Izpiti čete Tulečih kojotov

Breznica 1

2017

Izpiti čete Tulečih kojotov **Breznica 1**

OSNOVE SKAVTSTVA	VARNOST PRI DELU	OGNJI	ORIENTACIJA	VOZLI IN VEZAVE	PRVA POMOČ
zakoni	šiljenje palice	priprava ognja	orientacija karte	ambulantni	digitalna zaustavitev krvavitve
molitev IV	podajanje noža	priprava ognjišča	smeri neba	začetni	kompresijska obveza
osnove o BP-ju	nošenje noža	zakuriti ogenj s 5 vžigalicami	uporaba merila karte	napenjalni	ruta pestovalka
obljuba	nošenje sekire		orientacija v prostoru (s pomočjo objektov okoli sebe in njihova prepoznava na karti)	osmica	položaj nezavestnega
drža med mašo	varnost ostalih in sebe		uporaba azimuta v naravi	križna vezava	ugotavljanje glavnih življenjskih znakov
kroj	odlaganje orodja				pristop k ponesrečencu
skavtski pozdrav	varna in pravilna uporaba žage/sekire				temeljni postopki oživljanja (TEORETIČNO)
pakiranje nahrbtnika					
starostne veje, njihova gesla					
kaj pomeni ZSKSS					
ankdote o Bi - Piju	špičenje + zabijanje kola	zakuriti ogenj s 3 vžigalicami	orientacija brez kompasa	vpletena osmica	temeljni postopki oživljanja (PRAKTIČNO) + AED!!!
zgodovina ZSKSS		priprava baklic	branje karte (merilo, plastnice, topografski znaki)	ribiški	oskrba opeklin
zastava in simboli		kuhanje na ognju (prepozanti moraš 10 užitnih rastlin v naravi)	azimut na karti	kavbojski	imobilizacija s pomočjo deke
zavetnik IV				prusikov	položaji ponesrečenca
piski				alpski metulj	oskrba izbitega zoba
				vezava za trinožnik	
				povezovanje šotorke	
http://skavti.si/ (vse kar najdeš tu)		zakuriti moraš s kresilom	vrisovanje točk	križna vezava z utori	oskrba odrezanega uda
		poznati moraš različne vrste netiv in lesa ter njihove lastnosti		napenjanje cerade (ŽVN tehnika)	poškodbe z elektriko
		izdelava švedske bakle		cepelin	sončarica
				mrtvi	
				vpleten prusikov	
				obešalnik za posodo	

1. LETO V ČETI

2. IN 3. LETO V ČETI

4. IN 5. LETO V ČETI

Tu notri najdete vse vsebine, povezane z našimi izpiti. Vse kar je tukaj zbrano, smo vam voditelji sigurno vsaj enkrat že povedali, če pa ste slučajno preslišali ali pozabli, nič zato. Zdaj si lahko vse to preberete tukaj in v priročniku Bodi pripravljen!, ki ga imate ves čas v veroučni učilnici, lahko pa si ga izposodite tudi v knjižnici. Voditelji vam priporočamo, da se ne naučite le kaj tukaj piše, ampak da stvari dejansko preizkusite, uporabite praktično, tako si boste namreč najbolje zapomnili. Če vam kakšna stvar res ne gre, je ne razumete, se obrnite na svojega vodnika, naj vam razloži, ali pa povprašajte nas, voditelje. Saj veste, izpiti so vsakoleten preizkus vašega osvojenega znanja, tako pokažete ali ste res dovolj pripravljeni na poletni tabor, ki bo letos MEGASTIČEN! Zdaj pa veselo na delo in ne pozabite: Bodite pripravljeni! ☺

SKVAVTSKI ZAKONI

1. Skavt (skavtinja) si šteje v čast, da si pridobi zaupanje.
2. Skavt (skavtinja) je zvest (zvesta) Bogu in domovini.
3. Skavt (skavtinja) pomaga bližnjemu in naredi vsak dan vsaj eno dobro delo.
4. Skavt (skavtinja) je prijatelj (prijateljica) vsakomur in vsem skavtinjam in skavtom brat (skavtom in skavtinjam sestra).
5. Skavt (skavtinja) je plemenit (plemenita).
6. Skavt (skavtinja) spoštuje naravo in vidi v njej božje delo.
7. Skavt (skavtinja) uboga svoje starše in predstojnike ter vestno opravlja svoje dolžnosti.
8. Skavt (skavtinja) si v težavah žvižga in poje.
9. Skavt (skavtinja) je delaven in varčen (delavna in varčna).
10. Skavt (skavtinja) je čist (čista) v mislih, besedah in dejanjih.

MOLITEV IV (Izvidnikov in vodnic)

Gospod Jezus daj, da bo moja vest prema kot visoka smreka, ki se dviga proti nebu; da bo moja velikodušnost kot studenec, ki vedno daje in se nikdar ne izčrpa; da bo moja duša kristalno čista kot potoki, ki jih rode brezmadežni snegovi; da bo moja volja kot granit, ki se nikdar ne okrši, da bo imela moja mladost po vseh gorskih stezah tebe za prijatelja svoje neprestane poti navzgor, da bo križ ob poti kakor srečanje s prijateljem. In tako bodi vedno. Amen.

SKAVTSKA OBLJUBA

Pri svoji časti obljubljam,

da si bom z božjo pomočjo prizadeval/a

služiti Bogu in domovini,

pomagati svojemu bližnjemu in

izpolnjevati skavtske zakone.

DRŽA MED MAŠO

Med molitvijo roke držimo, kot da bi pestovali Jezusa, med evangelijem in povzdigovanjem, roke spustimo ob telo (tako se odpremo Jezusu).

KROJ

Kroj je: oranžna srajca, rutka, temno modre hlače na pas (ne trenirka) in obuvalo, ki objema peto.

