

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

من سلسلة ليديرد

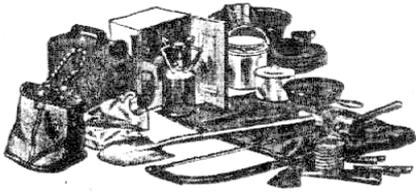
التخييم

السلسلة الكشفية

تأليف : داود هاروود

نقله إلى العربية: رشيد

شقيير



التخييم

تأليف : داود هاروود
رسم : إريك ونشر ومارتن إيشيسن
نقله إلى العربية : رشيد شقيير

مكتبة لبنان

بيروت

مكتبة لبنان

لائحة التجهيزات الشخصية

- من المستحسن التأكد أن اسمك مسجل على كل حاجاتك بوضوح ويجب أن توضح حاجاتك الشخصية كلها داخل وعاء واحد كالجعبة مثلا أو "الجربندية"

للمحافظة على حاجاتك جافة

- بساط أو حصير أو شرشف من البلاستيك - شرشف من البلاستيك أو بساط تحفظ عليه حاجاتك أثناء الليل

المنامة

- كيس منامة وبطانيتان أو ثلاث بطانيات على الأقل - مشابك أو ملاقط بطانيات - شرشف بطاني لكيس المنامة - غطاء وسادة - بيجاما - مصباح جيد مع بطاريات جديدة

المأكل

- طبق أو صحن عادي - صحن اصغر - زبدية أو طاسة للحساء - قدح مسطح القعر ذو مقبض - فنجان للبيض (يمكن أن تكون من البلاستيك أو المعدن المطلي بالمينا ولكن البلاستيك اخف حملا)
- سكين، شوكة، ملعقة كبيرة وملعقة صغيرة - فوطة مائدة - كيس (من القطن أو ما شابه) لاحتواء الصحون وأدوات الطعام بين الوجبات

النظافة

- منشفتان - صابونة داخل علبتها وفوطة للوجه - معجون أسنان وفرشاة - فرشاة شعر، مشط ومرآة معدنية - فرشاة أظافر - عدة تنظيف الأحذية (تحفظ داخل كيس من البلاستيك أو النايلون)

الملبس (فضلاً عما ترتديه من ملابس)

- معطف، " انوراك" أو عباءة - قميص إضافي، بنطلون قصير أو طويل (أو ثوب للفتيان) أو "جيتز" (اثنان من كل منها) - ثياب داخلية إضافية (مجموعتان) - زوجان أو ثلاثة أزواج من الجوارب القصيرة - جزمة من المطاط وحذاء من قماش القنب - حذاء متين - كترات صوفية - علاقات للثياب وأكياس بلاستيك للثياب المتسخة

أغراض شتى

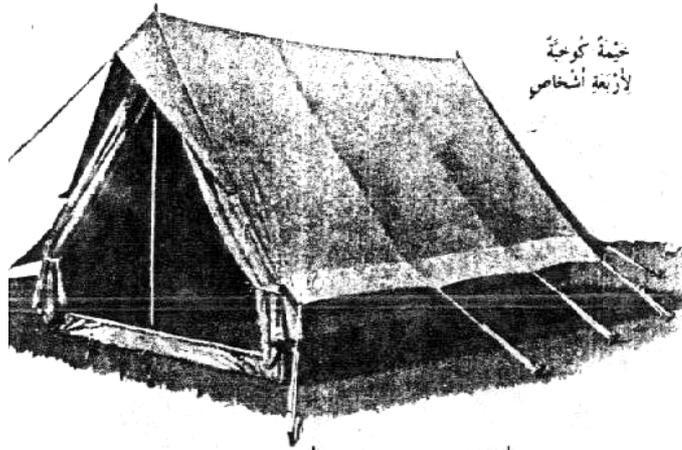
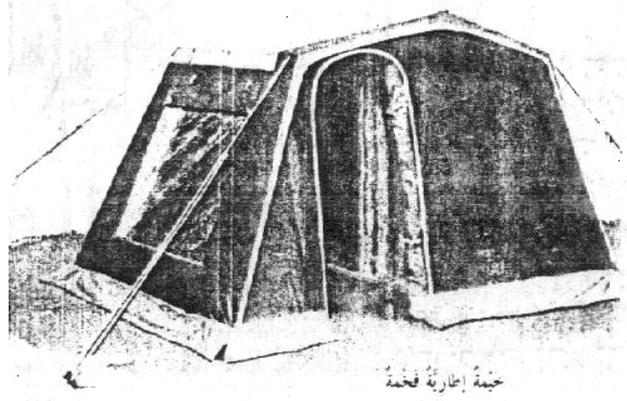
- علبة محارم ورق - دفتر وأقلام - آلة تصوير وأفلام - مطواة أو سكين جيب - ثوب استحمام (مايوه) - أكياس بلاستيك صغيرة (مفيدة لجمع أشياء متنوعة) - خرائط - كتب للمطالعة

التخييم

قبل أن يتعلم الإنسان كيفية بناء المنازل، كان يعيش في ملاجئ يصنعها من المواد التي تتوفر لديه، أو كان يتخذ بيته في مغارة أو كهف، يعني انه كان مخيما بالطبيعة، ولا يزال هناك ملايين الناس في العالم يقضون كل حياتهم على هذا النحو في العراء ومع مرور الزمن ظهرت القرى، ثم الدساكر والمدن، واعتاد الناس العيش في منازل مبنية، واقتصر التخييم على الجنود والعساكر فقط، ومع إطلالة هذا القرن بدأ إقبال الناس على التخييم لأنهم أرادوا ذلك وأحبوه ، وقد أصبح التخييم في السنوات العشرين أو الثلاثين السابقة نشاطا شعبيا مألوفا والتخييم الحديث يمكن أن يكون متعة كبرى ، أو اختبارا مريرا ذلك أن بعض الناس لا يحبون حياة الخلاء، وآخرون يشعرون بجاذب طبيعي نحو هذه الحياة ، وثمة أناس أيضا لم يمارسوا التخييم أبدا، أو أنهم مارسوه مرة واحدة وأصيبوا بخيبة أمل لأنهم لم يعرفوا أصول التخييم المريح، في هذا الكتاب معلومات وأفكار كثيرة حول كيفية التخييم، وكيفية الاستفادة القصوى من الإمكانيات التي يتيحها التخييم

الخيم

- هناك أنواع كثيرة من الخيم التي يمكن الاختيار منها، وهي تتراوح بين الخيم الصغيرة التي تتسع لشخصين والخيم الواسعة الفخمة التي تشبه البيوت الصغيرة ، ويتوقف حجم الخيمة أو الخيم التي تشتريها على المكان الذي تقصده وطريقة انتقالك إليه، وطبعا على إمكانياتك المادية .
- والخيمة هي العنصر الأهم بالنسبة إليك كمخيم، لأنها ستكون بيتك وستوفر لك الراحة والحماية، وعليك أن تستعين بمخيم ذي خبرة ليساعدك في اختيار خيمتك ، فليس من الضروري أن تكون الخيمة الأعلى ثمنا هي الخيمة الأفضل، وعليك أن تتأكد من أن اتساع الخيمة يكفي لاستيعاب شاغليها وحاجاتهم، ومع إن قماش الخيمة صامد للماء، فانه يسرب الماء وإذا لمس وهو مبتل، لذلك ينصح بتغطية الخيمة بغطاء خارجي



