

Document per aprendre a ser una experta en motxilles d'excursions i campaments.

Alguns consells abans de començar :

1. El més important de tot : La teva motxilla l'has de fer tu! Com a scout has de responsabilitzar-te de tot el teu material, i si algú de la teva família t'ajuda a preparar la motxilla, has d'estar present i saber el que t'emportes de campaments. A la motxilla no val ficar-ho tot de qualsevol manera. La motxilla ha d'estar equilibrada i el pes és millor carregar-lo com més avall millor.

2. Com que el desenvolupament físic no és paral·lel al cronològic, ni la força i resistència dels participants és equivalent a llur aparença corporal, és molt difícil establir una norma general per al pes a transportar a dins de les motxilles; vegeu els pesos màxims indicatius que es poden portar.

| Edats dels participants | Pes màxim indicatiu que es recomana transportar |
|-------------------------|---|
| De 6 a 7 anys | 3 quilos |
| De 8 a 9 anys | 4 quilos |
| De 10 a 11 anys | 6 quilos |
| De 12 a 13 anys | 8 quilos |
| De 14 a 15 anys | 10 quilos |
| De 16 a 17 anys | 12 quilos |

3. Tot el que sigui roba, mudes, anirà preferiblement en bosses de plàstic, per si es mullés al camí. Per a les unitats de Colònia i de l'Estol , recomanem marcar la roba amb el nom de l'infant.

4. Si et compres unes botes de muntanya, prova-les uns dies a casa teva, perquè el teu peu s'hi vagi adaptant i la bota al teu peu, sobretot porta-les abans d'anar-te a fer una ruta llarga , així és molt possible que evitis l'aparició de butllofes o ferides als peus.

El sac anirà sempre DINS de la motxilla, mai fora i, sobretot, mai penjant. De fet, mai no portis res penjant de la motxilla. Tot ha d'estar a l'interior de la motxilla. El copejament dels objectes produeixen un efecte desestabilitzador a la hora de caminar.

6. El sac és recomanable que sigui de tipus "mòmia", ja que cobreixen millor el cos i així guarden millor la calor. Mireu també que sigui relativament fàcil doblegar-lo i guardar-lo a la seva funda, i que l'escolta pugui fer-ho sol, o potser en companyia d'un altre company.

7. Es convenient que es comprin els plats de metall , ja que a partir de Secció ja es comencen a cuinar elles mateixes.

Llista motxilla campaments i/o excursions amb pernoctació

Que portar ?

- Màrrega
- Sac de dormir
- Menjar (si així ho indiquen les caps)
- Cantimplora
- Boli i quadern de branca
- Fulard i/o camisa escolta
- Tovallola i sabó ecològic
- Gorra
- Plats, coberts i got
- Capelina o chubasquero i cubremotxilles
- Lot
- Motxilla petita (si les caps en demanen)
- Chanquetes

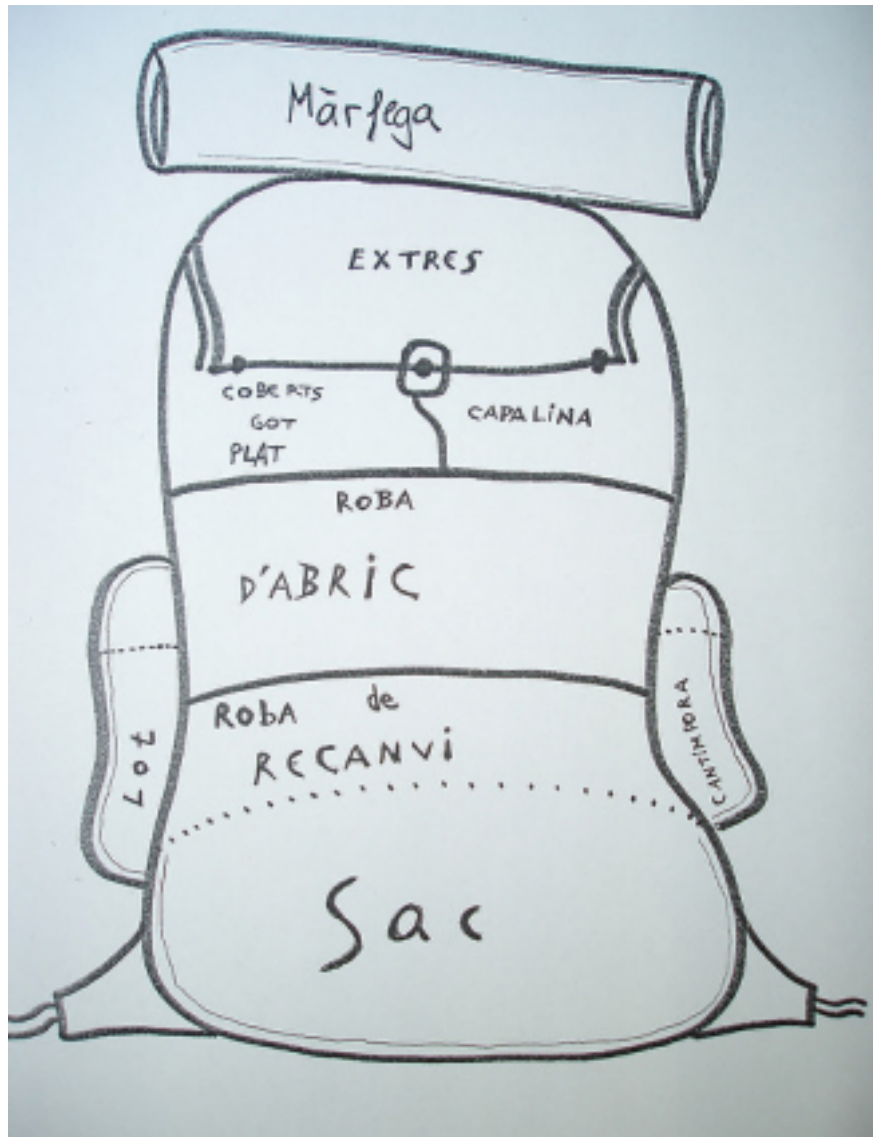
Roba:

- Samarretes
- Pantalons (Curts i llargs)
- Dessuadora
- Roba interior per a cada dia
- Mitjons per a tots dos dies.
- banyador
- anorak

Necesser amb:

- Pinta de cabell
- Raspall i pasta de dents
- Mocadors de paper
- Cartera amb targeta sanitària del escolta. Prohibit portar !
- Consoles , mp3 , jocs electronic
- Llaunes de refresc
- Llaminadures
- Evitar portar plàstics no reutilitzables !

Imatge gràfica col.locació motxilla





Sempre a Punt!