Srajco nosimo zatlačeno za pas.

Vse gumbe (razen povsem zgornjega pri ovratniku) imamo zapete!

Rutko nosimo čez ovratnik srajce.

SKAVTSKI POZDRAV

Skavti se pozdravljamo tako, da dvignemo desno roko v višino oči in iztegnemo tri prste - kazalec, sredinec in prstanec.

Iztegnjeni prsti pomenijo tri osnovne skavtske kreposti: POŽRTVOVALNOST, ODKRITOSRČNOST in ČISTOST.

Obenem s palcem pokrijemo mezinec, kar pomeni, da močnejši ščiti šibkejšega od sebe.

PAKIRANJE NAHRBTNIKA

Nahrbtnik moraš znati spakirati sam! Ne pozabi na vodovo opremo.

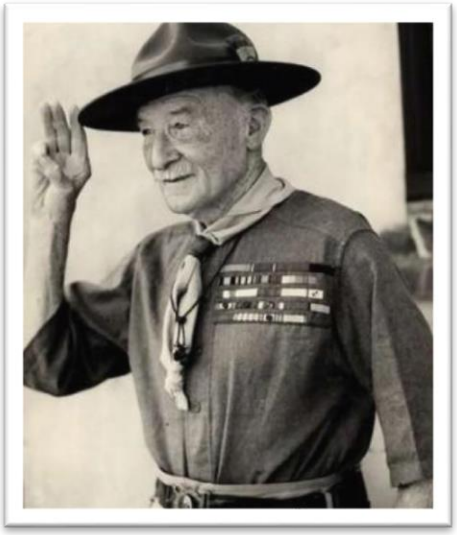
VEJE V STEGU

BOBRI IN BOBROVKE (6-7 let) – Trden jez!
VOLČIČI IN VOLKULJICE (8-10 let) – Dober lov!
IZVIDNIKI IN VODNICE (11-15 let) – Bodi pripravljen!
NOVICIAT/POPOTNIKI IN POPOTNICE (16-21 let) – Srečno pot!

ZSKSS

Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov

OSNOVE O BI-PIju



*22. februar 1857 (Dan spomina)

† 8. januar 1941

- Polno ime: Sir Robert Stephenson Smyth Baden Powell lord of Gilwell

- Vojni heroj, ustanovitelj skavtov.

- Hobiji: gledališče, risanje, lov na merjasce, polo, stezosledstvo…

- Žena: Olave

- Otroci: Peter, Heather in Betty

ANEKDOTE O BI-PIju

(PRILOŽEN IMAŠ BI-PIjev ŽIVLJENJEPIS, KJER NAJDEŠ MARSIKAJ ZANIMIVEGA)

Robert Stephenson Smyth Baden Powell ali krajše Bi-Pi je luč sveta zagledal 22. februarja 1857 v Londonu kot osmi od desetih otrok v družini anglikanskega župnika, uglednega pedagoga in profesorja teologije ter geometrije na oxfordski univerzi. V okviru svetovnega skavtskega gibanja v spomin na rojstvo našega ustanovitelja praznujemo "Dan spomina".

Malemu Robertu je oče umrl, ko je Bi-Pi dopolnil komaj tri leta, zato je imela mati pomembno vlogo pri vzgoji otrok. Pozneje je nanj vplival tudi dedek William Smyth, ki je v fantu vzbudil veselje do pustolovščin in narave, odgrinjal pa mu je tudi umazano odejo, s katero so Londončani zakrivali četrti bede, epidemij in obupa.

Bi-Pija je od nekdaj zanimalo mnogo stvari in vedno se je bil pripravljen naučiti kaj novega. Zelo rad je risal, pripravljal gledališke predstave, v katerih je tudi nastopal, pisal je igre in pesmi, igral na klavir in violino ter bil vratar šolske nogometne lige; njegova največja strast pa je bila potepanje po naravi.
Kar se tiče šolske prizadevnosti, Bi-Pi ni sodil med izjemno skrbne, vestne in marljive učence. Občasno si je rad dovolil kakšno nagajivost in tako se je nekoč učitelju skril na drevo ali pa zaspal med uro francoščine.

Po končani gimnaziji se je vpisal na šolo za britanske častnike. Ker je bil izvrsten in navdušen jahalec, se je odločil za konjenico. Kot konjeniški podporočnik je odpotoval v Indijo, ki je takrat bila angleška kolonija. V Indiji se je zelo izkazal in si za lov na divje svinje s kopjem na konju prislužil visoko indijsko odlikovanje, imenovano pokal Kadir.

Zatem je Bi-Pi služil še v Afganistanu, Dalmaciji in na Malti. Zelo hitro je napredoval v stotnika in kmalu nato poslali v Južno Afriko, kjer se je od džungelskih staroselcev naučil novih načinov lova, stezosledstva, orientacije, pragozdnega zdravilstva in podobnih gozdnih veščin. Domorodci so mu zaradi poguma, spretnosti v ogledništvu in branju sledov nadeli ime Impesa, kar pomeni "Volk, ki nikoli ne spi".

Med bivanjem v Indiji in Afriki je svoje izkušnje o življenju v naravi opisal v knjigi Aids to Scouting (Napotki za ogledništvo). Raznolika in razgibana vojaška kariera je Bi-Pija iz Afrike vodila zopet nazaj v Indijo, kjer je kot poveljnik prevzel vodstvo konjeniške divizije in kjer je tudi zaslovel s posebnimi metodami urjenja izvidnikov. Šele od tu je lahko poslal rokopis dela Napotki za ogledništvo založniku v Anglijo, kjer je knjiga leta 1899 izšla in doživela nepričakovan uspeh.

