabilo para medir las distancias lineales en el plano.

Leyendas o simbología de un MAPA DE ORIENTACIÓN



Para identificar mejor las distintas características y elementos del terreno representado en un mapa, los símbolos topográficos suelen imprimirse en varios colores.

LEYENDA	
	Autopista/ Carretera asfaltada.
	Carretera estrecha.
	Camino carretera.
	Senda grande/ Pequeña.
	Senda poco visible.
	Vía de tren.
	Línea eléctrica Alta/ Baja Tensión.
	Muro de piedra/ en ruinas/ impasable.
	Cerca o vallado, pasable/ impasable.
	Casa.
	Ruina, grande/ pequeña.
	Cortado o escarpadura.
	Piedra grande/ pequeña.
	Grupo de piedras.
	Terreno con piedras, rocas.
	Afloramiento rocoso.
	Curva de nivel, altura pequeña.
	Curva de nivel auxiliar.
	Cortado de tierra.
	Foso hecho, grande/ pequeño.
	Foso natural, grande/ pequeño.
	Muro de tierra grande/ pequeño.
	Surco de erosión grande/ pequeño.
	Lago, tierra pantanosa, no pasar.
	Tierra pantanosa.
	Tierra pantanosa difusa.
	Río, no se puede pasar/ se puede pasar.
	Arroyo con puente/ sin puente.
	Arroyuelo.
	Tierra pantanosa estrecha.
	Pozo/ manantial/ agujero de agua.
	Límite de vegetación.
	Terreno abierto/ irregular.
	Terreno abierto/ irregular con árboles.
	Bosque. Carrera fácil/ difícil.
	Bosque. Carrera muy difícil/ intransitable.
	Vegetación baja. Carrera difícil/ muy difícil.
	Terreno de cultivo/ Frutales/ viñedo.
	Límite de cultivo.
	Árbol aislado o característico.
	Mojón / Objeto singular.
	Torre alta/ baja.
	Zona privada/ prohibida.

MARRÓN: Señala todo lo referente al relieve.

- Curvas de Nivel.
- Hoyos en el terreno.
- Montículos...

NEGRO: Señala todo aquello que ha creado el hombre (detalles artificiales). En este color también se representan las piedras, cortados...

- Iglesias.
- Granjas.
- Vallas, carreteras, autopistas...
- Puentes.

AZUL: Se representan las zonas de agua.

- Ríos.
- Lagos.
- Pantanos.
- Fuentes.

VERDE: Se representan las zonas de vegetación.

- Cuanta más intensidad tenga el color verde mayor será la espesura de la vegetación.
- Las zonas de bosque accesible van en color blanco.

AMARILLO: Se representa las zonas de terreno abierto, terrenos de cultivo...

MORADO: Se representan los puntos de control, abastecimiento, pasos obligatorios, primeros auxilios...



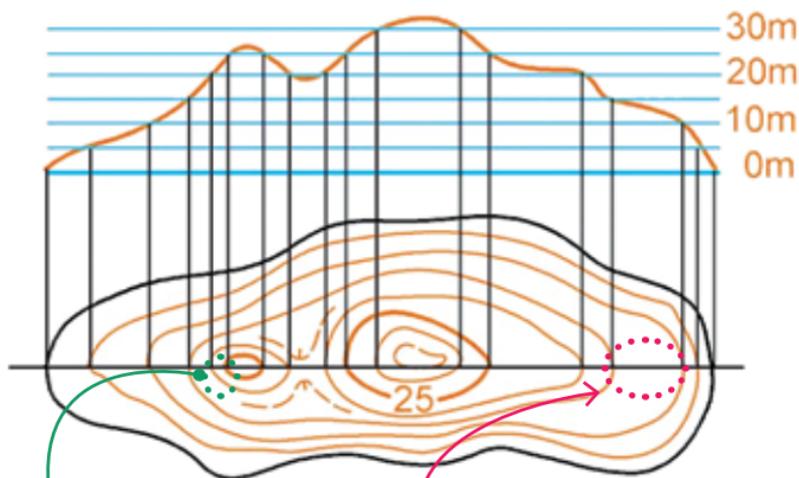
CURVAS DE NIVEL

Para representar el relieve de un terreno se utilizan las curvas de nivel.

Este sistema consiste realizar cortes horizontales del terreno en una serie de planos, paralelos entre sí, a la mismas distancias unos de otros.

La base de los cortes que se hace en el terreno se plasma o proyectan sobre el plano formando las curvas de nivel tienen la misma distancia entre los cortes de los planos (generalmente son 100 metros de curva a curva).

Esta distancia entre las líneas nos puede indicar:



• Cuando las curvas de nivel se juntan, el terreno tiene una mayor pendiente.

• Cuando las curvas de nivel se separan, el terreno tiene menor pendiente.

A top-down view of a map with a black compass resting on it. A red star marker is placed on the map to the right of the compass. The map shows various geographical features like roads, rivers, and place names.