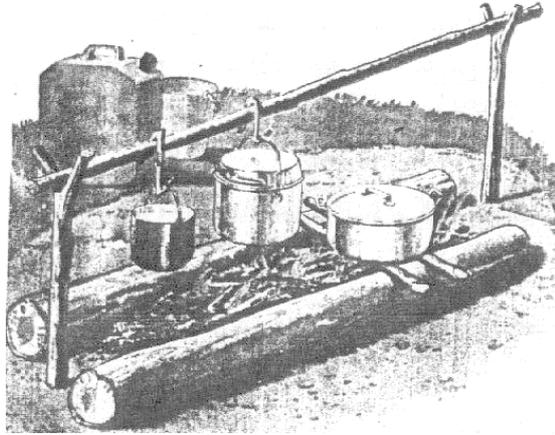
فرش الأرضية

حتى لو نصبت خيمتك على ارض جافة فان البرد والرطوبة يمكن أن ينفذا إليها من الأرض في أثناء الليل، ولذلك ينبغي فرش أرضية الخيمة بغطاء أو بساط صامد للماء، ويستحسن اختياره من المطاط أو البلاستيك الثخين، والكثير من الخيم الحديثة مزود بفرش ملائم للأرضية

معدات الطبخ

هناك ثلاث طرق رئيسية لطهو الطعام في المخيم، والتجهيزات التي تحتاج إليها تتوقف على الطريقة التي تختارها:

- على نار الحطب (انظر الصفحتين 24 و25 لمزيد من التفاصيل)
- بواسطة موقد غازي: الموقد الغازية مؤقتة للمخيمين جماعة أو المصطحبين سياراتهم لما تتميز به من سهولة وسرعة في الاستعمال، ولا ينصح باستخدامها للمخيمين أو المنتزهين بأحمال خفيفة نظرا لثقل اسطوانات الغاز
- بواسطة الموقد الضغطية : وهذه يحظر استخدامها على المبتدئين أو المخيمين الصغار لأنها تتطلب عناية وخبرة في الاستعمال والصيانة، وهي تعمل على البارافين المبحر، وتتميز بخفة الوزن ورخص الثمن، وأينما كان المكان الذي تختاره للتخييم، فان عليك أولا التأكد من نوع النار المسموح بإيقادها، وعليك أن تكون شديد الحيطه لان النار خطيرة، فغالبا ما تنشأ حرائق الغابات عن إهمال في إيقاد نار الحطب أو إهمال في إخمادها جيدا



معدات الزمرة

عندما تريد التخييم ستحتاج إلى أن تأخذ معك كل معدتك، وان تكون هذه المعدات كافية للتخييم المريح، فالمخيمون المشاة الخفيف الأحمال يأخذون معدات اقل بكثير من تلك التي يأخذها المخيمون الذين يستعملون وسائل النقل، ونقترح المعدات التالية لتجهيز زمرة من أربعة مخيمين (راجع قائمة الحاجات الشخصية في أول الكتاب)

معدات المطبخ:

مجموعة متداخلة من ثلاث قدور معدنية (متدرجة الحجم) ، مقلات ، الأدوات المطبخية، دلاء وأوعية من البلاستيك لحمل الماء، فتاحة علب، أوعية طعام، شاش، عدة الغسيل (طاس، فوطة تجفيف، مساحيق أو سوائل تنظيف، حشوات للجلي..الخ) إبريق شاي

مراحيض:

إذا لم يكن هناك مراحيض في مكان التخييم فالمطلوب: خيمة مرحاض جاهزة بأوتادها وجبالها، رفش صغير أو عدة حفر، مع مطهر كيماوي، ورق تواليت في وعاء صامد للماء

متفرقات:

أوتاد إضافية وأسياخ، كبة خيطان مصيص، شموع، فأس (بلطة) ،منشار قوسي، ورق معدني، حبال متنوعة، علبة إسعاف أولي (تأكد من أن واحدا من زمرك على الأقل يلم بمبادئ الإسعاف الأولي) ،علب كبريت، خرائط ، مطرقة ، مناشف أغراض إضافية اختيارية: طاولة وكراسي انطوائي، صفائح خبز، حك (بوصلة) ، خيمة صغيرة لحزن المؤن والمعدات

هذه المعدات كلها يجب أن توضع بترتيب وتراص، وعلى الراحلين أن يوزعوا الحمولة بين أفراد الزمرة وفقا للقدرة البدنية لكل منهم، وعلى المخيمين جميعا أن يعرفوا مكان كل واحد من هذه الأغراض

وفي هذا الكتاب معلومات تالية حول الخيم والفؤوس والمناشير ستجدها في مواضعها، لكن نبيه بشكل خاص إلى الحذر في أثناء استخدام الفؤوس والمناشير لتلافي وقوع الحوادث والأضرار التي قد تنشأ عن ذلك

حاجات النوم

انك ولاشك توفر لنفسك مزيدا من متعة التخييم إذا استطعت أن تنعم بالدفء وتبعد عنك البلب والرطوبة، ويستحسن استخدام سرير مخيم من النوع الخفيف الذي يسهل حمله، وسواء استخدمت سريرا أم لا، فعليك أن تجعل تحت جسمك من البطانيات والأغطية بقدر ما تضعه فوقه، إن لم يكن أكثر

وتبين لك الرسوم في الصفحة المقابلة كيفية صنع سرير من البطانيات، ويفضل كيس النوم على البطانيات بالنسبة إلى مداومي التخييم لأنه اخف وزنا واقل حجما، وأكياس النوم القابلة للغسيل هي

أفضل من تلك التي تحتاج إلى تنظيف على الناشف ملاحظة وقائية: بعد تنظيف كيس النوم الناشف، يعرض للهواء لان أبخرة هذا التنظيف سامة وقابلة للالتهاب ويستحسن استخدام بطانية من قماش القطن أو النايلون لكيس النوم حتى لا تضطر إلى غسله أو تنظيفه على الناشف بعد كل تخيم

والمكان الامثل هو الموقع الذي تشعر انك ترتاح فيه، وعلى كل حال فان الأمر يتوقف كثيرا على ما تريده أنت، فقد تستهويك صحبة الكثرة من أناس آخرين، أو قد تفضل الانزواء برفقة أفراد عائلتك أو مع أصدقائك

.....

.....

.....

الماء

الماء من ضروريات الحياة، وإذا لم يتزود جسمك بالماء أو الشراب بانتظام، فانك تفقد من وزنك تدريجيا، وتموت عطشا وإعياء إذا انقطع عنك الماء فترة طويلة، ولعل هذا لن يحدث أبدا إذا كان التخيم في الريف أو الضواحي، ولكنه أمر جدير بالاهتمام إذا كنت تنوى التخيم في مناطق نائية وعرة المسالك وكان الطقس حارا، والماء الذي تشربه يجب أن يكون نقيًا، وألا تعرضت لخطر الإصابة بالمرض، وإذا استقيت الماء من حنفية في شبكة الأنابيب، فمن الأرجح انه صالح للشرب، ولكن ثمة أماكن تكون مياه الحنفيات فيها غير صالحة للشرب، فإذا شككت فتحتر الأمر جليا ويجب معالجة الماء الذي تحصل عليه من مصادر أخرى (كالمجاري والأنهار والآبار) بحذر، فالماء الصافي للعين المجردة ليس بالضرورة ماء نقيًا، كما أن الماء العكر ليس بالضرورة ماء ملوثًا ولتنقية الماء يمكنك أن تغليه لمدة خمس دقائق على الأقل، أو أن تضيف إليه إحدى المواد المطهرة الخاصة التي يمكن الحصول عليها من الصيدليات أو من مخازن لوازم التخيم، وعندما تصبح ذا خيرة أوفر فانك ستتعلم طرقا أخرى لتنقية الماء

احمل معك دائما مطرة للماء حيثما تتوجه وأملاها حيثما تستطيع، وفي المخيم يجب أن يكون ماء الشرب طازجا بالقدر المستطاع، ومحفوظا في أوعية محكمة الإقفال أو في جرادل مغطاة بنسيج قطني

شف توضع في مكان ظليل، ولا تستعمل هذه الأوعية أبدا لأغراض أخرى



إقامة المخيم

هناك عادة ثلاث مناطق رئيسية في المخيم: خيم النوم، المطبخ، المراحيض، وقبل أن تبدأ بالعمل حدد موقع كل منطقة والأفراد الذين سيؤدون المهمة

خيم النوم:

انصب خيمة بحيث تفتح في الجانب المستدري من الريح، واترك مجالا كافيا بين الخيم يسهل للناس المشي دون أن يتعثروا بالحبال والأوتاد، ويمكن أن تنصب الخيم متوازية أو بشكل نصف دائري إذا كان الطقس باردا فذلك يوفر لها دفئا أكثر من نار المخيم في أثناء الليل، ضع قطعة من ورق الالومنيوم أو قطعة صفيحة مقلوبة فوق كل من أوتاد الزوايا الأربع فتعكس أشعة الضوء أو النار لتحاشي التعثر بها أثناء الليل

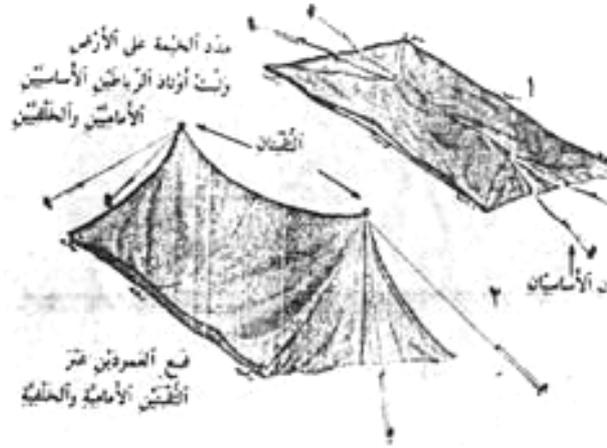
المطبخ:

يجب أن يكون المطبخ بعيدا عن خيم النوم، وفي حال استعمال نار الحطب يجب أن يكون الموقد في مستدري الريح لكي يذهب الدخان بعيدا عن المخيم، ضع تصميم مطبخك بحيث يكون كل شيء في محله

المراحيض:

إذا لم يكن هناك مراحيض في موقع التخييم فستحتاج أما إلى مرحاض نقال مزود بالمطهرات، أو إلى حفر مرحاض خاص، وعليك أن تسأل أصحاب الموقع عما إذا كان بوسعك حفر مثل هذا المرحاض، لا تحفر المرحاض مجاورا لمجاري الماء أو الآبار أو الأشجار، اجرف العشب أولا من موضع الحفر (انظر الصفحتين 22 و 23) ثم احفر حفرة طولها 60 سم وعرضها 30 ، إلى عمق متر تقريبا، ضع تراب الحفر على قطعة من البلاستيك الرقيق أو الجنفيس العتيق قرب الحفرة لظمرها فيما بعد، احفظ ورق المرحاض في وعاء مسبك، واغسل يديك بعد ذلك ، ويكون المرحاض داخل خيمة خاصة أو محاطا بستارة

نصب الخيمة



إذا لم تكن قد خيمت من قبل فانك توفر كثيرا من الوقت والجهد وتندرب على مهارات التخييم في حديقة بيتكم الخلفية أو في مكان طلق قريب قبل أن تنطلق في رحلتك، وليكن تدربك ، على ذلك ليس فقط في الأيام المشمسة بل أيضا في وقت الريح والمطر، والتعاون مهم في نصب الخيم، فانه حتى اصغر الخيم يكون نصبها أكثر سهولة بالتعاون ونصب الخيمة أمر بالغ الأهمية لأنه إذا لم يتم نصبها حسب الأصول فقد تقضي فيها ليلة غير مريحة أو تتسبب في إعطابها، وليس هناك إجراء محدد لذلك، فالطريقة التي تختارها سوف تتوقف على نوع وشكل الخيمة التي تجوزتك، وعلى الطريقة التي تجدها أكثر سهولة من سواها ، وستجد في النقاط الآتية ما يساعدك في هذا المجال

1. أبواب الخيمة يجب أن يتقفل بأشرطة أو بسحاب، أوقف العمودين معا وضع طرفيهما المسماريين عبر ثقب الخيمة (وغطائها) بعناية فائقة

2. ثبت حبال الأربطة الرئيسية وتأكد من دق الأوتاد مائلة بزاوية مقدارها 45 درجة، ومن شدادات الأربطة تصل إلى حوالي منتصف الرباط
3. ثبت الأربطة الجانبية في مواضعها جاعلا صف الأوتاد موازيا للمتن ومراعيا أن يتبع كل رباط امتداد خط الدرز المشدود إليه، ويجب أن تلامس قاعدة الجدار الأرض، وعندما تستعمل غطاء للخيمة ضع صفا آخر من الأوتاد بعيدا عن الصف الأول حتى لا يلامس الغطاء السقف
4. ثبت أوتاد تثبيت أطراف الجدران جيدا في الأرض يجب أن تبدو الخيمة المنصوبة متناسقة مرتبة، وأعمدتها مستقيمة ثابتة، وسطوحها غير مغضنة ولا مشناة

أجراف العشب

- عندما تريد أن تحفر حفرة في الحقل أو مرج عشبي للنار أو للمراحيض، عليك أولا أن تقتطع مربعا أو مستطيل من العشب مع جذوره، وهذا ما يسمى باجتراف العشب ويتم هذا العمل بعناية بحيث ينقل العشب قطعاً منتظمة
1. خطط المربع أو المستطيل من العشب المراد اجترافه تبعا لقياس الحفرة التي تريد حفرها، اجرف العشب بعمق 5 إلى 7.5 سم على طول الأطراف بواسطة رفش أو مسطرين أو سكين طويل
 2. ادخل السكين بعناية وثبات تحت العشب من طرف واحد ثم لف العشب المجترف فيما أنت تقطعه
 3. عندما تجترف قطعة العشب كلها انقلها إلى مكان رطب ظليل (داخل حفرة أو تحت سياج مثلا) ورشها بالماء، اعد عملية الرش هذه يوميا ليبقى العشب نديا ورطبا
 4. الآن بوسعك أن تحفر إلى العمق الذي تراه ضروريا، ضع تراب الحفر على قطعة جنفيص أو بلاستيك أو قماش عتيق لتتمكن من إعادته كله إلى الحفرة عند انتهاء التخييم

إضرار النار

لا تضرم النار أبدا بالقرب من كلا يابس أو بجوار أكداس القش أو الهشيم، دائما نظف المنطقة حول الموقد من ورق الشجر والقضبان والعشب اليابس، الخ .. إلى مدى 3 أمتار على الأقل، واذكر أن ريحا خفيفة تكفي لحمل شرارة اللهب إلى مسافة غير قصيرة، ولا تترك أي جذوة أو جمر في الموقد ليلا أو عندما تغادر مكان التخييم، وتأكد من أن إضرار النار مسموح به في الموقع الذي تخيم فيه

كيفية إضرار النار

تبين الصور المنشورة في الصفحة المقابلة كيفية إضرار النار، وفيما يأتي بعض النقاط التي يجب أن تذكرها عندما تجمع حطباً لنارك:

اختر النوع الملائم:

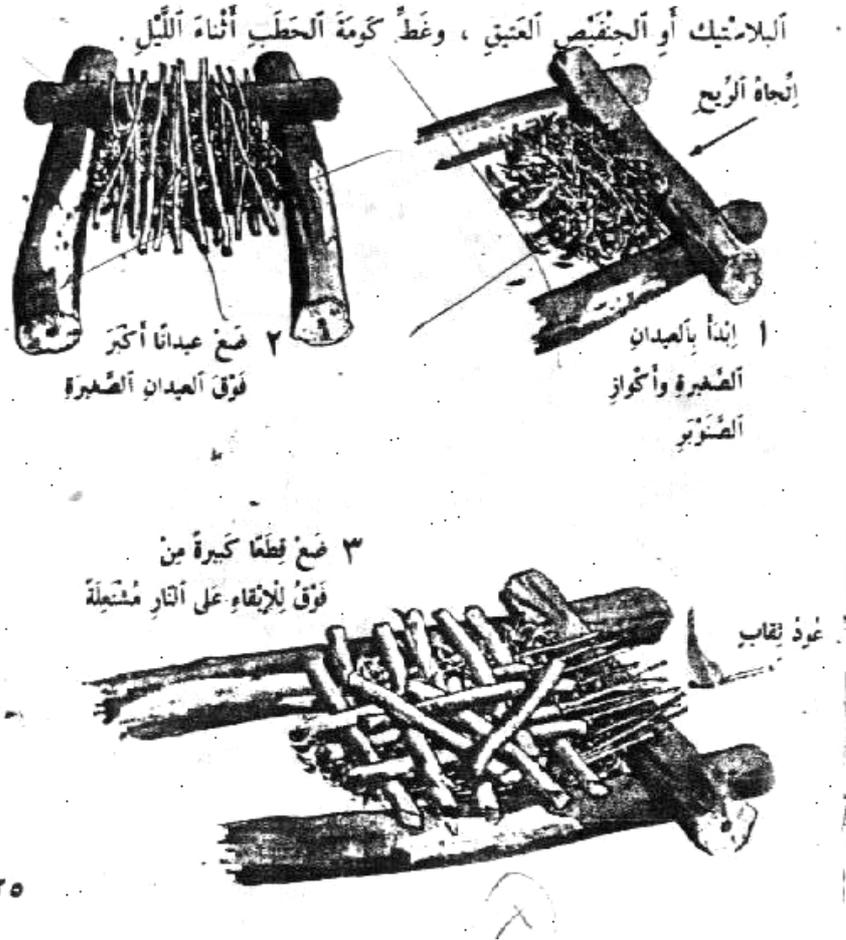
1. هناك حطب يشتعل جيدا، وحطب أخر (كالبيلسان والصفصاف والبلوط) صعب الاشتعال، لا تقطع أو تنشر أبدا أغصانا خضراء من أشجار الموقع، اجمع فقط الحطب الجاف الذي تجده تحت الأشجار أو في الاسيجة، ويمكن إسقاط الغصن الجاف من على الشجرة بواسطة حبل، وستحتاج إلى أنواع مختلفة من الحطب لوقد النار وإذكائها والإبقاء عليها
2. استعمل لوقد النار دائما القطع الصغيرة من نبات الصنوبر والزعروور البري والبتولاء، ويمكن الاستعانة أيضا بأكواز الصنوبر، احتفظ بكمية منها في علبة مع بضع خشبات وشموع لإشعال النار في أي طقس
3. ولإذكاء النار استعمل العيدان من الأس البري ولحاء الشجر، وللإبقاء على النار استخدم بعضا من خشب الزان أو البلوط أو الدردان أو الكرز

اختر القياسات الملائمة:

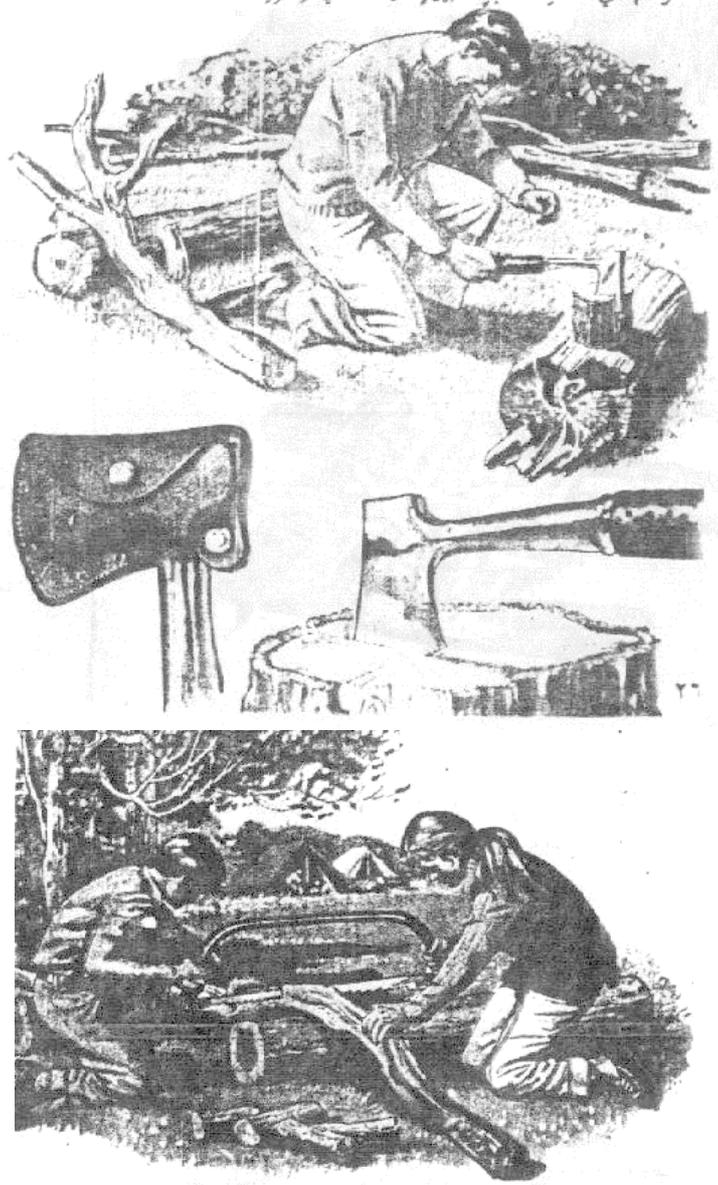
ولعلك ستحتاج إلى كل القياسات، لكنك ستحتاج في اغلب الأحيان إلى قياس معقول يبقى النار مضرمة، تعلم كيف تستعمل المنشار والفأس (انظر الصفحتين 26 و27)

اجمع الكومة المناسبة:

حاول دائما احتزان مؤونة يوم من الحطب لتغطية احتياجاتك وتحاش جمع الكثير منه فتتركه كومة عند مغادرة المخيم، صنف الحطب حسب قياساته وضعه فوق قطعة من البلاستيك أو الجنفيص العتيق، وغط كومة الحطب أثناء الليل



الفأس أو البلطة



- تأكد من حين لآخر أن راس الفأس ثابت في المقبض، احتذ حذ قويا أو جزمة قصيرة، وتخلص من أي شيء يمكن أن يعيق عملك كربطة العنق أو القميص الفضفاض أو القلادة المتدلّية.. ضع الحطب الذي تريد قطعه على مسند خشبي ثابت كجذع الشجرة أو كتلة خشبية أكبر، واتخذ وضعاً مريحاً متوازناً، وابتعد الرفاق الآخرين عنك لمسافة كافية امسك مقبض الفأس بيد واحدة وارفعها بثني ذراعك عند المرفق ثم دعها تاركاً وزن راس الفأس يفعل فعله، وحال انتهائك من استعمال الفأس اغرز رأسها في كتلة خشب كبيرة أو ضعه في غمده

منشار الحطب

- ركز الحطب الذي تريد قطعه في وضع مستقر على جذع ضخمة، امسك مقبض المنشار بثبات وتأكد من أن وضعك متوازن بالنسبة إلى عملية القطع بحيث تستطيع تحريك المنشار بقوة كتفك، ابدأ النشر بجذب شفرة المنشار نحوك لإحداث أهدود دليلى فى قطعة الحطب
- تجرى عملية القطع (سواء أكنت تنشر بمفردك أم مع شخص آخر) بأشواط "الجذب" لا "الدفع" ، وإلا فقد تتعرض الشفرة للقصف، ابق "القطع" على أكثر ما يمكن من الانفتاح لتقليل احتكاك الشفرة بجانبي القطع، واستعن بنقطة من الزيت أو الشحم لتسهل حركة الشفرة عند الحطب القاسى أو الرطب
- بعد الاستعمال شحم الشفرة وغلفها بقطعة خيش أو بأنبوب من المطاط احفظ المنشار جافا ولا تتركه يلقى على الأرض أبدا