Oktobra istega leta je v Južni Afriki izbruhnila vojna z Buri in Bi-Pi je bil poslan za poveljnika mesteca
Mafeking, ki ga je uspešno branil in si s tem prislužil sloves narodnega heroja. Ta vojni dogodek je imel na Bi-Pija pomemben vpliv. Mafeking je namreč moral ubraniti pred obleganjem skoraj desetkrat močnejše vojske sovražnikov, zato se je za pomoč obrnil tudi mestne prebivalce; možje so postali vojaki, žene so skrbele za hrano in ranjence, mladi pa so opravljali manj zahtevne naloge, kot so oskrba ranjencev, prenašanje sporočil in ogledništvo. S pomočjo meščanov in mladine je Bi-Pi uspel mesto držati v angleški oblasti celih 217 dni, dokler ga ni naposled prišel osvobodit oddelek britanske konjenice. Bi-Pi je spoznal, da so bili fantje zelo sposobni, če jim je zaupal in pustil proste roke pri iznajdljivih rešitvah. V tistem času je namreč vladalo prepričanje, da je potrebno fantom in dekletom predpisati vsak njihov gib. Še dve leti je BiPi ostal v Mafekingu, kjer je pomagal graditi, kar je bilo uničeno v vojni, nato pa se je vrnil v Anglijo, kjer je presenečeno ugotovil, da je njegova knjiga Napotki za ogledništvo postala uspešnica med mladimi, čeprav je bila namenjena vojaški rabi. Bi-Pi se je odločil, da napiše primerno knjigo tudi za mladino.

Da bi si nabral še nekaj osebnih izkušenj, se je poleti leta 1907 skupaj z dvaindvajsetimi fanti različnih družbenih slojev odpravil na taborjenje na otoček Brownsea v Rokavskem prelivu in napisal knjigo o skavtstvu. Ta poskusni tabor velja za prvi skavtski tabor in za začetek skavtstva.

Kmalu nato je Bi-Pi temeljiteje razdelal navodila za skavtstvo in jih še istega leta izdal v knjigi Scouting for Boys (Skavtstvo za fante, ki je pri nas prvič izšla pod naslovom Skavt), kjer je mlade bralce spodbujal, naj se združijo v majhne skupine, pišejo dnevnik, naredijo častne prisege in naj bodo vedno pripravljeni pomagati ter naj vsak dan v ta namen opravijo vsaj eno dobro delo.

Pri načelih, ki jih je uveljavljal tudi v številnih poznejših delih, je Bi-Pi pomembno mesto določil tudi duhovnosti. Mladim je za zgled postavil starodavne viteze, ki so bili globoko verni, Boga pa so častili tako v cerkvah kot v naravi.

Skavtstvo se je začelo zelo hitro širiti in ob koncu leta 1908 se je na skavtskem seznamu nahajalo že 60 000 imen. Že istega leta so Bi-Pija na dopustu v Čilu na veliko začudenje pozdravili tamkajšnji skavti. Leta 1910 je gibanje postalo tako obsežno, da je Bi-Pi moral pustiti vojsko in se posvetiti le skavtstvu.

Leta 1909 so se prvič pojavila tudi dekleta skavtinje, ki so si nadele ime vodnice. Tri leta pozneje je Bi-Pi svojo uspešnico Skavtstvo za fante s pomočjo svoje sestre Agnes predelal v dekliško različico z naslovom Priročnik za vodnice. Istega leta je bilo ustanovljeno tudi Vodniško združenje (Girl Guides Association), ki ga je vodila njegova sestra Agnes, in se je 16 let pozneje preimenovalo v WAGGGS (World Association of Girl Guides and Girl Scouts).

Svečano pa je bilo, ko se je vsem velikim svetovnim dogodkom priključil še eden, in sicer svetovni jamboree, ki je bil prvič organiziran v Londonu leta 1920. Jamboreeja se je udeležilo približno 8000 skavtov iz 27 držav, Bi-Pi pa je bil izbran za svetovnega voditelja skavtov. Prvi jamboreeji so potekali v Londonu, peti jamboree leta 1934 pa je bil na Nizozemskem. Po tem se je Bi-Pi z ženo Olave umaknil v Kenijo, kjer je 8. januarja 1941 za vedno zatisnil oči. Njegova poslednja želja je bila, da se po vojni organizira jamboree v znak miru in sprave med narodi.

Bi-Pi je postal velik mož v kraljevski Angliji in kralj Jurij V. mu je podaril naslov Lord of Gillwell, po parku blizu Londona, ki je postal središče izobraževanja voditeljev. Njegova žena Olave je bila leto za tem proglašena za Chief Guide of the World (načelnico skavtinj). Bi-Pi je za seboj pustil bogato skavtsko zapuščino, ki jo lahko strnemo z njegovimi besedami:

"Skavtstvo je igra za otroke, ki jo vodijo otroci, v kateri večji bratje lahko mlajšim dajejo vedro okolje, ko jih opogumljajo k zdravim dejavnostim, ki jim bodo pomagale razviti njihovo rodoljubje. Najmočnejša privlačnost skavtstva je proučevanje narave in znanosti gozdov. Ukvarja se z osebo, ne z množico, in tako goji umske, telesne in moralne darove. Namen skavtske vzgoje je, da izboljša kakovost naših bodočih državljanov, posebej kar zadeva značaj in zdravje, da zamenja sebičnost s služenjem in da napravi vsakega mladega dejavnega za služenje skupnosti."

ZGODOVINA ZSKSS

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

Skavtstvo se je v Sloveniji začelo že 22. oktobra 1922. Takrat se je zbrala skupina fantov pod vodstvom Franca Pintarja. Leta 1923 so ustanovili Župo skavtov, ki se je kasneje preimenovala v Dravsko skavtsko skupino in je bila vključena v jugoslovansko organizacijo. Prvi tabor so imeli v Kamniški Bistrici. V začetku druge svetovne vojne je organizacija prenehala z delovanjem.