Orientación

MAPA Y BRÚJULA

Un orientador puede emplear la brújula para muchos fines, pero son básicamente estos los usos que más se le dan a la brújula:

- Determinar un rumbo.
- Correr manteniendo un rumbo.
- Orientar el mapa.

DETERMINAR UN RUMBO

Tenemos que elegir una ruta, por ejemplo, desde el punto de salida hasta el control o punto 1.

Colocamos uno de los cantos más largos de la brújula o una línea de dirección los dos puntos (de donde nos encontramos a dónde queremos ir).

Con la base de la brújula firmemente apoyada, giramos el limbo hasta que las líneas norte-sur de su interior sean paralelas a los meridianos norte-sur del mapa.

Importante: la flecha norte del limbo debe estar dirigida al norte del mapa (si la llevásemos al sur, la dirección sería la contraria).



Se levanta la brújula del mapa y se mantiene en la mano, nivelada horizontalmente. Giramos sobre nosotros hasta que el norte de la aguja coincida con la flecha norte del limbo. La dirección a seguir nos vendrá dada por la flecha de dirección.



CORRER MANTENIENDO EL RUMBO

Una vez hallado el rumbo donde se encuentra el punto hacia donde queremos dirigirnos se emplea la brújula de la siguiente forma:

La mantenemos nivelada horizontalmente en nuestra mano y apuntando a la dirección que tenemos que seguir nos aseguraremos de que la aguja magnética coincide con la flecha norte y ambas señalan el norte con relación al mapa.

A continuación, una vez observado en la brújula donde señala la flecha de dirección levantaremos la vista y trataremos de localizar un objeto destacable en el terreno (árbol, piedra...) tan lejos como sea posible.

Para aproximarnos hasta el objeto se tratará de elegir la ruta más sencilla y tratar de evitar obstáculos que puedan desviar la atención del orientador puesta en el objeto.

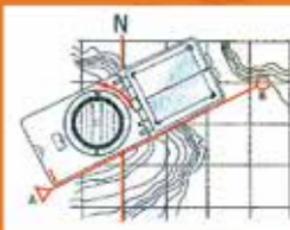
Una vez llagado hasta el objeto o elemento del terreno, repetiremos la operación hasta alcanzar el punto deseado.

ORIENTAR EL MAPA

Este proceso consiste en colocar el mapa de tal manera que, desde el lugar donde estemos situados, los detalles del mapa estén alineados con los del terreno.

Esto se realiza con la brújula del siguiente modo:

1. Colocamos la brújula sobre el mapa, frente a nosotros, con la aguja magnética próxima a un meridiano del mapa.
2. A continuación, giramos la brújula y el mapa junto hasta que la aguja se encuentre paralela con los meridianos y el norte de la aguja esté dirigido hacia el norte del mapa.
3. Levantamos la brújula sin mover el mapa de la posición en que estaba, y éste (mapa) que ya orientado.



Una Guía y un Scout preparado en el arte de la orientación debe mantener siempre su mapa orientado con el terreno, esto le ayudará a poder identificar en cualquier momento el lugar donde se encuentra, a tomar todas las decisiones exactamente y con mucha mayor rapidez.

10

**NAVEGACIÓN
TERRESTRE**

"La conciencia es la brújula del hombre"-Vincent Van Gogh.

Anteriormente conocimos aspectos básico ahora subimos de nivel:



**ASÍ LO
LOGRÉ::**



SALUD Y BIENESTAR



Atender una emergencia se debe estar preparado, y siendo Guías y Scout es importante que nos preparemos, con los conocimientos mínimos.

Busca ayuda en el puesto de Cruz Roja o con los paramédicos, para que puedan recibir un taller o curso de Primeros Auxilios.

Luego presenta a tu patrulla el proyecto para que sea aprobado y lo lleses a la práctica.

Pídele ayuda a tu Guía de Patrulla para presentar el proyecto.



Siempre listos para emergencias

Con la ayuda de tus padres o tutor, tu botiquín de primeros auxilios puede convertirse en parte de un equipo de preparación para emergencias más grande que incluya:



- **Linternas**
- **Radio operado con baterías o a manivela**
- **Suministro de agua potable para tres días**
- **Alimentos no perecederos**

Tener estos artículos a la mano preparará a tu familia para tormentas, inundaciones, apagones y otras emergencias.

TIP DE SALUD

Antes y después de tratar lesiones lavate las manos con jabón y agua o utilizá un limpiador que requiera agua.



PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS

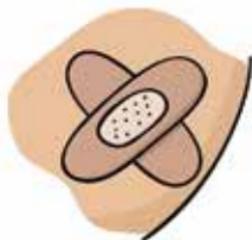


Las técnicas de rescate también pueden ser de gran ayuda para mantenerte a ti y a otros a salvo y para controlar los riesgos que puedan surgir cuando estás de excursión o acampando.

Los primeros auxilios básicos pueden usarse para atender una amplia variedad de lesiones y enfermedades menores, ya sea que ocurran durante una aventura al aire libre o cuando estés más cerca de casa.