لطبخ وإعداد الطعام

إن تناول الطعام فى المخيم لا يقتصر على استعمال الطعام المعلب الموضب فقط، فان الطهو فى العراء يمكن أن يكون متنوعا وشهيا بمقدار أن يكون عليه أى طعام يعد فى مطبخ منزلى، ولكن ذلك يتطلب مزيدا من التخطيط والبراعة والعناية، فأنت بموقد المخيم، أن توافر، لن يكون ذلك شعلات كثيرة كما فى موقد البيت، اختر الأطباق التى تطهى جميع .. وأدها فى الوعاء نفسه، ومن الأفضل أن تشمل الوجبة طعاما ساخنا وأخر باردا

ومع أن الطهو على نار الحطب ليس بسهولة الطبخ على موقد الغاز، فإن له عدة مزايا، كان توقد مثلا نار صغيرة تكفي لقدر واحدة أو كبيرة تكفي لعدة قدور، ويمكن إعداد أطباق مختلفة (بالطبخ أو السلق أو الشيء) كما يمكن اصطناع موقد بسيط بنار الحطب، والى جانب ذلك تستطيع الحصول على فائض من الماء الساخن للغسل، كما توفر لك نار الحطب الدفء في الأمسيات الباردة ومن الأهمية بمكان أن توقد نار الطهو في الوقت المناسب، فالطبخ الذي يتم فوق نار خفيفة بحمرة أفضل من الطبخ على نار كثيرة اللهب والدخان

الاعتناء بالنفس

- الاعتناء الشخصي بشروط الصحة العامة يصبح أكثر أهمية في أثناء التخييم عما هو في البيت، لأنك في العراء أكثر تعرضا للاتساخ والعرق، وكذلك فإن ثيابك ومعدتك الأخرى هي أيضا بحاجة إلى العناية اللائقة
1. في أوقات الصباح عندما تكون الأرض ندية أو عندما يكون الجو رطبا يفضل استخدام أحذية خفيفة أو خف بدون جوربين، أو جرمة من المطاط وسروال قصير، فابتلال القدمين لن يضر، ولكن الأذى يمكن أن يتأتى من ارتداء الجوارب (أو غيرها من الثياب) المبتلة
 2. إذا تبللت ثيابك فاستبدل بها ثياب جافة بأسرع ما تستطيع
 3. احتفظ بمعدتك نظيفة ومرتبة، واحفظ ثيابك الإضافية داخل جعبة (جربندية) أو حقيبة أو صندوق بعيدا من رطوبة الأرض، ويفضل وضعها على رف
 4. لا تحزم ثيابك رطبة إلا إذا لم يكن لديك خيار آخر، وابق المناشف والفوط الرطبة منشورة لكي تجف
 5. غسل راسك وأطرافك جيدا في الصباح والمساء، افرك أظفرك جيدا، وتأكد من أن قدميك ليستا نظيفتين فقط، بل وجافتين أيضا، ودائما اغسل يديك قبل لمس الطعام وقبل تناول أي وجبة، وبعد خروجك من المراض
 6. عالج الإصابات الطفيفة (من جروح أو خدوش أو لسع ...) فورا، وأعطاها ما تستحقه من الاهتمام

7. البرد هو ألد أعداء المخيم، فلا تنتظر حتى تشعر بالبرد (ولاسيما في المساء) لكي ترتدي كترّة صوفية، وإذا كان الجو جيدا ومشمسا فتعرض للشمس بالتدرج حتى لا تصاب بحروق الشمس أو بضربة الشمس

النظافة العامة داخل المطبخ

لا تنس أبدا أن تغسل يديك بالصابون والماء قبل أن تلمس الطعام، و إلا فان الجراثيم التي تحملها يداك قد تنتقل إلى الطعام الذي ستتناوله

خيمة المخزونات:

من الحكمة خزن الطعام مستقلا عن أي شيء آخر، والأفضل أن يحفظ في خيمة مخصصة للأطعمة، لا تترك أي طعام على الأرض مطلقا، وباستطاعتك صنع رف بسيط يعلو عن مستوى الأرض بقليل ترصف عليه الأطعمة المعلبة وأكياس الخضار، ويجب أن تحفظ الأطعمة السائبة كالسكر والبسكويت والخبز والرز وغيرها في أوعية محكمة الإغلاق لإبعاد الحشرات عنها، ابق خيمة المخونات نظيفة ومرتبة واحفظها، مهواة بوضع قطعة موسلين على المدخل

خزانة الأطعمة في المخيم:

الحليب واللحم والسمك وغيرها من المأكّل القابلة للتلف يجب أن تحفظ في مكان بارد مهوى ومعزول عن الحشرات، ويمكن شراء خزانة لهذا أو إعدادها بنفسك

النفايات:

جمع البقايا والنفايات يجب أن تحرق أو يتخلص منها على الوجه الصحيح (مثلا في وعاء القمامة المناسب) وبأسرع ما يمكن لأنها تجلب الهوام والزلاقط، وإذا كنت تستعمل حفرة لتجميع المواد الدهنية فان العشب أو الخنشار يجب أن يحرق مرتين في اليوم على الأقل، ودائما بعد وجبة المساء بحيث لا تبقى تلك الحشائش وما عليها من أقدار متروكة كل الليل، طبق العلب الصفيحة واحرقها قبل أن تضعها في وعاء القمامة أو تطمرها في حفرة عميقة

بقايا الطعام

حاول ألا تترك من الطعام بقيا كلما استطعت ذلك، وإذا كنت تظن أن بعضا من طعامك، سواء أكان مطهرا أم لا، قد فسد، فلا تغامر بتناوله، يجب أن تحرق بقايا الطعام وتطمر جيدا بالتراب، أو تلف في جريدة وتوضع في وعاء القمامة

الغسيل

قلة هم الذين يجوبون الغسيل والجلي، ولكن ذلك عبء لا بد منه في المخيم كما في البيت، وكما أسرع في عملية الغسيل والجلي كان ذلك أفضل، فالعمل إذ ذلك أسهل وتهافت الحشرات اقل، وفي الطبخ فوق النار يسود ظاهر الطناجر بالسناج والدخان، لكن تنظيفها لن يكون صعبا لو تطلّى الطنجرة أو المقلاة بمعجون من ذرور التنظيف والماء، وإذا دهنت بسائل التنظيف قبل أن توضع على النار

اغسل أدوات الطبخ كلها بالماء الساخن مع سائل التنظيف واشطفها بعد ذلك بالماء الساخن، ودعها تقطر حتى تجف (ماعداد الأدوات الخاصة) مغطيا إياها بالمورسلين أو الشبك أو القماش لحفضها من الغبار والأوساخ، ويفضل حفظ الأدوات الشخصية بعد غسلها في كيس قطني للمحافظة على نظافتها بين الوجبات

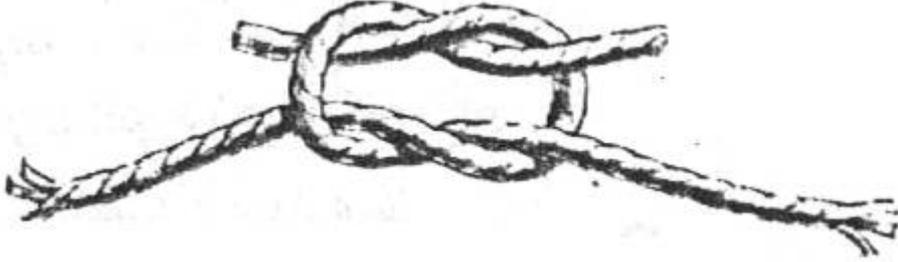
وأفضل طريقة للتخلص من مياه الغسيل الوسخة (وكذلك من السوائل الدهنية والمرق) هي ان تصبها في حفرة الشحوم، احفر لذلك حفرة كما هو مبين في الصفحتين 22 و23، وغطها بكاملها بالأغصان والخنشار بحيث تشكل مصفاة للمواد الدهنية (وهذه يجب أن تحرق من حين لآخر كما هو مذكور في الصفحتين 32 و33)