Po drugi svetovni vojni skavtska organizacija zaradi političnih razmer ni bila dovoljena. Nekaj skavtov in gozdovnikov je skupaj ustanovilo ZTS (Zvezo tabornikov Slovenije), ki je skušala ohranjati ljubezen do narave in prenašati to na mlajše generacije.

S skavti se je l. 1984 seznanil tudi srednješolec Peter Lovšin in okoli sebe zbral nekaj mladih – tudi oni so poskušali živeti skavtstvo tako, kot so brali v knjigi Skavt (prevod knjige Scouting for Boys). Skupina skavtov se je zbirala v Ljubljani, sodelovati so začeli tudi z italijansko skavtsko organizacija AGESCI.

Organizacija je delovala v ilegali do 31. marca 1990, ko je bilo ustanovljeno Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov, ki je štelo 70 članov. To je bila edina skavtska organizacija v takratni Jugoslaviji, ena prvih v Vzhodni in Srednji Evropi ter prvo katoliško združenje, ki je nastalo po 2. svetovni vojni v Sloveniji.

V Sloveniji imamo 4 skavtske organizacije:

ZSKSS – Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov

ZBOKSS – Zveza bratovščin odraslih skavtinj in skavtov

ZTS – Zveza tabornikov Slovenije

ROYAL RANGERS SLOVENIJA – Evangelijski skavti

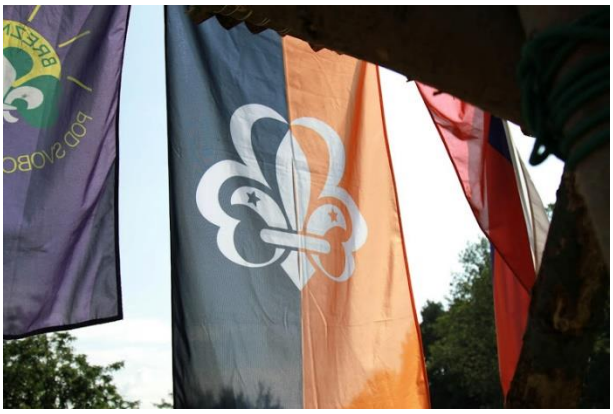
Sodelujemo tudi s skavtsko organizacijo v zamejstvu:

SZSO – Slovenska zamejska skavtska organizacija

ZASTAVA

Zastava je modre in oranžne barve. Modra predstavjla moški del, oranžna pa ženski del našega združenja.

SKAVTSKI ZNAK



Deteljica: Izraža čistost, iskrenost in preprostost. Predstavlja ženske lastnosti in dekliški pol združenja. Je tudi osnova znaka svetovne skavtske organizacije WAGGS-a, katere član je tudi naše združenje.

Kranjska lilija: Izrisana je trdo- klasično, predstavlja tradicijo, točnost, natančnost, pravila- predstavlja moške lastnosti in je simbol svetovne organizacije WOSM.

Magnetna igla: kaže proti nebu, na pravo pot

Dve zvezdici: označujeta deset skavtskih zakonov

ZAVETNIK IV

SV. JURIJ

Sveti Jurij je bil krščanski vojak. Upodabljajo ga kot močnega, mladega moža v viteški opravi na belem konju. Njegova atributa sta ščit in sulica. Podoba svetega Jurija na konju v boju z zmajem spada med najbolj znane in pogoste upodobitve v krščanstvu. Njegov god 23. aprila pomeni vrnitev pomladi, vstajenje in napredek. Na freskah in kipih je pogosto upodobljen s kopjem v rokah, ko stoji ali jezdi na konju in s sulico prebada zmaja. Zmaj v legendi predstavlja staroversko, predkrščansko verovanje, ki ga nova vera, krščanstvo, premaga.

PISKI

uradni zbor _ _ _ (3x zaporedoma dolg pisk)

neuradni zbor _ (1 dolg pisk)

zbor vodnikov _ . _ (dolg, kratek, dolg pisk)

zbor kuharjev _ . . _ (dolg, kratek, kratek,

dolg pisk)

zbor voditeljev . _ . (kratek, dolg, kratek pisk)

tišina _____ (en izredno dolg pisk)

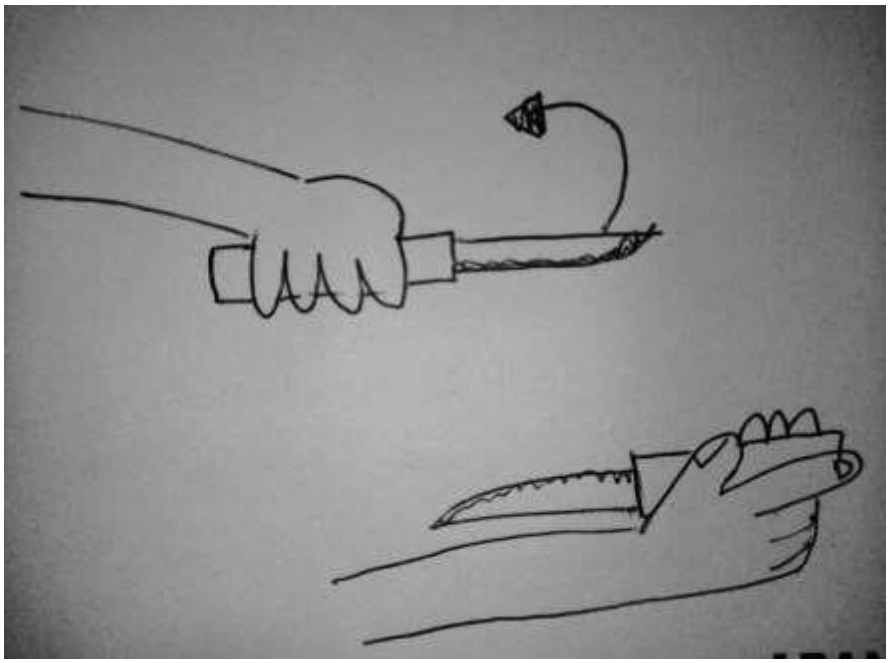
alarm . . . . . (dolgo zaporedje kratkih piskov)

pisk pri dvigu in spustu zastave _ /_ (dolg pisk ob začetku in dolg pisk ob koncu)

ŠILJENJE PALICE

PREMIKAMO PALICO!
ROKA, KI DRŽI NOŽ JE NASLONJENA NA NOGO.