CORTADAS Y RASPADURAS LEVES

Las cortadas y raspaduras leves y otros cortes en la piel pueden permitir la entrada de bacterias en el organismo y causar infección.



- Lavá las cortadas y raspaduras leves con jabón y agua.
- Aplicá ungüento antibiótico triple y cubrilas con gasa esterilizada y secá, colocá un curita para evitar que se infecte y proteger la herida.
- Limpiá las heridas y cambiá el apósito todos los días.

Usá guantes desechables sin látex para evitar el contacto con la sangre u otros fluidos corporales.

AMPOLLAS

Para ayudar a prevenir ampollas en tus pies cuando vayas de excursión, - usa zapatos o botas que te queden bien y que estén amoldadas a tus pies.

- Cambiate los calcetines si se mojan o están sudados.
- Utilizá guantes de trabajo puede ayudar a reducir las probabilidades de desarrollar ampollas en las manos cuando trabajes al aire libre.
- Si te sale una ampolla, no la reventés.
- Reventar una ampolla incrementa las posibilidades de que se infecte.

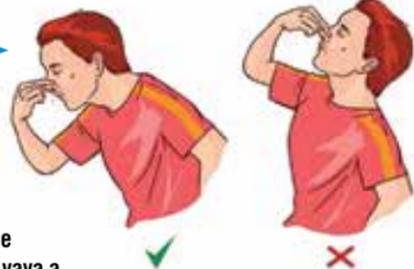


- Si se forma una ampolla en tu pie mientras vas de excursión, volocá un pedazo de molesquín un poco más grande que el área de la ampolla.
- Usá varias capas si es necesario.
- El molesquín absorberá la presión de tu bota.



HEMORRAGIAS NASALES

Un sangrado de nariz que no haya sido causado por un accidente puede parecer grave, pero la hemorragia normalmente se detendrá en unos minutos.



- Haz que la persona se siente y se incline hacia delante para que la sangre no se vaya a la garganta.
- Pídele a la persona que se apriete la nariz firmemente, pero con cuidado, y que aplique presión en el labio superior, justo debajo de la nariz. Coloca una compresa fría contra la nariz y el área alrededor.
- Después de unos diez minutos, indícale a la persona que poco a poco se suelte la nariz. Verifica que el sangrado se haya detenido.
- Si no, pídele que se vuelva a apretar la nariz y aplique presión.
- Una vez que haya parado el sangrado, dile que no irrite ni se sene la nariz. Si la hemorragia continúa por más de 15 minutos, busca atención médica.

PLANTAS VENENOSAS

El contacto con la savia aceitosa en sus hojas, tallos y raíces puede irritar tu piel y causar comezón. La savia debe estar en contacto con la piel de 10 a 20 minutos antes de empezar a causar problemas.

Si crees que has tocado una planta venenosa, aplica primeros auxilios:

- Lava el área inmediatamente con jabón y agua.
- Aplica alcohol, loción de calamina u otros tratamientos que no requieren receta médica puede ayudar a calmar la comezón.
- Intenta no rascarte.
- Si la reacción es grave, si los ojos o el área genital son afectados, o si se masticó o tragó parte de la planta, busca ayuda médica de inmediato.

Cando estás en excursión y acampada, saber cómo identificar las plantas venenosas te ayudará a evitarlas y por lo tanto a prevenir los problemas que causan.

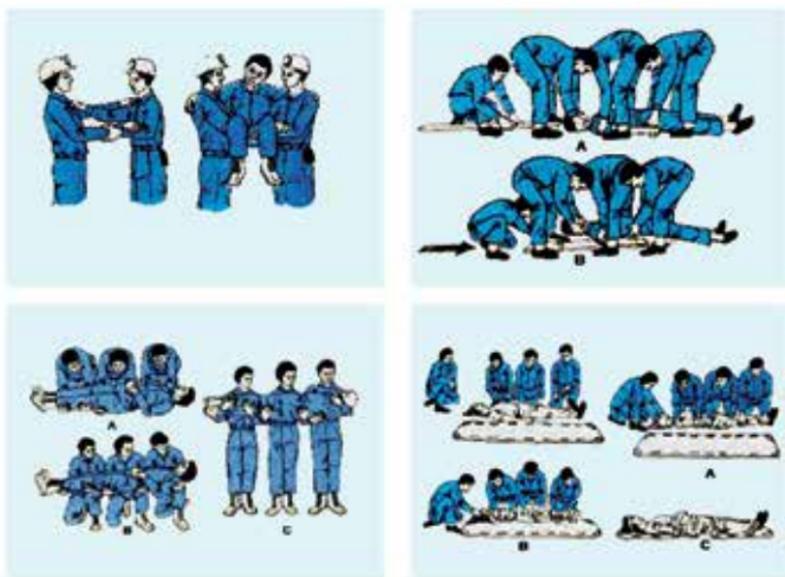
Aprovecha y obtén la especialidad de **BOTÁNICA**



LA SAVIA EN TU ROPA PUEDE AFECTAR TU PIEL.