اغسل المناشف و فوط الأطباق بقدر ما تستطيع فالقوطة القدرة كريهة الرائحة وكثيرة الجراثيم



بعد العقد المفيدة

العقدة المربعة (أو الأفقية)



- تستعمل لوصل قطعتين من الخيوط أو الحبال المتماثلة الثخن، ولعقدها تذكر ما يأتي: "اليمن فوق الشمال والشمال فوق اليمن"

عقدة الصباد (السماك)

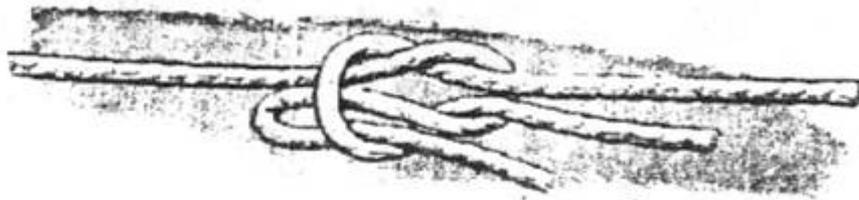
- هي أفضل طريقة لوصل حبلين متساويي الثخن، لاسيما إذا كان ثمة عقدة نصفية في كلا الطرفين، وهي أكثر صعوبة في الحل من العقد المربعة

العقدة الشراعية



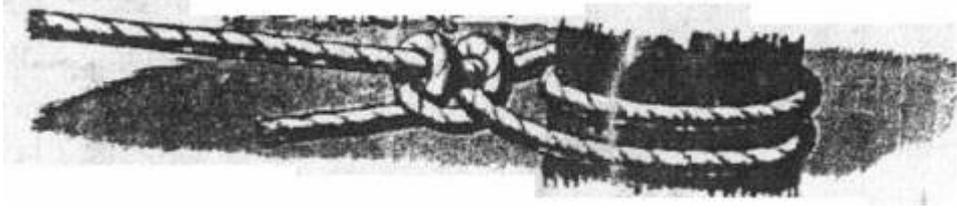
- تستخدم عند وصل حبلين مختلفي السماكة

الانشوطة (العقدة المنزلقة)



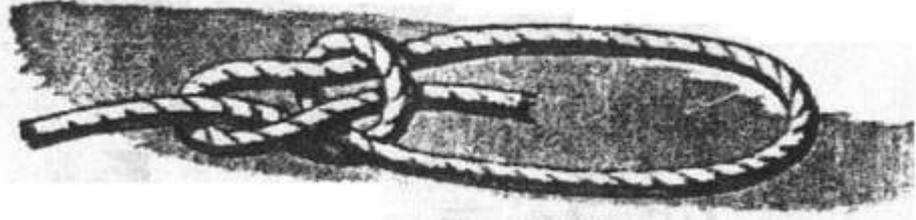
- هي أكثر العقد فائدة لأنها سهلة الحل، وهي مثالية لربط أوتاد الخيام وأبوابها، الخ .

عقدة الوتد



- تستعمل في بداية عقدة الربط المربعة، ونهايتها(انظر الصفحتين 38 و39) وكذلك للربط في سارية أو عمود عندما يكون الشد من كلا الجانبين متساويا

العقدة المستديرة (باللف مع عقدتين نصفيتين)



- تثبت طرفا من الحبل إلى شجرة أو سارية أو عمود (عندما يكون الشد على طرف واحد من الحبل)

العقدة غير المنزلقة

- تستخدم لإحداث حلقة ثابتة في نهاية الحبل، وهي تستعمل كثيرا في أعمال الإغاثة



رابطة الساق

- وسيلة عملية لتقصير الحبل، وهي تستخدم في المخيم حينما يكون حبل التثبيت أو حبل الغسيل الخ...طويلا جدا دونما حاجة إلى قص الحبل، والحبل غير الموصول يبقى دائما أقوى وانفع من قطعتين موصولتين أحدهما بالأخرى

الربطات الوثاقية (أو الرصات)

- تستخدم الربطة الوثاقية لتثبيت عمودين احدهما بالأخر بالحبال، وثمة أنواع عدة من هذه الربطات تقدم منها فيما يلي ثلاثا ذات عون وأهمية خاصة للمخيم :

الربطة المربعة

- تستخدم الربطة المربعة لتثبيت العمودين متصلبين (أي متقاطعين بزوايا قائمة)
- اعقد عقدة وتد (انظر الصفحة 37) حول العمود الذي ستحمل معظم الثقل و ابرم الطرف السائب حول الحبل
- مرر الطرف المتحرر من الحبل عبر العمود المعترض، ولفه خلف العمود القائم، ثم عبر العمود المعترض، وهكذا اعد الكرة حوالي ثلاث مرات متأكدا من أن الحبل مشدود جيدا عند كل لفة
- ثبت الربطة في مكانها بان تلف الحبل حول الربطة بين العمودين فيما يسمى باللفات الوثاقية، ودائما شد الحبل جيدا عند كل لفة
- أكمل الربط بعقدة وتد نهائية على العمود الثاني

الربطة (أو الرصة) المائلة

- تستعمل الربطة المائلة (القطرية) لتثبيت عمودين ومنع تباعدهما بالشد أو الضغط
- ابدأ بعقدة وتد حول العمودين معا
- لف الحبل ثلاث مرات باتجاه العقدة
- ثم لف الحبل ثلاث مرات حول المنشعب الأخر للعمودين
- ثبت الربطة باثنتين أو ثلاث من اللفات الوثاقية، وأكمل الربطة بعقدة وتد حول أي من العمودين

الربطة العمودية

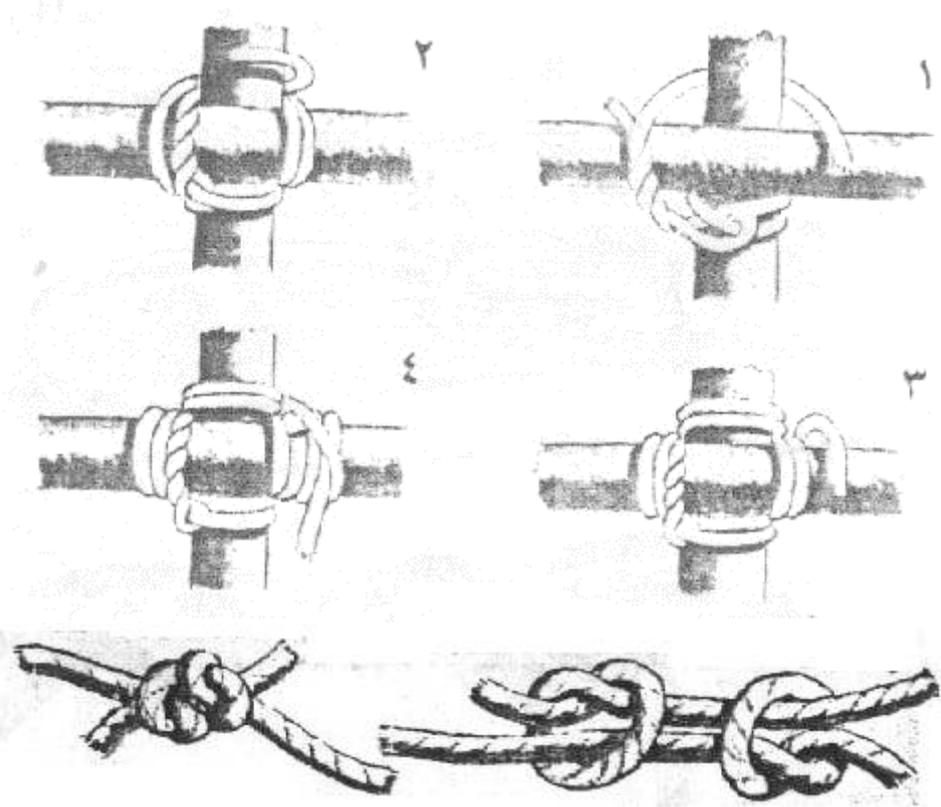
- تستخدم الربطة (الرصّة) العمودية أما لتشكيل ساق أو دعمة مزدوجة من عمودين (النموذج 1) أو لجمع طرفي عمودين (النموذج 2)

