

Manual Web Scout

107 COSAS QUE DEBO RECORDAR

Ficha de Taller

25-07-2009

Acerca de expediciones...

- 1. Use 2 pares de calcetines**

Lo mejor es uno fino de algodón / poliéster próximo a la piel, de lana gruesa en el exterior. Los calcetines finos se adhieren a sus pies, y el grueso a las botas, la fricción entre los dos pares de calcetines y no con los pies logra que el calor no puede producir o forma ampollas.
Asegúrese de que no sean demasiado apretados o que restrinjan la circulación de la sangre y puedan proteger de las heladas en climas fríos.
- 2. Poner talco en los pies**

Esto absorberá el sudor de sus pies y mitigan estar demasiado calientes, reduce las posibilidades de una ampolla.
- 3. Frote en los pies con alcohol desnaturalizado**

Algunas personas juran que frotar con un poco de alcohol desnaturalizado (meths*) o quirúrgico en los pies durante varios días antes de una caminata se endurece la piel, lo que hace más difícil la formación de ampollas.
- 4. Frote con vaselina los pies**

Suena repugnante, pero funciona, ya que reduce la fricción entre sus pies y los calcetines por lo que no se forman ampollas, sin embargo esto se puede necesitar si practica una larga caminata y realmente sólo es útil en una emergencia.
- 5. Aprender a tratar las ampollas**

Si usted tiene conocimiento y sabe cómo tratarlas. Revise su manual de primeros auxilios para esto ya que hay cambios de año en año.
- 6. Limpie y pruebe sus botas cada vez que las use**

Simplemente caminando por una carretera hará la prueba de desgaste. Si son de cuero entonces encérelas o póngales betún, o si son de fibras artificiales y sintéticas comprobar las instrucciones del fabricante o el uso de elementos de protección.
- 7. Nunca secar las botas de cuero cerca de una estufa o cocinilla caliente**

Si usted lo hace el cuero se endurece, la urdimbre se agriete y quizás hará que sus botas sean incómodas y hasta filtren.
- 8. Llenar las botas húmedas / zapatos con papel periódico para secarlas durante la noche**

En una emergencia se puede usar rollo de papel higiénico o ropa sucia.
- 9. No use pantalones vaqueros o jeans**

Los pantalones vaqueros retienen agua y se demoran un siglo en secar, si el tiempo es malo se mantendrá húmedo, frío y al obtener más frío, eventualmente, se puede morir de hipotermia.
- 10. Ponte tu impermeable tan pronto como empiece a llover**

Ponerse el impermeable sobre la ropa mojada mantendrá la humedad mucho tiempo después de que deje de llover.
- 11. Obtener una buena lana**

Esta permite que el sudor pase, pero te mantendrá seco y caliente. A medida que obtienes más experiencia sabrás cómo funcionan y cómo obtener lo mejor de ellas.

12. **Coordinar las brújulas**
Suenan tonto, pero asegúrese de que todas ellas apuntan en la misma dirección.
13. **No tome una gran barra o pastilla de jabón**
Corte un pedazo, o tomar del cuarto de baño unas pocas barras que se pueden obtener gratis en los hoteles. Del mismo modo tener un tubo casi vacío de pasta de dientes.
14. **Pre mezcla de café / leche en polvo / azúcar en bolsas de plástico antes de la caminata**
Reduce el peso de contenedores, use bolsas con cremallera y ponerlas en un cubo de basura cuando se acabe o termine.
15. **No confíe en los teléfonos móviles para emergencias**
Algunas veces trabajan, a veces no lo hacen, usted no sabrá donde trabajaran hasta que llegue ahí.
16. **Hipotermia reconocer y aprender a tratarla**
Compruebe el manual de primeros auxilios actualizado.
17. **Alguien sabe dónde está y cuando llega allí**
Siempre deja un plan de viaje con alguien y comunicar cuando llegue

Acerca de acampar...