Si entras en contacto con una planta venenosa, cámbiate de ropa lo más pronto posible y lava la ropa afectada.





En las reglas básicas de primeros auxilios te indicamos que en la medida de lo posible se eviten los movimientos a una persona lesionada; sin embargo, existen ocasiones en las que este procedimiento se hará forzoso.

- Si la persona está inconsciente por intoxicación, humo o alguna otra causa, pero en la cual tú tengas la certeza de que no tiene posibilidad de fractura, puedes moverla con cierta seguridad.
- Si sospechas de una fractura, de ser posible desliza bajo el cuerpo del herido una manta o una chaqueta larga para arrastrarlo sobre ella.
- Si debes moverlo, arrástralo a lo largo, y no de lado.
- Si es necesario levantarlo, no lo dobles elevando solamente los pies y la cabeza.
- Sostén el cuerpo de manera que lo levantes sin encorvarlo.
- Si el herido es pesado busca ayuda de otros a fin de distribuir mejor el peso.

De ser posible en una camilla, una tabla o una puerta ancha, o fabricala con un par de bordones de la misma longitud y camisas (con los botones hacia arriba) o camisetitas y usa los cinturones para sostener los pies y la cabeza.

Hay muchas maneras de transportar a un herido pero ninguna es infalible, práctica con tu patrulla y pide asesoramiento a tu Jefe de Tropa.

Aprovecha y saca la especialidad de **PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS**



CLASIFICACIÓN DE FRACTURAS



Las fracturas se clasifican en abiertas y cerradas:



FRACTURA CERRADA

No hay salida del hueso generalmente solo se puede observar deformidad, amoratamiento e hinchazón.



FRACTURA ABIERTA

Presentan la ruptura de los tejidos como la piel y lo músculos. En algunos casos se puede ver parte del hueso que sale por la herida abierta.

TRATAMIENTO DE FRACTURAS



La inmovilización es lo más importante para el tratamiento de una fractura, antes se debe controlar los sangrados que estuvieran presentes en el herido y por supuesto **alerta a los servicios de emergencia 9-1-1.**

Al evitar mover al paciente nos garantizamos que las lesiones no se agraven, reducimos el dolor y podemos hacer una mejor evaluación de las acciones tomar a la hora de ferulizar, que significa inmovilizar la fractura con algún aditamento como lo es una tablilla o férula.

La inmovilización se realizará dependiendo de la parte del cuerpo que necesite ser tratada.

El esqueleto se divide en dos grandes partes:

- Axial (cabeza y tronco)
- Apendicular (piernas y brazos)



Lo más pronto posible coloca un inmovilizador cervical, en especial si sabemos que el paciente sufrió una caída



TABLA LARGA ESPINAL

En el caso de las lesiones en columna es importante utilizar la férula larga de espalda, en caso de contar con ella la mayoría tienen inmovilizadores de cabeza y un arnés especial para fijar al paciente y así evitar que se mueva.

Una de las mejores maneras de aprender a colocar un aditamento de estos es buscar el YouTube con el siguiente patrón de búsqueda: **TRASLADO EN TABLA ESPINAL LARGA.**



INMOVILIZACIONES SEGÚN ZONA CORPORAL

MANDÍBULA

Cuando una persona presenta fractura o luxación mandibular requiere atención médica cuanto antes, ya que puede tener problemas respiratorios o hemorragia. Llame al número local de emergencias -911 - de inmediato.

- Sostenga la mandíbula suavemente en su lugar con las manos en el camino a la sala de emergencias.
- También puede envolver una venda debajo de la mandíbula y por encima de la parte superior de la cabeza.
- Dicha venda debe ser fácil de quitar en caso de que usted necesite vomitar.



VENDAJE DE BARTON: estabiliza la mandíbula temporalmente después de una fractura o de una luxación.



En la mandíbula se realizará un **VENDAJE EN FORMA DE BARBUQUEJO**



CLAVÍCULA



- Reducirla, pidiendo al paciente que lleve los hombros hacia atrás.
- Inmovilizar con un vendaje en ocho (almohadillar con algodón previamente toda la zona de vendaje).

Reducción e inmovilización en una fractura de clavícula



HOMBRO Y ESCÁPULA

- Rellena el espacio entre el brazo y el cuerpo con algodón.
- Coloca el antebrazo en ángulo con el brazo y sostener aquél con un cabestrillo, con la palma de la mano hacia dentro.
- Venda al cuerpo, sin comprimir

MÉTODOS DE INMOVILIZACIÓN DE HOMBRO:

- Férula inflable (de brazo entero).
- Dos férulas, una en el lado interno, de codo a axila; otra en el externo. Ambas deben sobresalir por debajo del codo.
- Sujetar con vendas, por encima y debajo de la lesión.
- Colocar el antebrazo en cabestrillo, con la palma de la mano hacia dentro.
- Vendar al cuerpo, rellenando los huecos entre el brazo y el cuerpo.
- Inmovilizar como HOMBRO



CODO



Inmovilizar en la posición en que se encuentre.