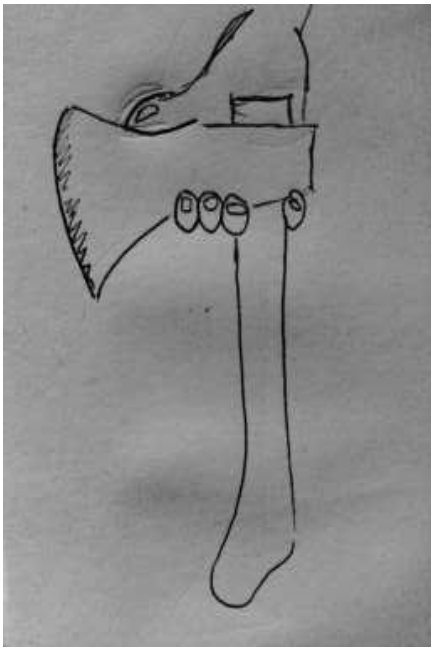
PODAJANJE NOŽA



NOŠENJE NOŽA

ENAK POLOŽAJ, KOT DA BI GA PODAL.

NOŠENJE SEKIRE



VARNOST OSTALIH IN SEBE

Vedno glej, da ni kdo preblizu tebe (v dosegu tvojega zamaha – PAZI, s sekiro, lopato, krampom, macolo, imaš velik zamah)!!!

ODLAGANJE ORODJA

1. Ne puščamo ga sredi travnika
2. Dvignjen od tal (VLAGA POVZROČA RJAVENJE!)
3. NE zapičeno v sveža drevesa!
4. Rezila zaščitena ali vsaj postavljena tako, da se ne krhajo.

VARNA IN PRAVILNA UPORABA ŽAGE/SEKIRE

Ste se učili na vodovem srečanju (drugače si preberi v Bodi pripravljen!).

ŠPIČENJE IN ZABIJANJE KOLA

Špičimo na leseni podlagi s sekiro. Z eno roko držimo kol, z drugo sekamo. Pazimo na položaj nog. Če je kol večji, nam pri držanju nekdo pomaga.

Zabijanje:

- manjši, tanjši koli: najprej narahlo zabijamo, da kol stoji sam, nato z večjimi udarci (pazimo na območje zamaha, če se macola sname, ali če zgrešimo kol).
- Večji: nekomu sedimo na ramenih in on nam drži kol, mi narahlo zabijamo (brez večjih udarcev, da ne pride do poškodb).

PRIPRAVA OGNJA

1. Netivo
2. Dračje
3. Malo debelejše veje
4. Še debelejše veje
5. ……

O oblikah ognjev si lahko prebereš v Bodi pripravljen!

PRIPRAVA OGNJIŠČA

- Ne pod krošnjo drevesa.
- Ne v bližini drevesa, saj lahko poškoduješ korenine oz. še huje – povzročiš podzemni požar.
- Ognjišče vkopljemo ali ga ogradimo s kamenjem (najbolje kar oboje).
- Odstranimo listje, suho travo.
- Če kurimo na travniku odstranimo rušo (plast zemlje s travo in njenimi koreninami), tako da jo kasneje lahko postavimo nazaj (po potrebi rušo zalivamo, da se trava ne posuši).

BAKLICE

Tehniko ste se učili na vodovem srečanju.

In vedite: VAJA DELA MOJSTRA!

10 UŽITNIH RASTLIN

Spodaj imate primere užitnih rastlin. Seveda je takih primerov še ogromno, a zaenkrat je dovolj če jih znate našteti vsaj deset in povedati njihovo uporabo.

1. REGRAT (Taraxacum officinale)

Regrat je ena prvih divjih solat spomladi. Lahko ga gojimo tudi na vrtu. Porežemo samo liste do srčka, tako se hitro spet obraste. Solato lahko pripravimo samo iz regrata. Mlade liste nabiramo celo leto, tudi med cvetenjem, le da so listi nekoliko trši in bolj grenki, kar pa v mešanici z ostalimi divjimi rastlinami in gojenimi solatami ne moti. Kasneje so uporabni tudi cvetovi. Po solati potresemo samo cvetne listke, brez čašice.

2. NAVADNA SMRDLJIVKA (Aposeris foetida)

Poleg regrata je smrdljivka ena prvih divjih solat spomladi. Raste v gozdu, zato ga nekateri poznajo pod imenom gozdni regrat. Ima značilen vonj po krompirju, zato ima ponekod ime krompirjevka. Cvetovi so podobni regratovim, le manj bogati.

Marca zagledamo prve poganjke med suhim listjem. Ko listje odmaknemo, lahko naberemo prve mlade nežne listke smrdljivke. Mlade liste nabiramo celo leto. So mehkejši kot regratovi. Lahko je glavna sestavina solate. Nekatere moti njen okus po krompirju, zato količino prilagodite okusu.

Solatam dodajamo tudi cvetove. Je zelo bogata z vitamini in rudninskimi snovmi.

3. RMAN (Achillea millefolium)

Kot dodatek solati že od zgodnje pomladi nabiramo nežne mlade podolgovate listke rmana, ki poganjajo vsepovsod po travniku.