18. **Sacos de dormir al aire una vez al día**
Incluso los mejores sacos de dormir atrapan el sudor en la noche y después de unos días de que empiezan a heder y enmohecer.
19. **A menos que este lloviendo abrir su tienda todos los días.**
Durante la noche, el aliento de dióxido de carbono y vapor de agua el aire se carga de gérmenes. La apertura de la tienda asegura que entre aire fresco y hará de la tienda un lugar mucho más agradable para estar.
20. **Compruebe que dispone de todos los postes, clavijas o estacas y accesorios antes de tomar una tienda**
Puede haber algunos desaparecidos y que podría estar a varias millas de casa y no tener forma de utilizar su carpa.
21. **No coma alimentos en tiendas de campaña**
Las migajas fomentan las hormigas y roedores, especialmente las ardillas, que afortunadamente puede masticar en tu saco para la comida.
22. **No acampe bajo los árboles**
Los árboles retienen o gotean agua por horas después de que la lluvia se ha detenido y las raíces hacen que sea difícil instalar las estacas o clavijas.
23. **No acampe cerca de hierba cubierta de musgo**
Esto indica tierra con gran humedad y habrá miles de insectos voladores
24. **No orinar en el suelo cerca de su campamento.**
Su actuación antihigiénica atrae a los insectos y su campamento se convertirá en un pantano hediondo y fétido.
25. **No encender faroles en tiendas de campaña**
Esto incluye gas, velas, lámparas de kerosene, etc.
26. **No toque el costado de la tienda**
Esto permitirá que el agua pase a través de goteo y se escurra. Si alguien toca el costado y gotea, entonces pase su dedo por la tienda desde el goteo hasta el borde y el agua fluirá afuera.
27. **Use zapatos en todo momento**
Los campamentos no están alfombrados y las tiendas pueden tener estacas o clavijas rotas, pedazos de vidrio, serpientes, pedazos viejos de alambre de púas, piedras afiladas. Si se lesiona los pies lo más probable es que tenga que regresar a casa.

28. **Cierre su tienda cuando salga**
Esto puede disuadir a los ladrones y mantener a los animales lejos, especialmente perros vagabundos.
29. **Aflojar los vientos o cuerdas de su tienda en la noche**
En tiendas de campaña hechas de fibra natural aflojen los vientos una fracción cada noche, ya que al humedecerse el aire de la noche puede hacer que el tejido se contraiga. Si los vientos están demasiado ajustados, luego como la carpa se extiende o estira estacas o clavijas se saldrán. Fibras sintéticas o artificiales no necesitan esto.
30. **Nunca juegues con alguien cerca de la tienda**
Podría parecer divertido en el momento, pero andar por ahí entre tiendas de campaña o permitir que lo hagan en la noche, ha causado daños al equipo y puede provocar lesiones graves. La mayoría de los dirigentes te enviará a casa por esto.
31. **Asegúrese de que su piso plástico este dentro de la tienda**
Si el piso plástico o protector de piso queda fuera de su tienda puede capturar agua de lluvia que direccionara bajo su saco de dormir.
32. **No deje su piso plástico apegado a la puerta**
Deje un espacio al lado de la puerta para almacenar sus botas lodosas para que su bolsa o saco de dormir no se ensucie y usted sea capaz de encontrarlas fácilmente.
33. **Pon tu comedor bajo un cobertizo a un lado de tu tienda de campaña para hacer un módulo de vivienda integrado**
No es necesario durante el verano y estar consciente de que si una parte agarra fuego la totalidad del lote quedara fuera.
34. **Use una hoja grande de plástico o lona como un pabellón al lado de su tienda**
Esto puede ser usado para almacenar tu equipo de patrulla ya que no siempre en los campamentos es factible tener una tienda de campaña. Un pabellón para una patrulla de seis personas puede almacenar todas sus pertrechos o equipos y la alimentación ..
35. **El agua del lavado va al desagüe húmedo, y el desagüe húmedo no es un cubo de basura**
36. **Los trabajos necesitan ser terminados en el campamento.**
Si le dan un trabajo, lo lógico es que lo haga tan bien y prontamente como pueda para que pueda ganarse todo el resto del día.
37. **Aprender a atar cuerdas a láminas de plástico.**
Envolver el plástico alrededor de una piedra redonda como una lámina de manzana acaramelada, y luego atar. Ate la cuerda detrás de aquella, en el lugar donde debería ir el palo de la manzana confitada y el plástico no se rasgara. Útiles para toldos plásticos volantes y refugios.
38. **El respeto a otras personas del campamento**
Mientras usted está en su campamento, y su tienda es su casa el área alrededor de ella deben recibir el mismo trato a menos que no sea invitado. Si usted piensa que es alguien que está robando.
39. **No pasear o correr alrededor de tiendas de campaña**
Usted se tropieza en su camino con un viento de la tienda y es golpeado en la cabeza con una estaca que se suelta y sale disparada por la presión en el viento, y ni hablar también de los daños de la carpa.