A. EN LÍNEA RECTA. Dos alternativas:

- Férula inflable (de brazo entero).
- Férula en cara anterior, desde axila a palma de la mano, y fijar con venda.

B. EN ÁNGULO. Dos alternativas:

- Férula inflable (de ángulo).
- Colocar el antebrazo en cabestrillo



Fijarlo al cuerpo con un vendaje que lo incluya.
En traumatismos leves, inmovilizar con vendaje.

CODO



CON FÉRULA



CON REVISTAS

Debés alinear si es necesario, aquí te damos algunas alternativas de tratamiento:

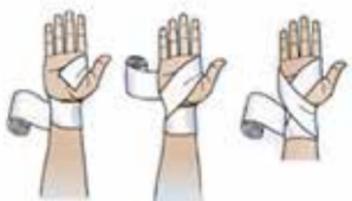
- Férula inflable (de medio brazo).
- Colocar el codo en ángulo recto con el pulgar hacia arriba:
- Usa dos férulas que vayan desde el codo a la raíz de los dedos, una sobre la cara anterior, de forma que descansa en ella la palma de la mano; la otra sobre la cara posterior y vendar.

Las férulas se pueden improvisar con unas revistas.
Sostener el antebrazo con un cabestrillo.

MUÑECA



Inmovilizar en la posición en que se encuentre.

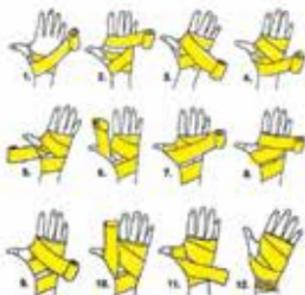


- Igual que en ANTEBRAZO.
- En caso de esguince, se puede vendar.

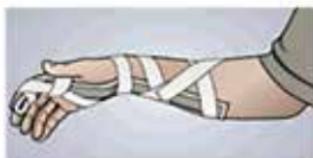
MANO

El paciente agarra un rollo de venda, para mantener los dedos en semiflexión.

- Férula desde el codo hasta los dedos, con la palma de la mano apoyada sobre ella y vendar.
- Sostener el antebrazo con un cabestrillo.



INMOVILIZACIÓN DE LOS DEDOS DE LA MANO



INMOVILIZACIÓN CON FÉRULA



INMOVILIZACIÓN CON EL DEDO VECINO

Dos posibilidades:

- Férula de aluminio maleable, desde mitad del antebrazo al extremo del dedo, fijándola con tiras de esparadrapo en espiral o con un vendaje.
 - El dedo debe quedar semi-flexionado.
- Inmovilización de dedo con férula de aluminio:
 - Inmovilízelo al dedo vecino sano con tiras de esparadrapo o con una venda.
 - Sostener la mano en cabestrillo.

COSTILLAS



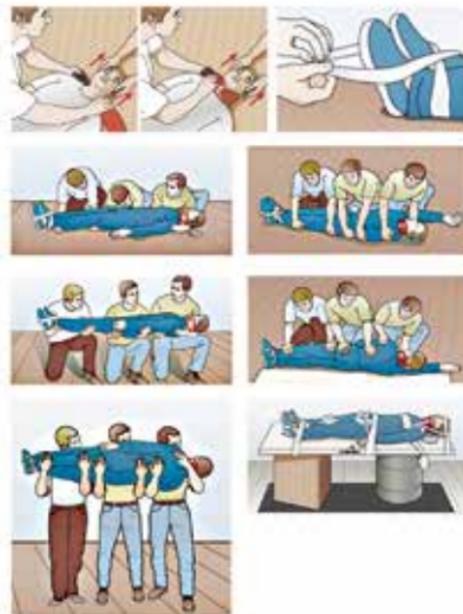
Inmovilizar en la posición en que se encuentre.

- No es necesario inmovilizar en caso de lesión o fractura de una sola costilla. Colocar al herido en la posición en que se encuentre más cómodo, semi-sentado o acostado sobre el lado lesionado.
- En caso de fractura múltiple, inmovilizar colocando un almohadillado sobre la zona fracturada y vendar alrededor del pecho.



INMOVILIZACIÓN DE FRACTURA COSTAL MÚLTIPLE COLUMNA VERTEBRAL

La idea fundamental es **MANTENER INMÓVIL AL HERIDO EVITANDO QUE DOBLE O FLEXIONE LA ESPALDA.**



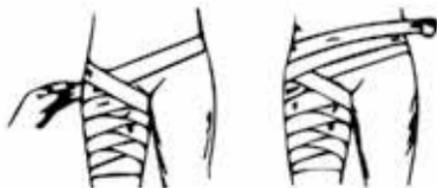
- Inmovilice el cuello
- Para manejar al herido, pida la ayuda de al menos dos personas más, una de ellas le mantendrá bien sujeta la cabeza.
- Inmovilice los pies con una venda triangular o venda normal.
- Se le moverá en bloque, girándole sobre un lado o utilizando el «método de la cuchara», a fin de colocar al herido sobre una superficie plana y rígida, en la que le inmovilizaremos.

