

Táborníkův manuál

Vážení rodiče, dokument, který právě držíte v ruce, by měl poskytnout podrobnější informace o chodu tábora a o tom, jak to na takové čtrnáctidenní akci uprostřed lesů chodí.

Základní informace

Proč vůbec tábory pořádáme, když to stojí čas a úsilí? Jednak jsou letní dlouhodobé akce neodmyslitelnou součástí skautské výchovy, kdy na táborech vrcholí oddílové celoroční programy, zároveň je to ale i 14 dní mimo ruch města, s minimem „potřebného“ vybavení, prakticky bez elektřiny, s kvalitně stráveným časem – přesně ty položky, kterých máme v životě většinou dostatek, a někdy zapomínáme na jejich skutečnou hodnotu. Na táboře totiž děti snadno zjistí, že nepotřebují nejmodernější tablety, aby mohly hrát akční hry. Ty totiž zažijí na vlastní kůži. Přijdou na to, že je studená voda nepromění v rampouch, a že žáby v potoce skutečně nekoušou. Na táborech vznikají pevná přátelství a spojení, která přetrvávají roky a někdy i celý život.

Běžný tábor o dvou týdnech se neobejde bez pár hodin práce, na které se podílí i děti – stany se samy nemohou postavit; oheň se sám od sebe nezapálí (pevně v to doufáme); protože si vaříme sami, i příprava jídla zabere trochu času. Ale veškeré nutné povinnosti vyvažujeme programem: Celotáborovou hrou (CTH), jejíž příběh provází malé táborníky po celou dobu, sportovními či jinak pohybovými hrami, rukodělnými aktivitami nebo chvílemi odpočinku a prostým vnímáním přírody a klidu okolo.

Ubytování

Nespíme pod širákem, ale v klasických podsadách, vymoženosti, kterou do světa přinesli čeští skauti. Jedná se o dřevěnou konstrukci – 4 stěny a prkenná podlážka. Strop tvoří pět tyčí napevno spojených se spodní stavbou, potažených a upevněných celtovým áčkem. To je nepromokavé. Do každého stanu pak přijdou dvě dřevěné postele, proto je nezbytné myslet na karimatku nebo jinou měkkou izolaci, a vhodný spací pytel.

Děti spí ve stanech po dvojicích. Uskladnění batohů/ kufrů/ oblečení a dalších věcí se nachází v prostoru pod postelemi. Doporučujeme použití přepravek a igelitů na vyložení. Takový systém je přehledný, a snadno se udržuje.

Stravování

Od ubytování už je jen kousek ke stravě. Vaříme na cihlových kamnech vytápěných dřevem. Protože se držíme zásad zdravé výživy, podáváme jídla 5x denně (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře) a to v rozumných intervalech tak, aby děti nebyly (pokud možno) hladové nebo přejedené.

Alespoň jednou denně servírujeme teplé jídlo, většinou oběd, ke kterému je i polévka, k svačinám bývá ovoce či zelenina. K snídani podáváme teplý čaj nebo kakao, během dne jsou k dispozici ovocné ředěné šťávy a studené ovocné čaje.

Důsledně dbáme na pitný režim všech účastníků.

Na zpracování potravin dohlíží vždy jeden z vedoucích, který vlastní potravinářský průkaz, sám se pak na přípravě krmě podílí větší měrou.

Na tábor je dobré dětem přibalit nějaké sladkosti aby měli sladkou tečku po obědě. Při jejich balení jen prosím pamatujte že velké otevřené balení přitahuje mravence do stanů a proto je lepší mít nějaké menší.

Hygiena

Tábor, stejně jako všechny ostatní, podléhá hygienickým požadavkům určených zákonem.

Záchod je řešen latrýnou. Jedná se o suchý záchod umístěný v lese za tábořištěm. Latrýny jsou samozřejmě odděleny dle pohlaví, nachází se u nich barely s čistou vodou na umytí rukou a jsou pravidelně zasypávány. Celkové mytí probíhá během poledních klidů v umývárkách. Tam na táborníky čeká bratar kde si ohřívají teplou vodu a dostatek soukromí pro pohodlné umytí se. Děti se povinně myjí teplou vodou minimálně jednou za tři dny.

Mytí zubů, rukou před jídlem a jiné hygienické návyky jsou samozřejmě na táboře běžné.

Zdravotník, krizové situace

Nad naším zdravím bdí pečlivě zdravotník tábora, tedy osoba nad 18 let, která prošla kurzem Zdravotníka zotavovacích akcí a je kompetentní k výkonu takové funkce, popřípadě z podstaty svého povolání/ studia takovou funkci může vykonávat. Zdravotník spravuje ošetřovnu a marodku – dva oddělené, speciálně vyhrazené a vybavené stany.

Drobné úrazy (odřené koleno, povrchová říznutí...) a nevolnosti (úpaly, úžehy) ošetřujeme na táboře sami. U



závažnějších zranění jezdíme do jindřichohradecké nemocnice nebo konzultujeme stav dítěte s předem domluveným pediatrem. V každém případě Vás vždy kontaktujeme, pokud nastane problém vyžadující zásah odborníka.

Velké bouřky a útrpná sucha se našim tábory v minulosti nevyhnuly. I na takové situace jsme ale připraveni. V případě rizikových pohrom máme připraveny krizové plány, mimoto obstojně chytáme mobilní signál, takže se dovoláme na jednotky integrovaného záchranného systému či jinou pomoc.

Hlídky

Každý táborový den má svůj pevný harmonogram a pravidla, která platí skutečně pro každého. Jako například noční hlídky: Vždy jednou za 3 až 4 nocí hlídá člen vedení nebo dvojice dětí – mladší a starší – tábořiště po dobu 1,5 hodiny. Často se stává, že se úpaly, virózy nebo nevolnosti projeví až v nočních hodinách, a hlídka jako jediná může nemocnému kamarádovi pomoci alespoň tím, že vzbudí vedoucího nebo zdravotníka, který se o dítě postará.

Důležité je i v noci bedlivě sledovat, zda jsou věci na svém místě, nic nechybí (nebo naopak nepřebývá), zda se nežene silná bouře nebo nedoutná jehličí.