40. **No de puntapiés de fútbol en tiendas de otros personas!**
No sea ordinario, ignorante, ya que puede dañar las tiendas y, en definitiva, puede conseguir que su cabeza sea golpeada.
41. **No pasear entre las tiendas de campaña**
Usted va a dañar el equipo de otras personas, caer y lastimarse usted mismo.
42. **No llenar un contenedor con más agua de la que usted puede llevar**
Si le pone demasiada es probable que usted se lastime o se le suelte el recipiente y se rompa.

Acerca de la cocina...

43. **Frote el líquido de lavado en la parte exterior inferior de ollas y artefactos de cocina antes de utilizarlos en un fuego abierto**
Alternativamente hacer una pasta con el líquido de lavado y jabón en polvo, y espárzalo en el exterior – para el fin de semana - sólo sale como trocitos pequeños quemados - y cualquier trocito quemado es una pasta que actúa como un buen "abrasivo"....
44. **Añadir 10% de agua al alcohol desnaturalizado (Meths*) para utilizarlo como combustible "Trangia"(**)**

Esto hace que el fuego quemé más limpio y reduce la cantidad de hollín que tiene que limpiar después, sin embargo esto puede ser insignificante para caminatas cortas

45. **Asegúrese de apagar la cocinilla antes de añadir más combustible**

Si la llama apenas se ha ido el meths puede encenderse cuando se derrama por lo tanto es aconsejable remover la unidad del quemador antes de recargar y comprobar posteriormente el buen llenado. Esto significa que a veces se termina esperando un poco más de tiempo - lo que significa el retraso de la cena, pero lo mejor es conseguir mantener las manos o la cara fuera del quemador.



46. **Aprender las diferentes calidades de las diferentes estufas**
Hay momentos en que el gas es mejor, otras veces la gasolina o parafina son las mejores. E incluso cuando un Trangia a veces es la mejor solución.
47. **Asegúrese de que las botellas de gas estén llenas antes de llevarlas a los campamentos**

Las botellas de gas indican cuánto gas hay dentro pero no suelen decir cuánto pesa la botella en sí. Al obtener una nueva botella pésela sobre una báscula y anote el peso en una pegatina o etiqueta en el cuello. Marque ocasionalmente y cuando el nuevo peso es casi el mismo que el original, menos el peso del gas que usted conoce entonces la botella está vacía.

48. **No cocine en una tienda o carpa**
Se tarda unos 30 segundos para que una carpa para 8 personas se quemé... la tela adentro toma más tiempo para terminar. Una carpa de nylon se quemará más rápido, e incluso si es "" ignífugo "" se estropeará en cuestión de segundos. Lo peor es que la quema de nylon produce la caída de una capa de plástico ardiente encima de todo lo que está en el interior de la tienda, incluida cualquier persona que pudiera estar adentro.



49. **No almacene el combustible en una tienda de campaña, NUNCA.**
Scouts han muerto a causa de fugas de combustible, gas y meths por ahogarse con el humo o quemados vivos.