PELVIS CADERA Y FÉMUR (MUSLO)



Dos alternativas:

Colocar al lesionado sobre su espalda, intentando alinear la pierna fracturada respecto a la sana tirando ligeramente del pie.



- Almohadillar axila, cadera, ingle, rodillas y tobillo.
- Disponer ocho vendas, seis para la pierna y dos para el tronco.
- Colocar dos férulas, una por la cara externa, de axila al talón; otra por la cara interna, de ingle al talón.
- Fijarlas con las vendas.



INMOVILIZACIÓN DE CADERA Y FÉMUR

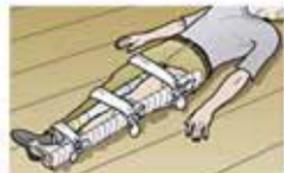
Si no disponemos de férulas, vendar el miembro inferior lesionado junto al otro, rellenando los huecos entre ambos con una manta o con almohadas.

RODILLA



De ser posible alinee la pierna tirando suavemente. Tenemos dos alternativas:

- 1• Férula inflable (de pierna entera)
 - 2• Férula posterior, desde el talón hasta el glúteo, almohadillando debajo de la rodilla y el talón.
- Fijela con vendas, sin cubrir la rodilla.
- 2• Puede utilizar la férula de Kramer.



INMOVILIZACIÓN DE PIERNA CON DOS FÉRULAS

- Férula por la cara externa: rellenar el espacio entre ambas piernas y fijarlas con vendas
- Esta forma se puede combinar con la del otro lado en caso de lesiones de ambas extremidades.

TOBILLO Y PIE



Extraiga el calzado, desabrochándolo o cortándolo, sin intentar sacarlo tirando de él.

Tenemos cuatro alternativas:

1. Férula inflable (de media pierna)
2. Férula posterior, como en la PIERNA
3. Dos férulas, como en la PIERNA
4. En caso de traumatismos leves o esguinces, usa un vendaje.



DEDOS DEL PIE

- Inmovilícelo fijándolo con esparadrapo a los dedos vecinos. No apoye el adhesivo sobre la fractura

RECOMENDACIONES

- Descansar, se debe suspender cualquier actividad física que cause dolor y se debe mantener el pie inmóvil siempre que sea posible.
- Colocá hielo en el dedo del pie por 20 minutos cada hora que esté despierto durante las primeras 24 horas; luego, de 2 a 3 veces al día.
NO apliquéis hielo directamente sobre la piel.
- Mantener el pie levantado para ayudar a reducir la hinchazón.
- Analgésicos sólo si es necesario.

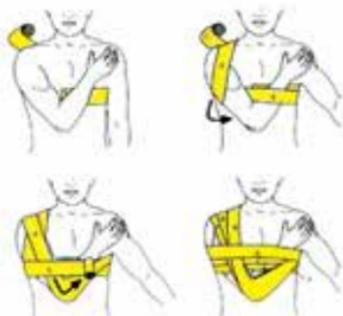
PASOS PARA HACER UN CABESTRILLO



1. Se deben curar todas las heridas antes de colocar una tablilla o un cabestrillo.

2. Para hacer un cabestrillo podemos utilizar nuestra pañoleta que tiene las medidas exactas para una persona adulta.

3. Para colocar el cabestrillo, se pone el codo de la persona en el extremo superior del triángulo y la muñeca en la mitad a lo largo del fondo del lado opuesto del mismo. Luego se llevan las puntas hacia arriba alrededor de la parte frontal y posterior del mismo hombro o del hombro opuesto y se atan o se fijan con un gancho. Se debe ajustar la altura del nudo de tal manera que el codo quede doblado en un ángulo recto.



4. Si no hay tela disponible para cortar un patrón triangular, se puede hacer un cabestrillo de un abrigo o una franela. Luego se coloca el cabestrillo tal y como aparece en las ilustraciones relacionadas con este texto. También se pueden hacer cabestrillos con cinturones, cuerdas, enredaderas muy firmes o sábanas.

5. Si se debe inmovilizar el brazo lesionado, se ata el cabestrillo al cuerpo con otro trozo de tela, envuelto alrededor del pecho, y se anuda en el lado que no está lesionado.

6. Es importante verificar de vez en cuando que el cabestrillo no esté muy templado y ajustarlo de ser necesario.

VENDAJE DE CABEZA



Antes de aplicar un vendaje de cabeza, pedí a la víctima que se siente si puede, porque así facilitará el acceso a todas las zonas de la cabeza.

Podés usarse un pañuelo triangular para sujetar un apósito sobre una lesión en la cabeza.

Usá una venda en rollo para proporcionar suficiente presión para controlar una hemorragia y para mantener un apósito sobre una herida.