So zelo drobno deljeni, kot da je lističev na tisoče. Če nismo prepričani, da so pravi, počakajmo, da rastlina vzcveti in si jih takrat dobro oglejmo. Mlade liste nabiramo celo leto. Dodajamo jih v solate v količinah, ki nam ustrezajo po okusu.

Uporabljamo ga tudi za začinjanje juh, kuhanega in pečenega krompirja, omak itd. Je znana zdravilna rastlina.

4.TROBENTICA, NAVADNI JEGLIČ (Primula vulgaris)

Kot dodatek solatam nabiramo mlade liste (manjšo količino zaradi vsebnosti saponinov) in cvetove skupaj s cvetnimi čašami. Užitne so tudi vse vrste okrasnih primul, seveda ustrezno (ne)gnojenih.

Oprane cvetove potresemo po pripravljeni solati. Med nabiranjem lahko cvetove tudi jemo. Cvetove nabiramo posebej, jih na hitro operemo in potresemo na že pripravljeno solato, ker hitro ovenijo in izgubijo obliko.

Trobentica je zdravilno zelišče. Cvetove posušimo za čajne mešanice.

5. MARJETICA (Bellis perennis)

Nabiramo cvetove in mlade listke marjetic kot dodatek solatam. So zelo okusni in zdravilni, polni vitaminov in rudnin. S cvetovi okrasimo solate.

Nabiramo lahko tudi drobne cvetne popke, ki so primerni tako za solate kot tudi za vlaganje v kis.

Marjetica je zdravilno zelišče. Njene cvetove sušimo za čaj.

Enako uporabne so tudi okrasne marjetice z bogatejšimi cvetnimi čašami.

6. VIJOLICA (Viola odorata)

Spomladi po travnikih in v gozdovih cvetijo vijolice, ki jih je veliko vrst, barv in odtenkov. Za dodatek solatam nabiramo cvetove vseh barv in manjšo količino mladih listov.

Je zdravilno zelišče.

Če najdemo divjo vijolico oz. divjo mačeho (Viola tricolor), katere cvetovi so podobni mačehinim, le da so precej manjši, naberemo tudi te. Užitni so tudi cvetovi gojenih mačeh, pazimo le da niso bile umetno gnojene.

7. ČEMAŽ (Allium ursinum)

Je divji česen. Je bolj zdravilen od česna. Idealen je za spomladanske očiščevalne kure. Nabiramo liste, ki jih obilno (po okusu) narežemo v solate, kasneje pa tudi popke in cvetove.

Uporabljamo ga namesto česna, pripravimo slasten namaz s skuto, rižoto, kremno juho, ga dodamo v sendvič, za zimo pa ga pripravimo kot namaz z olivnim oljem in soljo, kot pesto z dodatki različnih semen ipd.

Pazimo, da ga ne zamenjamo s kakšno podobno strupeno rastlino (šmarnica, jesenski podlesek, kačnik). Predvsem je prepoznaven po vonju po česnu. Čez čas nam prsti dišijo po česnu, tako da to ni več zanesljiv znak. Najbolje je, da se dobro seznanimo s podobnimi strupenimi rastlinami.

8. OZKOLISTNI ali SULIČASTI TRPOTEC (Plantago lanceolata)

Raste po travnikih. Je zdravilno zelišče. Solatam dodajamo mlade liste, ki so bogati z vitamini in rudninami. Imajo okus po gobah. Nabiramo lahko tudi mlade liste širokolistnega in srednjega trpotca, ki imata podobne učinkovine.

Dodajamo jih tudi zeliščnim juham ali jih skuhamo kot prilogo.

Solate potresemo s semeni, ki postopoma dozorevajo na trpotčrvih klasih.

Sušimo ga za čaj, pripravimo sirup za izkašljevanje itd.

9. NAVADNA ZAJČJA DETELJICA (Oxalis acetosella)

Raste v gozdovih, ima svetlozelene liste in nežne bele cvetove. Je presenetljivo kislega okusa. Kot dodatek solati naberemo manjše količine nežnih mladih listov in kasneje tudi cvetov.

Žvečenje sveže rastline pomaga proti zgagi, alkoholnemu »mačku«, po nekaterih informacijah pa tudi pri raznih boleznih želodca..., vendar v manjših količinah. Cvetove sušimo za čajne mešanice.

10. MATERINA DUŠICA, POLJSKI TIMIJAN (Thymus vulgaris)

Raste po travnikih v obliki blazinic med travo, tudi na vrtu.

Za začinjanje solat nabiramo cvetoče vršičke in posmukamo posamezne drobne listke. Je zelo aromatična rastlina.

Je zdravilno zelišče. Sušimo jo za čaj.

11. ORIGANO, DOBRA MISEL (Origanum vulgare)

Raste po travnikih med travo. Lahko ga gojimo tudi na vrtu. Za začinjanje solat nabiramo cvetoče vršičke in posmukamo posamezne liste. Je zelo aromatična rastlina. Lahko ga naberemo in posušimo za začinjanje jedi namesto sicer bolj aromatičnega gojenega origana, ki ima bele cvetove. Je zdravilno zelišče. Sušimo ga za čajne mešanice.

12. KOPRIVA (Urtica dioica)

Kopriva je užitna surova, če jo dovolj pomečkamo, da polomimo vse drobne žgalne laske. Nabiramo in mečkamo jo z rokavicami. Je zdravilna rastlina, idealna za spomladansko očiščevalno kuro. Običajno pripravljamo iz nje »špinačo«, kremne juhe in rižoto skupaj s čemažem, kot prilogo itd. Za solato jo poparimo. Sušimo jo za zdravilni čaj oz. čajne mešanice.