50. **Para limpiar comida quemada**
Añadir algunas deliciosas hierbas verdes, agua, algo de líquido de lavado, y calentar. Cuando empiece a burbujear, las cosas pegadas se pueden raspar fácilmente. Alternativamente no ponga el líquido de lavado al principio y añada una gran cantidad de sal, la sal es generalmente el mejor ingrediente para quitar la suciedad pegada en el interior de una cacerola ...
51. **Fregar una fritura quemada en un sartén con arena o grava**
Pero no uno con anti adherente ó teflón.
52. **Mide tu taza antes de campamento**
Utilícelo para la medición de líquidos cuando cocine.
53. **Aprenda a cocinar en casa antes de ir al campamento**
También aprenda un poco sobre la nutrición, de manera que usted no pase hambre en el campamento y otras actividades
54. **No ponga los frutos secos en raciones de emergencia**
Si alguien es aficionado a las nueces o intolerante, entonces en una emergencia en la montaña no será el momento ni el lugar para averiguarlo. Los lácteos es una buena elección, ya que vienen en paquetes impermeables
55. **Mantenga la comida fría en una caja o compartimiento fresco lleno de agua**
Es más fácil que una cubitera, se mantiene fría por más tiempo, y puede llenar hasta en el supermercado
56. **Saber sobre el metabolismo de chocolate y la cantidad de agua que necesita.**
Alrededor de medio litro por barra.
57. **Si le dan un hacha en un bosque y un Dirigente Scout le dice que necesita un poco de leña para cocinar, NO comenzará con el tronco más cercano que encuentre!**
58. **Recipiente hermético y cilíndrico para el rollo de papel higiénico**
El papel higiénico húmedo es inservible. Bolsas de plástico juntan agua y se consigue que se pierda, colgado al lado de la tienda reciben humedad y olvidado en el terreno queda cubierto de lodo y húmedo.

Acerca de encendido de fuegos...

59. **Picar dos veces madera pensando en lo que usted necesita**
De esa manera usted tendrá suficiente para la próxima comida y también será capaz de conseguirla antes. Cortar más madera, mientras que la comida se cocina.
60. **Mantenga una pequeña bolsa que va llenando de yesca cuando usted camina durante el día**
Manténgala en su tienda de campaña en la noche. Nuevas astillas deberá tener siempre protegidas de la humedad de la mañana, así tendrá el fuego ardiendo mucho más rápido si se han secado algunas de la noche a la mañana, e incluso puede usarlas para iniciar un fuego con madera húmeda.
61. **Una división más grande para obtener la madera seca.**
La mayoría de la madera húmeda se seca en el centro, a fin de dividirlo hasta 4 veces y así mayor parte de la superficie se seca.
62. **Hacha de mano para cortar a lo largo de la veta**
Es decir, para trozar la madera pero no para cortar en forma transversal, utilice una sierra para ello.
63. **No tire el hacha de mano**
64. **Ponga una hoja de plástico sobre la leña apilada por la noche**
De esta manera se conservará la madera seca, no utilice una bolsa de polietileno ya que se deposita agua en el fondo y humedece la madera.

65. **No guarde su el montón de leña en su tienda de campaña**
Madera muerta atrae a los insectos que se arrastran durante la noche y terminan en su equipo.
66. **Usted debe usar botas cuando trabaje en un área de corte**
Si un hacha puede cortar una rama no va a ser detenida por el dedo del pie, siempre use botas duras de cuero o zapatos en el área de trabajo, y no llevar nada suelto alrededor de su cuello.
67. **No coloque latas de aerosol en el fuego**
Que explotan con la fuerza de una pequeña granada de mano, las personas pueden salir lesionadas o heridas de gravedad.
68. **No rocíe aerosoles sobre un fuego al aire libre**
Eventualmente explotan y golpean tu brazo hasta el codo, pero no te preocupes porque es probable que mueras a causa de la explosión, o como resultado de tus lesiones.
69. **No vayas por ahí con palos encendidos**
Es peligroso y puedes lastimar a alguien, o probablemente tu mismo, cuando se desliza a través de tu mano.
70. **No use trajes plásticos cerca de un fuego**
Se queman muy bien y el plástico derretido se adhieren a su cuerpo. El resultado posible es de varios días de cuidados intensivos y cicatrices de por vida.
71. **Poner las quemaduras en agua fría tan pronto como sea posible**
Mantenga bajo el agua hasta que el dolor se detenga, y si todavía duele después de 15 minutos debe ir al hospital, pero mantener la quemadura húmeda y / o fría. Llevar en la mano un recipiente de agua fría para el viaje al hospital.



Acerca del equipo de tropa...