النموذج 1

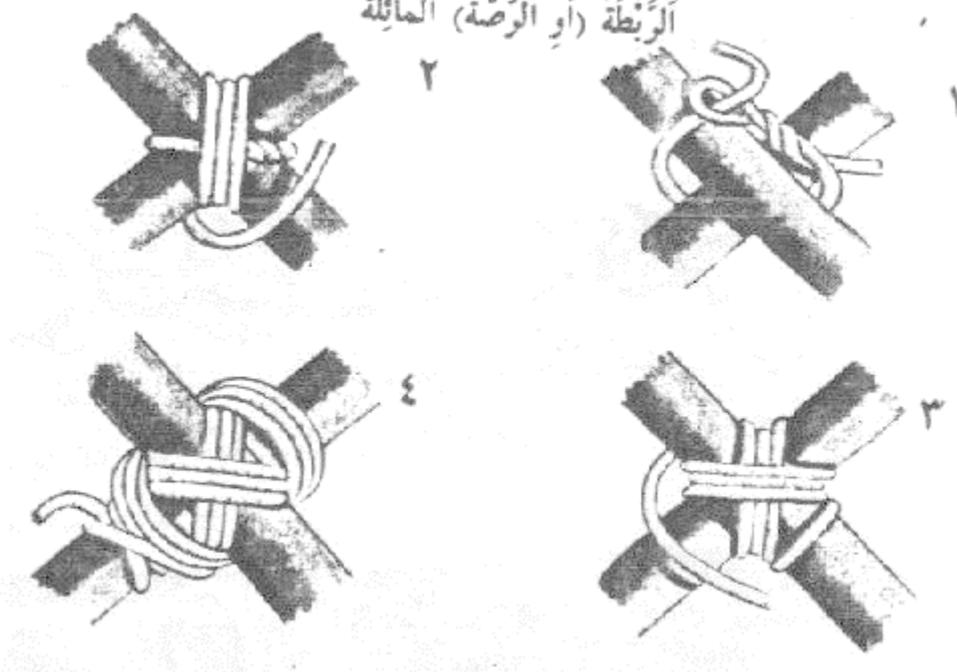
1. ابدأ بعقد وتد حول احد العمودين (لا كليهما) وابرم الطرف الحر حول الحبل
2. لف الحبل حوالي عشر لفات حول العمودين كليهما، ولا تجعل هذه اللفات فائقة الشد كي لا تلقى صعوبة في اللفات الوثاقية
3. لف الحبل بشدة بين العمودين مرتين أو ثلاثا في لفات وثاقية
4. أتم الربطة بعقدة وتد حول العمود الأخر

النموذج 2

1. ضع العمودين المراد ربطهما جنبا إلى جنب بحيث يتراكبان بربعي طوليهما على الأقل، و إلا فان العمود المطول الناتج لن يكون ثابتا شديدا
2. سنحتاج إلى ربطتين متماثلتين تربطهما بالطريقة نفسها، أبدأ بعقدة وتد حول العمودين كليهما
3. لف الحبل بشدة حوالي عشر لفات متجاورة حول العمودين كليهما منهيها اللف بعقدة وتد حول احد العمودين أو كليهما دون أي لفات وثاقية
4. اربط ربطة مماثلة في الجانب الأخر من تراكب العمودين



الرَبْطَةُ (أَوْ الرِّصَّةُ) الْمَائِلَةُ



لوزم المخيم المصنوعة يدويا

اللوازم المصنوعة يدويا في المخيم من شأنها أن تجعل الحياة فيه أكثر سهولة وتنظيما وراحة، وباستطاعتك طبعا شراء بعض هذه اللوازم جاهزة ولكن ذلك يكلف كثيرا، ومتى تيسر لك تعلم عدة عقد وربطات فانك تصبح قادرا على صنع معظم لوازم المخيم من الحبال والأحشاب ويمكن العثور على هذه القضبان والأحشاب في الأسيجة والأجمات والغابات، علما أن الخشب المسوس أو الشديد الجفاف الذي ينقصف بسرعة لا يصلح لهذا الغرض، وعليك ألا تقطع أغصان حية إلا بإذن

ويمكن صنع بعض هذه اللوازم أيضا من مختلف أنواع العلب المعدنية وقياساتها، ويجب أن يقطع الصفيح بعناية كبرى، وألا تترك أطراف القطع حادة، بل يجب طيها وتنعيمها مراعاة للسلامة وبقصك مقاطع عرضية شرائحية، من مطاط إطار الدراجة، أو السيارة الداخلي تحصل على أربطة سميكة من المطاط مفيدة ومتنوعة الاستعمال. والقرميد والجحارة والأسلاك المعدنية وسائر أنواع الخردة يمكن أن تفيد كلها في صنع لوازم المخيم يدويا

وبالإضافة إلى فائدة هذه اللوازم المصنوعة يدويا في المخيم، فانك تجد متعة كبيرة في تصميمها وإعدادها، كما أن المنطلقين إلى التخييم سيرا على الإقدام أو على متن الدراجات في مناطق نائية لا يستطيعون حمل تجهيزات وفيرة معهم، وغالبا، ما يعتمدون على أدوات يصنعونها هم في أماكن التخييم، وهذه الصور تعطيك أفكارا عن بعض ما يمكن لهم إنجازها

السلامة داخل المخيم

لقد اطلعت الآن على عدد من الأمور التي يجب أن تعني بها في المخيم، وهناك ثلاثة إخطار تتهدد المخيم وتتطلب اهتماما، وهي النار والمطر والريح

النار

اتق النار في الخيمة بالتأكد من أن المصابيح مثبتة في مكان آمن، بعيدا عن نسيج الخيمة، ولا تستسلم أبدا للنوم والمصباح مضاء، كذلك تحاش الطهو على موقد داخل الخيمة النوم، وإذا اضطرت إلى ذلك فاجعل الفسحة المحيطة بالموقد خالية من كل شيء، تجنب القلي بالدهون، واحم الموقد من تيارات الهواء، وإياك أن تخزن المواد القابلة للاشتعال كزيت البارافين والكحول (السبيرنو) أو علب الوقود، سواء داخل خيمتك أو تحت زفرها، احتفظ بدلو ماء أو تراب (والأفضل بمطفئة حريق) قرب مدخل كل خيمة

وإذا حدث أن اشتعلت النار في خيمة فاحرج من فيها بأقصى ما تستطيع من السرعة، واسحب الأشخاص الراقدين داخل أكياس النوم إذا لم يكن يوسعهم الهرب بسهولة، وإذا لم تكون النار عنيفة فيمكن أن تطفئها بمطفئة الحريق أو تخنقها ببطانية أو تغطيها بالتراب أو الرمل، ولا تستعمل الماء أبدا لإطفاء نار الزيت أو المواد الدهنية الملتهبة، وإذا تعدت النار حدود امكاناتك فانتظر ريثما يخرج الجميع وهبط الخيمة بترع أو تادها أو سحب أعمدتها، هبط الخيمة باتجاه الريح لاتقاء انتشار النار عندما تقلي الطعام بمواد دهنية احم يديك بقفازين، وإذا التهبت المقلات فأبعدها عن النار وغطها بمنشفة رطبة غير مبللة، ثم اغمرها بالتراب