VRSTE NETIVA IN LESA TER NJIHOVE LASTNOSTI

Netiva: brezovo lubje, SUHA trava, suhi cvetovi bodeče neže, baklice (najbolje iz smreke),…

Les: smreka je dobra za prižig ognja, bukev naredi dobro žerjavico,…

TO SO LE PRIMERI, VEČ SI PREBERI V BODI PRIPRAVLJEN IN INFORMACIJE PRIDOBIVAJ S PRAKSO!

ORIENTACIJA KARTE

Kompas postavimo na karto, vzporedno z robom karte, tako da zgornji del kompasa kaže proti severu KARTE. Nato karto skupaj s kompasom obračamo dokler igla v kompasu ne kaže na oznako sever.

SMERI NEBA

Znati moraš kje so smeri neba na zemljevidu in jih s pomočjo naravnih znamenj (predvsem si lahko pomagaš s soncem → vzhod, zahod) prepoznati v znani okolici).

UPORABA MERLIA KARTE

Merilo 1:250 000 pomeni, da če je pot na karti dolga 1cm, boš moral prehoditi 2500m oz. 2,5km.

ORIENTACIJA V PROSTORU

Večje objekte (hrib, cerkev, daljnovod,…) moraš znati prepoznati v naravi in glede na njih določiti svojo grobo lokacijo.

AZIMUT V NARAVI

Učili ste se na vodovem srečanju. Drugače si preberi v Bodi pripravljen, ali pa povprašaj enega od voditeljev oz. svojih sočlanov voda.

ORIENTACIJA BREZ KOMPASA

Npr. orientacija po zvezdah, soncu, z uro… Več o tem si preberi v Bodi pripravljen.

BRANJE KARTE

Razumeti moraš legendo, merilo, osnovne oznake,…

Znati moraš našteti, kaj vse mora vsebovati zemljevid. (naslov, legendo, merilo, letnico izdelave, avtorja,…)

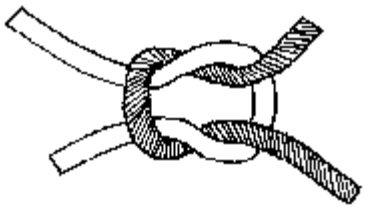
AZIMUT NA KARTI

Preberi si v Bodi pripravljen ali povprašaj voditelje.

VRISOVANJE TOČK

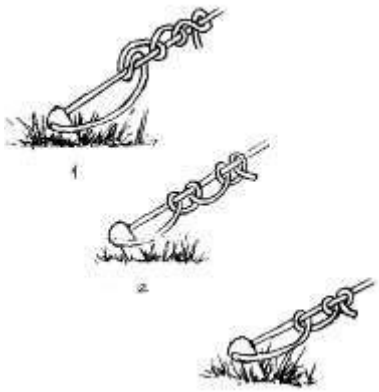
Preberi si v Bodi pripravljen ali povprašaj voditelje.

AMBULANTNI VOZEL

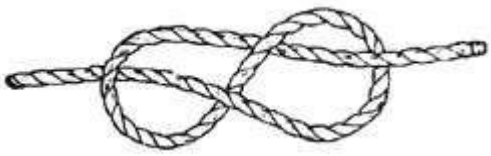


ZAČETNI VOZEL

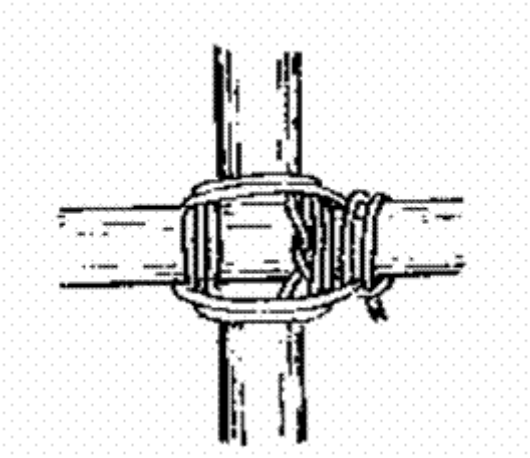
NAPENJALNI VOZEL



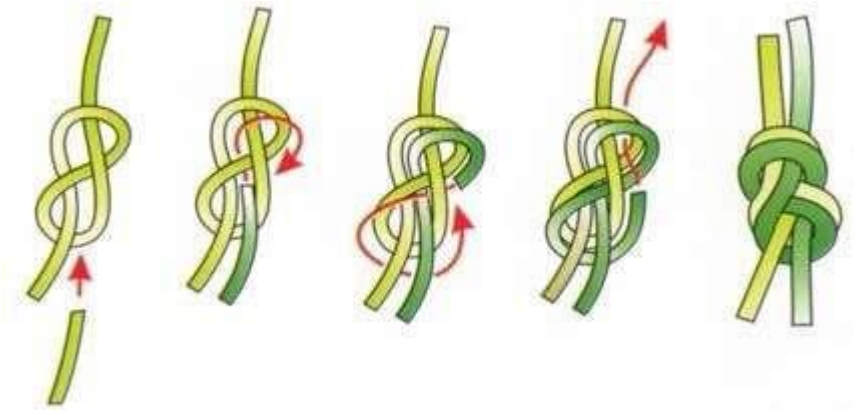
OSMICA



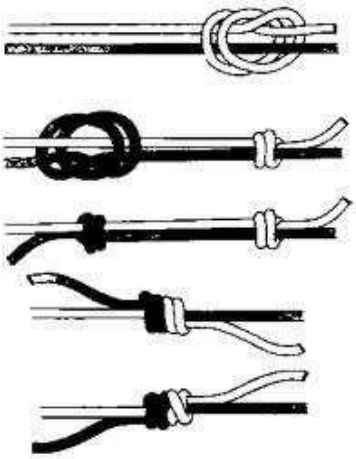
KRIŽNA VEZAVA



VPLETENA OSMICA

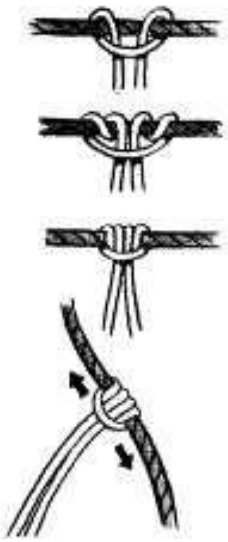


RIBIŠKI VOZEL



KAVBOJSKI VOZEL

PRUSIKOV VOZEL



VEZAVA ZA TRINOŽNIK

ALPSKI METULJ

Sredinska pentlja (alpski metulj)