72. **No deje clavijas o estacas de la tienda en el terreno**
Dentro de unos años estas se agrietaran o quebraran y dejaran una punta aguda que podría pasar las botas de alguien o herir a un animal.
73. **No intente sacarlas clavijas de un solo golpe, pueden romperse o dañarse**
Golpearlas con cuidado hacia atrás y hacia adelante con un mazo y entonces tire de ellas con un lazo de cuerda, una palanca, u otra clavija como una "T"
74. **No ponga una tienda de campaña cuando todavía esta húmeda**
La humedad hará que la lona se deteriore o pudra y el moho se extienda arruinando la carpa. Si está húmeda al final del campamento séquela tan pronto como se llegue a casa.
75. **No camine sobre tiendas de campaña**
Esto presionara a la suciedad al interior de los poros y arruinando la impermeabilización.
76. **Siempre limpie y seque las clavijas de la tienda antes de embalarlas**
Las clavijas de madera se pudren y después de un tiempo fallan cuando son sometidas a presión, justo en una tormenta cuando más las necesita.
77. **Llevar de repuesto clavos de 6 " (15,24 cm) para la sustitución de la punta del parante o poste de la tienda**
Si la punta del poste se sale o se parte o raja puede darlo vuelta al revés y coloca un clavo golpeándolo con un mazo.
78. **No utilice aerosoles (por ejemplo, desodorante) en la tienda**
El aerosol produce despresurización instantánea.
79. **No meta los dedos en el manto o camisa de las lámparas Tilley /Coleman**
Se arruinan de inmediato.

80. **No se pare en las cuerdas**
esto fuerza a la suciedad dentro de las fibras que actúan como papel de lija produciendo corte a través de ellas.
81. **Utilice colores claros para cuerda tipo vientos**
Es más probable de ver en la oscuridad.

Acerca de equipo personal...

82. **No permita que su madre empaque si equipo**
Si lo hace, nunca pondrá todo y usted no sabe lo que tiene. MÁS, ella sólo embalará las cosas que ella "sabe" que necesitarás... y no muchas de las cosas esenciales de la lista de equipaje... porque ella no puede ver empleo o el uso de tu equipo!
83. **No lleve su bolsa de dormir en una caja de cartón o papel (bin liner)**
Son biodegradables y diseñadas para disolverse cuando están mojadas, lo que lo deja a usted con un trapo húmedo y una noche de sueño miserable. Mantenga su bolsa de dormir en una bolsa de plástico duro dentro de un saco de tela. La bolsa de plástico se mantendrá seca y el saco de tela para proteger a ambos de los cortes y desgarros.
84. **Obtener un rollo de estera**
El cuerpo pierde mucho calor a través de la tierra como por aire, una estera barata le mantendrá más cálido y mantener su saco de dormir seco si el terreno es húmedo.
85. **Nunca use ropa para dormir de día**
La ropa se humedece con el sudor en el día, la lluvia o el rocío de la noche la humedecen convirtiéndose en una noche fría y miserable. Mantener separada un conjunto de ropa para la noche o ponerse en la mañana ropa seca.
86. **Use un gorro en la cama si hace frío**
Un gorro o sombrero de lana hará toda la diferencia en mantenerse caliente por la noche, y se reducirá el área de su cuerpo fuera del saco de dormir en un 50%
87. **Ponga la ropa relleno un saco como almohada**
No tome una almohada normal que adquiere humedad por la noche y es difícil de cargar o llevar. Colocar su ropa, no incluya su uniforme, en el interior de un saco envolviéndola con un jersey o chaleco y otras prendas gruesas que serán igual de buenas.
88. **Mantenga su ropa limpia en bolsas de plástico**
Incluso las mejores bolsas y de tiendas de campaña pueden tener filtraciones, pero una bolsa de plástico no.
89. **Mantenga su ropa sucia en una bolsa de red**
Esta detiene el moho o pudrición si la ropa esta mojada.
90. **Utilice toallitas de bebé para sus manos y cara como limpieza rápida**
Mantenga una cantidad sellada y lista para utilizar guardada en sus bolsillos o mochila.
91. **Mantén húmedo tu paño o toalla de cara, en una bolsa de polietileno**
Así secas y limpias tu sudor manteniéndote fresco todo el día.
92. **Lleva por lo menos 2 pares de todo para el campamento**
Un lote en el interior de tu mochila y el otro en el exterior.
93. **Tome un envase de naipes impermeables**
Y aprenda alguno de los juegos antes de su viaje. Esto es más ligero que un libro y puede proporcionar entretenimiento y en las ocasiones en que tenga que quedarse en la tienda.