- **Has un dobladillo en la base del pañuelo, colocalo sobre la cabeza con el dobladillo hacia abajo y el centro de la base por encima de las cejas del herido.**



- **Envolvé firmemente la cabeza de la persona herida con los extremos del pañuelo, pasando el dobladillo por detrás de las orejas. Cruzá los dos extremos en la nuca, por encima de la punta del pañuelo.**



- **Llevá los extremos cruzados hasta la frente, átelos en un nudo cruzado, poniendo el nudo sobre el dobladillo. Remetá el sobrante de cada extremo por debajo del nudo.**
- **Sujetá la cabeza con una mano mientras tirás de la punta del pañuelo hacia abajo para tensarlo.**
- **Pleguá la punta hacia arriba y asegurala con una gasilla, si no tenés, rematá la punta bajo los extremos cruzados.**

II

**SALUD
Y
SEGURIDAD**

"El que tiene salud, tiene esperanza;
el que tiene esperanza, lo tiene todo"

Thomas Carlyle.

Que interesante prepararse para
ayudar a los demás vamos aquí te
damos mas información.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**



CIVISMO

Los bomberos de Costa Rica tienen la misión de Brindar a la sociedad costarricense protección cuando la vida, los bienes y el medio ambiente se encuentran amenazados por incendios y situaciones de emergencias.

Investiga sobre los bomberos de tu comunidad, que hacen, que pueden hacer para ayudar a los bomberos?

Diseña un proyecto con tu patrulla de sobre como pueden ayudar y presentalo a tu Jefe de Tropa para ejecutarlo con tu patrulla.

¡Podrías obtener la especialidad de Bombero!



LOS BOMBEROS

HISTORIA DE LA BENEMÉRITA CUERPO DE BOMBEROS DE COSTA RICA

Desde 1543 se tiene conocimiento de incendios en Costa Rica. En esa ocasión los aborígenes quemaron dos poblados como protesta por los vejámenes hechos a sus Caciques. A través de los años los incendios han seguido presentes en el país, muchos de estos provocados intencionalmente como los que se presentaron en Nicoya en 1681 y en Esparza en 1687, causados por los piratas. El estado de las cosas continuó y aún en el siglo XIX, todavía Costa Rica no contaba con un grupo organizado para combatir los incendios.

1934. Bomberos permanentes en las unidades bomba Knox y carro de mangueras N°1.

Costado nordeste del parque Braulio Carrillo (San José).



La historia registra que los sucesos ocurridos en San José, el 26 de enero de 1864, a raíz de un voraz incendio en la casa propiedad de don Francisco María Iglesias, indujeron a los costarricenses para formar un cuerpo de bomberos debidamente organizado. Así de esta manera, se constituyó así el primer cuerpo de respuesta, a cargo de la Municipalidad de San José, cuya operación continuó en sus primeros años matizada con bastantes dificultades

En junio de 1913 llegó a San José una bomba construida por la fábrica Knox, de Springfield, Massachusetts en Estados Unidos, primera de sistema automotor en el país. Ese mismo año se implantó un sistema de corte militar en la organización formal de los bomberos.



1934. Bomberos permanentes en las unidades bomba Knox y carro de mangueras n.°1. Costado nordeste del parque Braulio Carrillo (San José).

Los gobernantes de la época observaron la necesidad de una mejor prevención, protección y combate de incendios y poco después de la creación del Banco Nacional de Seguros, el 29 de mayo de 1925, el entonces presidente de la República el Lic. Ricardo Jiménez Oreamuno, dispuso que el Cuerpo de Bomberos pasara a ser una dependencia del citado Banco, hoy el Instituto Nacional de Seguros (INS) y que éste fuera el encargado de su administración y dotación.



En marzo de 2002, se crea el Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica como un órgano de desconcentración máxima adscrito al Instituto Nacional de Seguros (INS), con domicilio en San José y competencia en todo el territorio nacional, para cumplir con las funciones

y las competencias, que en forma exclusiva las leyes y los reglamentos le otorgan, lo cual significa especializar sus funciones y competencias, así como también que alcance independencia financiera, administrativa, patrimonial, técnica y operativa.



¿En tu comunidad ella hay lugares en que puedes ayudar como Guía y Scout?

Analizó tu comunidad y diseñá un proyecto con tu patrulla sobre como pueden ayudar. Comentalo con tu Jefe de Tropa para ejecutarlo con tu patrulla.

PROYECTO DE PATRULLA

SER ÚTIL A TU COMUNIDAD ES CONSTRUIR UN MUNDO MEJOR

Muchos podrían pensar que las Guías y los Scouts son jóvenes interesados únicamente en vivir experiencias en la naturaleza, pero la verdad es que aprendemos al aire libre valores que nos enseñan a vivir en armonía, a aportar soluciones y a resolver nuestros problemas de manera creativa.