Ker ne drsi in se ne zateguje, se uporablja za naveze pri hoji v gorah. Izdelamo jo lahko kjerkoli sredi vrvi, slabše uporabna pa je na začetku in koncu (tam uporabimo mrtvi vozel). Primerna je tudi za izdelavo zaporednih zank na vrvi za plezanje (stopamo vanje in se zanje prijemljemo); če imamo dvojno vrv, lahko v zanke pritrdimo prečke in tako izdelamo lestev...

POZOR! Če zanka ni pravilno izdelana, lahko začne drseti.

POVEZOVANJE ŠOTORK

1. Samo z vrvjo
2. Z uporabo paličic

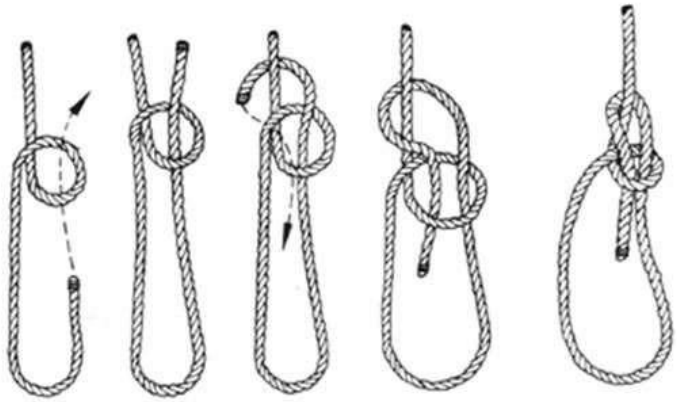
KRIŽNA VEZAVA Z UTORI

Enaka, kot normalna križna vezava, le da prej narediš na obeh palicah utor.

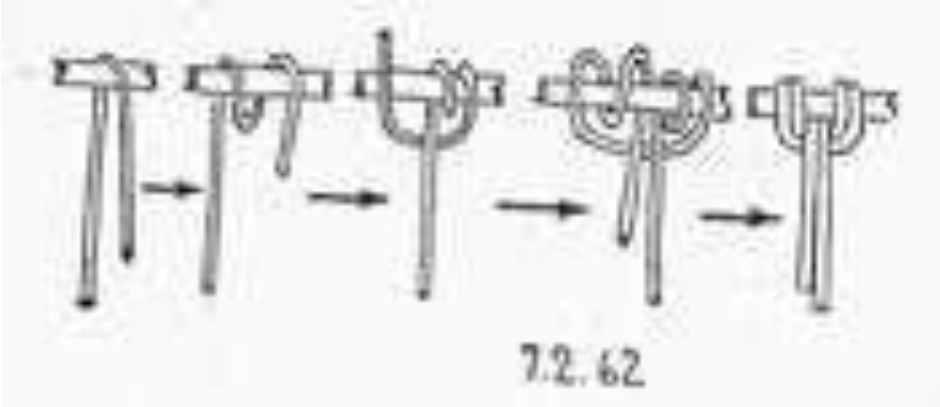
NAPENJANJE CERADE

CEPELIN

MRTVI VOZEL



VPLETEN PRUSIKOV VOZEL



DIGITALNA ZASUTAVITEV KRVAVITVE

S prsti pritiskamo na mesta, kjer se nahajajo večje žile.

KOMPRESIJSKA OBVEZA

En povoj pustimo povit, ga postavimo na gazo (ki smo jo prej položili na rano) in z drugim povojem čez, tesno povijemo.

RUTA PESTOVALKA

Poglej si v Bodi pripravljen!

POLOŽAJ NEZAVESTNEGA

Smo/bomo pokazali praktično, na enem od skupnih srečanj.

GLAVNI ŽIVLJENSKI ZNAKI

Dihanje, utrip, odzivnost,…

PRISTOP K PONESREČENCU

Smo/bomo pokazali praktično, na enem od skupnih srečanj.

TEMELJNI POSTOPKI UŽIVLJANJA + AED

Smo/bomo pokazali praktično, na enem od skupnih srečanj.

OSKRBA OPEKLIN

Najprej spiramo pod hladno (ne ledeno) TEKOČO vodo, dokler bolečina ne pojenja (največ pol ure). Če imamo pri sebi aluplast ali posebne gaze namočene v gel, opeklino ovijemo s tem.

IMOBILIZACIJA S POMOČJO DEKE

Smo/bomo pokazali praktično, na enem od skupnih srečanj.

POLOŽAJI PONESREČENCA

Smo/bomo pokazali praktično, na enem od skupnih srečanj.

OSKRBA IZBITEGA ZOBA

Če zob najdemo takoj po izbitju, ga sami poskušamo vstaviti na njegovo mesto. V nasprotnem primeru damo zob v mleko in gremo čim hitreje do zobozdravnika.

OSKRBA ODREZANEGA UDA

Smo/bomo razložili, na enem od skupnih srečanj.

POŠKODBE Z ELEKTRIKO

Najprej odstranimo nevarnost!!! Po vsej verjetnosti bo potrebno oživljanje s pomočjo AED.

SONČARICA

Preventiva: pitje vode in uporaba pokrival!!!