94. Actividades acuáticas

Use la ropa de ayer o la más asquerosa que tenga, y siempre deje un conjunto de ropa seca para volver a casa, que bien puede ser su uniforme.

95. No use ningún perfume, jabón de olor, champús o desodorantes

Si está acampando en un área de insectos o está poblada por hordas de mosquitos, estos se resisten a los jabones biodegradables sin perfumes. La mayoría de los insectos son atraídos por el "buen olor" de jabones y perfumes, y hacen tu vida miserable.

96. Ponga su nombre en todo

A menos que quieras terminar molesto con alguien que pueda llevarse tu ropa interior o volver a su casa con una nueva linterna.

97. No use barniz de uñas para marcar su taza

Después del primer lavado no podrá demostrar que es tuya.

98. No deje dinero en su tienda de campaña

Se perderá o será robado.

99. Mantenga alejada las baterías de cualquier equipo eléctrico durante el viaje

Especialmente en este caso la fiel linterna (y la máquina de afeitar eléctrica) porque si se encienden o activan, las pilas se agotarán antes de adquirirlas y una maquinilla de afeitar puede "comerse" la carga durante el trayecto en tu mochila.

100. Sepa dónde está su linterna

Comprobar que funciona, "antes" de que se oscurezca y téngala a mano para esas "noches de visita". Ate una cuerda o cordino largo en la argolla de transporte de modo que puede resultar más fácil encontrarla en la oscuridad.



Llavero linterna

101. Utilice dos linternas

Esto evita el gasto enorme en busca de diminutas pilas en una gran bolsa! Un pequeño "llavero linterna" atada al bolsillo de tu mochila será fácil de encontrar y útil para la búsqueda del equipo.

102. Lleve una batería y bombilla (ampolleta) de repuesto para su linterna

Aprenda a cambiarlas en el campo durante la noche. Mantenga las bombillas envueltas en tejido dentro de un bote o cajita de película. Mantenga las pilas en una pequeña bolsa de polietileno para evitar un cortocircuito. Otra cosa que es importante si se da el caso, de que los equipos eléctricos como linternas, GPS, radio, etc., utilicen el mismo tipo de pilas o baterías, así en caso de falla usted puede cambiarlas a otro equipo sin problemas.



Cargador

103. Cargue su teléfono antes del campamento y apagarlo por la noche

Usar un teléfono público, siempre que sea posible para salvar las pilas y si usted puede comprar un adaptador que utiliza pilas secas o recargables para campamentos largos. Si va en coche un cargador conectado a un encendedor de cigarrillos ayuda a que mantenga la carga.

104. Tener los paños o vestidos sujetos con pinzas para ropa

Para detener su paño de cocina y sea soplado lejos en un día de viento, estos no se secan tan bien si los cuelga cerca de la línea de lavado.



Acerca de cosas...

105. Aprender a atar un nudo rizo y bolina (llano y as de guía)

Son los dos nudos más útiles que usted necesitará siempre, aprenda estos rápidamente y bien.

106. Nunca asuma que sabe saltar si no sabe donde está parado

Siempre hay alguien que conoce el área durante las actividades. No saltar en un área prohibida o desconocida, sin saber si su cara va dar por tierra o se mantiene flotando en un estanque, a menos que usted se informe o lo conozca primero.

107. Doble las rodillas y no la espalda al levantar cargas pesadas

Proteja su espalda



(*) Meths: Methylated spirit. Alcohol desnaturalizado o alcohol de quemar

(**) **Trangia** es una marca comercial para una línea de estufas o cocinillas portátiles de camping que utilizan alcohol de quemar. Son fabricadas por la empresa sueca **Trangia AB**. Estas estufas están diseñadas principalmente para los mochileros, con un enfoque en: peso ligero, durabilidad y diseño simple. En primer lugar se venden desde 1925. Las estufas o cocinillas Trangia inicialmente utilizaron queroseno (parafina)

Traducción libre de: Scout Notebook

www.manualscout.cl