Esas herramientas nos brindan la capacidad de mejorar nuestra comunidad para que funcione tan bien como una patrulla en campamento: **en un clima de trabajo en equipo, colaboración y beneficio común.**



LA ACTITUD DE SERVICIO

B-P decía que la mejor manera de ser feliz es haciendo felices a los demás. Eso no significa que nosotros olvidaremos nuestras necesidades para satisfacer las de otras personas. Quiere decir que estaremos siempre listos para servir a quienes lo necesitan. A asumir una actitud constructiva frente a los problemas que nos rodean, asumiendo un rol activo en su solución y buscando el apoyo de otros para que también lo sean.



Aprovecha y saca
la especialidad de
**SERVICIO A LA
COMUNIDAD**



Una actitud de servicio también implica ser ejemplo: como Guías y Scout, con uniforme o sin él, tienes el privilegio de ser un modelo de conducta para otros jóvenes a través del respeto a las normas, a los adultos y a las personas que te rodean. Siendo solidario y colaborador en tu manera de relacionarte con tus vecinos, compañeros, maestros y familiares.

EL COMPROMISO CON TU COMUNIDAD

Existen maneras individuales y grupales de construir un mundo mejor desde tu casa, barrio, colegio, comunidad y grupo scout, por ejemplo:

- **Podés formar parte de los comités del colegio.**
- **Asumir una responsabilidad en la asociación de vecinos.**
- **Formar parte de algún comité que promueva la cultura o el deporte en tu colegio o en tu comunidad.**

Hay mil maneras de mejorar el mundo todos los días y seguramente tú tienes la oportunidad de levantar la mano y sumarte a esta importante labor.



EL SERVICIO: UNA MANERA DE MEJORAR NUESTRA COMUNIDAD

El proyecto guía y scout es una actividad que se realiza en conjunto con los miembros de la comunidad para lograr el beneficio de quienes hacen vida en ese espacio.

Una comunidad puede estar compuesta por vecinos de una zona, estudiantes de un colegio o feligreses de una parroquia.

Una comunidad, como su nombre lo indica, es un grupo de personas que tienen cosas en común.

El servicio
busca mejorar
la comunidad
con la
participación
de sus
distintos
miembros



FORMULARIO: PROYECTO DE PATRULLA

Podés encontrar el original en:

 **Guías y Scouts de Costa Rica**
Institución Benévola

EL PROYECTO DE PATRULLA

PATRULLA: _____

NOMBRE DEL PROYECTO _____

NOMBRE DE LA GUIA Y/O SCOUT _____

FECHA DE INICIO _____ FECHA FINAL _____

LUGAR DE REALIZACION _____

OBJETIVO (¿Qué voy a hacer?) _____

OBJETIVO GENERAL (¿Cuál es la gran tarea que voy a realizar?) _____

OBJETIVO ESPECIFICOS (¿Cómo voy a división de la gran tarea?)

- _____
- _____
- _____

JUSTIFICACION (¿Para qué lo voy a hacer este proyecto?: ¿A quién va dirigido el proyecto?) _____

LISTA DE MATERIALES (¿Con qué lo voy a hacer?)

CANT	ARTÍCULOS

CANT.	ARTICULO

EL FORMULARIO

FORMULARIO
Parte #1

EL FORMULARIO

CRONOGRAMA DEL PROYECTO (¿Cuándo lo voy a hacer?)

MES/DÍA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	OBSERVACIONES

EVALUACIÓN DEL PROYECTO (¿Cómo veo el logro de cada Tarea?)

OBJETIVO	ACTIVIDAD	¿COMO MIDO EL LOGRO EL OBJETIVO?

CUMPLIMIENTO DEL PROYECTO

FIRMA DEL GUIA DE PATRULLA		FECHA DE APROBADO POR EL CONSEJO DE PATRULLA	
----------------------------	--	--	--

FORMULARIO
Parte #2

12

CIVISMO

"La amenaza de la democracia son los hombres que no piensan por sí mismo y que jamás aprenden a pensar bien, cómo aprender a andar bien"-BP.

Tenemos la alegría de vivir en un país democrático con estos temas podrás saber porque ha sido así.



**ASÍ LO
LOGRÉ::**



Fecha que logré obtener mi **BRÚJULA DE ORO**

¡GANASTE!



RECUERDOS DE MI ASCENSO EN ESTA BRÚJULA



RECUERDOS DE MI ASCENSO EN ESTA BRÚJULA



RECUERDOS DE MI ASCENSO EN ESTA BRÚJULA



RECUERDOS DE MI ASCENSO EN ESTA BRÚJULA



BRÚJULA DE ORO

TÍTULO	VERSIÓN	VALIDADO	FECHA VALIDACIÓN
Brújula Oro	1.0.0	Dirección General	04-12-2017
CODIFICACIÓN	008-MAN-DD-BRO-V.1.0.0-2017		

Avenida 10, calles 13 y 15
San José, Costa Rica
Apdo. 2223-1000 San José
Tel (506) 2222-9898
Fax (506) 2223-2770
email gysdcr@racsa.co.cr
web www.siemprelistos.com



ISBN: 978-9968-11-008-2



9 789968 110082



 **Guías y Scouts**
de Costa Rica
Institución Benemérita