المطر

إذا أحسنت اختيار موقع مخيمك فانه لا خطر من أن تغمرك المياه مهما اشتد المطر إلا في حالات شاذة، والأمطار عادة لن تسبب أي مشكلة مادامت عدتك كلها مغطاة، وأربطة خيمتك راحية نوعا، وأنت نفسك في مأمن من البلل، وإذا اشتد الهمار المطر أو استمر لبعض الوقت، فان من الحكمة أن تغطي حطب النار في الموقد، و إلا كان من الصعب عليك إيقاد النار مجددا، ولتلافي نفاذ الماء إلى داخل الخيمة احفر خندقا بعمق 15 سم وعرض 15 ، حول جوانب الخيمة، ويجب أن يكون الخندق أشبه بميزاب (مزراب) المتزل يتلقى الماء المتساقط من زفر الخيمة أو غطائها الخارجي، احفر قناة تصرف للخندق من أوطأ نقطة فيه حتى تسري المياه بعيدا عن الخيمة، وإذا تعرضت للبلل فاستبدل بملابسك المتبللة ملابس جافة بالسرعة الممكنة، وجفف ثيابك المبللة في أول مناسبة

الريح

الريح العاصفة قد تسبب ضررا كبيرا لخيمتك، تأكد مرة بعد الأخرى من أن أربطة الخيمة ثابتة وأنها تشد سطح الخيمة جيدا، وإذا ارتخت الأربطة فان الخيمة تبدأ بالرفرفة والخفقان، وتزيد في ارتخاء الأربطة وقط تقتلع الأوتاد من أماكنها، أغلق أبواب الخيمة لتلافي عصف الريح في داخلها، وإذا استمرت الرياح هوجاء فثقل جدران الخيمة بحجارة ملفوفة بالقماش أو الخيش، وأقم مصعدا هوائيا لجعل مجرى الهواء ينحرف فوق الخيمة أو حولها

عندما تغادر مكان المخيم

قبل أن تقوض المخيم وتغادر موقعه يجب أن تستهدف أمرين رئيسيين ، أولهما تنظيف معدّاتك قدر استطاعتك حتى لا تحمل معك أمتعة قدرة ثانيا أن تترك المكان نظيفا مرتبا وهذه هي الواجبات التي يجب تأديتها :

- تجمع النفايات وبقايا الطعام وغيرها من الفضلات وتحرق أو تطمر أو توضع في وعاء للقمامة، أما العلب المعدنية فيجب أن تحرق أو تسطح وتطمر في حفرة عميقة (بإذن من صاحب الأرض) أو توضع في وعاء للقمامة، ويجب أن توضع القناني وغيرها من المواد الزجاجية في وعاء للقمامة أو تؤخذ إلى البيت
- كل معدّات الطهو وأدوات الطعام يجب أن تنظف جيدا (من الداخل والخارج). بماء ساخن وسائل تنظيف، ثم تشطف بماء ساخن وتجفف جيدا، ويستحسن مسح درزات الطناجر بقليل من الشحم(أو الدهن المستعمل للطهو) للوقاية من الصدأ
- فكك كل المعدّات التي صنعتها للاستخدام في المخيم، احرق الخيوط والعيّدان الصغيرة إذ أمكن، أما الحطب فيجب أن يعاد إلى كومة الحطب أو يكبس بنظام في مكان ملائم، ومن الإصراف الشائن أن تحرق الحطب لأنك قمت بجمعه، أما الحجارة والقرميد وغيرها من المواد فيجب أن توضع في مكان امن
- عندما تنتهي أعمال التنظيف أطفئ النار بان تمر فوقها بمشط الجرف وترش عليها الكثير من الماء، استمر بالتمشيط ورش الماء حتى تتأكد من أن النار قد أخمدت تماما، ثم انقل بقايا النار إلى حفرة جافة أو إلى وعاء للقمامة، وتدعها في حفرة النار

- اطمر كل الحفر والخنادق التي حفرتها ورص التراب فيها طبقة طبقة ، واعد جرافة العشب المقتلعة بعناية إلى مكاتها ورش فوقها الماء بوفرة
- اجزم أولا الأمتعة الشخصية التي تستغني عنها في رحلة العودة، ثم اجزم التجهيزات الأخرى كلها، باذلا عناية خاصة في أن تكون الفؤوس والمناشير مغلقة بإحكام وصمامات قوارير الغاز أو علب الوقود مقللة جيدا
- قوض الخيم وجهازها للحزم ، وحيثما أمكن فلتكن الخيم جافة تماما قبل أن تلف وتحزم، اكشط أي طين أو تراب ملتصق بأوتاد الخيمة وحوابيرها ثم لفها على حدة، مستقلة عن الخيمة، رتب جبال الأربطة ولفها بإتقان، وإذا ما اضطررت إلى تقويض الخيم وهي رطبة أو مبللة، فانشرها لكي تجف طبيعيا حالما تصل إلى البيت، وإياك أن تعرضها مباشرة لأي مصدر حراري اصطناعي قصد تسريع التجفيف
- عندما تصبح جاهزا لمغادرة المكان، ادع صاحب الأرض أو حارسها لمعاينة الموقع، فبذلك تتأكد من رضاه عن جهودك، كما تترك لديه انطبعا حسنا نحو المخيمين الآخرين الذين يمكن أن يأتوا من بعدك
- وفور وصولك إلى البيت اعد تنسيق معداتك وضبطها، واخزنها بعناية بحيث تكون جاهزة للاستعمال في مخيمك القادم

ميثاق المحافظة على الريف

- **احترس من كل أخطار النار:** إن شرارة واحدة يمكن أن تفجر جحيما مسعورا، وتحدث أضرارا مروعة للمزروعات والغابات والأراضي المشجرة
- **احكم إغلاق كل الأبواب في مزرعة أو حقل:** فالحيوانات الضالة قد تؤذي المزروعات وتؤذي نفسها
- ابق الكلاب تحت رقابة جيدة: وعندما تكون على مقربة من حيوانات أخرى أو سائرا على الطريق، اجعل كلبك في المقدمة إذا لم تكن واثقا من حسن تصرفه
- **تلاف الأضرار بالاسيجة والحواجز والجدران:** فإذا اخترقت سياجا أو حاجزا فانك ستضعفه
- **لا تخلف أي نفايات:** خذ مخلفات نزهتك وغيرها من النفايات معك إلى البيت
- **لا تلوث الماء:** فهو ثمين وحيوي، في الريف، لا تغسل الأطباق أبدا أو تستحم في ماء يستقي منه آخرون

- **من الحياة البرية من حيوانات ونباتات:** فالطيور وبيوضها، والحيوانات والنباتات البرية والأشجار، يجب أن تترك وشأنها
- **سرعناية على طرق الريف:** فهذه الطرق لها أخطارها الخاصة كالآلات الزراعية البطيئة الحركة والحيوانات المقودة أو المسوقة، سر دائما إلى يسار الطريق مواجهها السير المقبل عليك،
- **احترم جلال الريف:** وليكن عرفانك بالجميل على نزهتك واستمتاعك فيه تقديرا له واهتماما وعناية لائقة به

مبادئ عملية الإسعاف الأولى

- الحروق:** برد الموضع المتضرر بماء نظيف جار إذا أمكن، وغطه بضمادة أو بقماش معقم، ولا تضع قطنا أو مخلولا على حرق ولا تحاول أن تترع أي شيء لأزق بالجلد
- لسعات النحل والزلافت:** اخرج حمة النحلة بان تدفعها جانبا بطرف إبرة أو دبوس، ضع مرهما مضادا للحساسية عل أي لسعة لإزالة الألم
- في هذه اللسعات يحدث السم المنفوث داخل الجلد التهابا وألما موضعيا، وفي حالات نادرة قد ينتشر السم في الجسم محدثا ألما بالغا وضيقا في التنفس، وفي هذه الحالات ينبغي أن يتلقى المصاب علاجاً طبيا فوريا
- لدغة الأفعى:** اغسل الجرح بالصابون والماء وضع فوقه ضمادا جافا، هدى من روع المصاب،
- لا تسمح له بتحريك الجزء الملدوغ
 - ولا تقدم له أي طعام أو شراب
 - ولكن وفر له عناية في احد المستشفيات في أسرع وقت ممكن