

U ovome broju:

U klinici kod Isusa	16
Djelovanje niskih temperatura na organizam	18
Znaš li zavezati mrtvi čvor?	19
Kantovanje u Rijeci	20
Obrani Snješka Bijelica	22



TRAGEDIJA LEDENOG MOSTA

Kako se skautizam već proširio po svijetu, Robert Baden Powell odlučio se za svjetsku turneju te je svoje uspomene i događaje prepričao u knjizi *Boy Scouts Beyond the Seas*. Prilikom obilaska SAD-a, odlučio je posjetiti i slapove Niagare. Putujući do svojeg odredišta, slušao je o tragediji koja se tamo dogodila samo tjedan dana prije.

Tijekom zime, u blizini samih slapova, stvori se ledeni most s kojeg posjetitelji mogu promatrati slapove. Kao i svakog drugog dana, i tada je slapove s obale promatralo preko tisuću promatrača. Tri osobe, muškarac, njegova žena i mladić od sedamnaest godina, hodali su preko ledenog mosta koji je odjednom počeo pucati. Most se razlomio. Otac i majka su se našli na jednoj velikoj santi leda, a mladić na drugoj.

Svrda oko njih nijeka je bila prekrivena sličnim plutajućim blokovima leda koji su se sudarali. Voda je bila ledena pa se nisu mogli spasiti plivanjem, a nije bilo ni broda koji bi ih mogao izbaciti iz pogibelji u kojoj su se našli. Ostali su na ledu koji je riječna stnija polako ali sigurno vukla prema brzacima u kojima ih je čekala sigurna smrt.

Promatrači na obalama vidjeli su nesreću i razmišljali kako da im pomognu. Na rijeci, kilometar prije opasnih brzaka, nalazila su se još dva mosta pedesetak metara iznad razine vode. Nakon početne panike, ljudi su pojurnili prema mostovima s kojih su spustili dugačku užad kako bi izvukli unesrećene. Sat vremena majka, otac i sin plutali su na ledu prije nego što su stigli do mostova. Mladić je ukratko uze. Spasioci su ga počeli izvlačiti, no izmoren, nije izdržao – ispustio je uže, pao u ledenu vodu i nikada više nije viđen.

Spasioci su potražili prema sljedećem mostu pokušavajući spasiti roditelje. Spustili su im uže. Otac je ukratko uze i pokušao ga učvrstiti oko supruge koju je kvatala nesvjestica. Ali smrznuti prsti nisu bili dovoljno bzi za vezanje čvora, niti su smrznete ruke bile dovoljno snažne da izdrže teret. Uže mu je iskliznulo iz ruke i nekoliko sekundi poslije, on i njegova supruga potonuli su u ledenoj vodi Niagare.

Jedan od kanadskih vođa izviđača putovao je vlakom ubrzo nakon ove nesreće. Putnici su prepričavali nesreću, a jedan od njih je rekao: "Pa, ja vjerujem da je barem jedan izviđač bio tamo, smislio bi neki plan za spas tih jadnik ljudi."

U ovoj nesreći moglo se primijetiti nešto sasvim jednostavno – nitko nije znao vezivati čvorove. Ljudi se često pitaju što će nam sva ta mala znanja i sposobnosti koje stječemo u izviđačima. Čemu to uopće služi? No ova bi priča možda imala sasvim drugačiji kraj da je netko na kraju konopa zavezao mrtvi, ili neki sličan čvor, koji bi iscrpljenim ljudima omogućio da konop prebace ispod pazuka ili oko nogu, i tako im spasio život.

Iz knjige R. Badena-Powella
Boy Scouts Beyond the Seas
Irena Požgaj

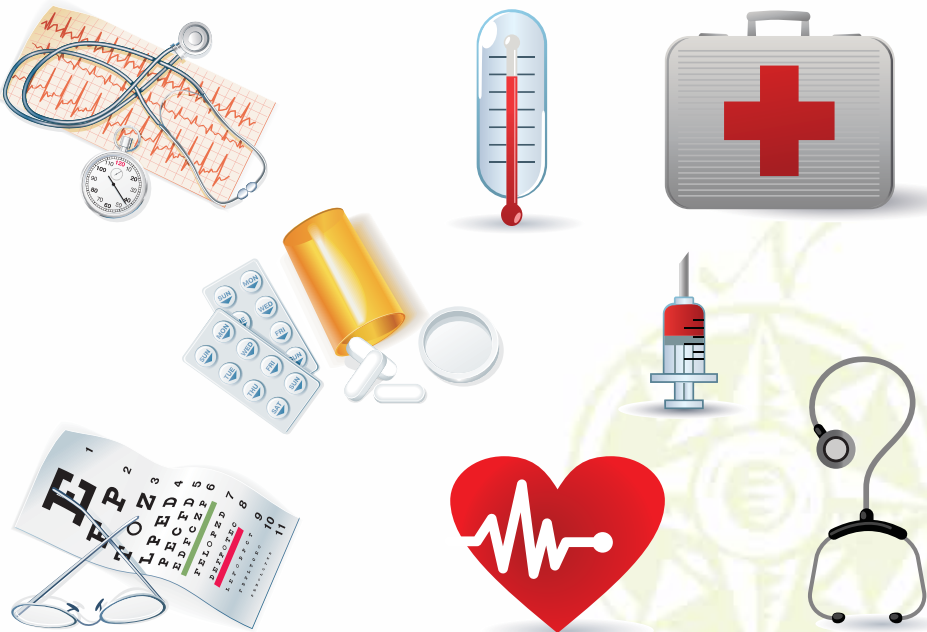


U KLINICI KOD ISUSA

Bio sam u klinici kod Gospodina Isusa. Nakon sistematskog pregleda, otkrio sam da sam teško bolestan:

- Kad mi je Gospodin izmjerio tlak, vidio sam na tlakomjeru da mi je razina nježnosti veoma "niska".
 - Kad mi je mjerio temperaturu, toplomjer je pokazao 40 °C tjeskobe.
 - Napravio mi je elektrokardiogram i dijagnoza je bila da mi je potrebno ljubavi, jer su moje arterije godinama začepljene samoćom i tako je moje srce posve prazno.
 - Otišao sam na ortopediju jer nisam mogao hodati pokraj svojega brata i nisam mu mogao dati bratski zagrljaj zato što sam na tijelu imao mnogo fraktura nastalih zbog zavisti.
 - Otkrio je i da sam kratkovidan, jer kod susjeda nisam mogao vidjeti ništa osim loših strana.
 - Rekao mi je i da sam gluhi. Dijagnosticirao je da često ne čujem Božji glas.
- Na kraju pregleda dao mi je jednostavne besplatne savjete i prirodne lijekove. Napuštajući kliniku, obećao sam da ću koristiti lijekove koje mi je dao.
- Čim ustaneš iz kreveta, popij čašu "Zahvalnosti".
 - Prije nego što odeš na posao, uzmi žličicu "Mira".
 - Svakoga sata progutaj tabletu "Strpljenja" i čašu "Poniznosti".
 - Kad se vratiš kući, ubrizgaj dozu "Ljubavi".

LIJEKOVE UZIMAJ REDOVITO, DOZU JE DOPUŠTENO PONEKAD PREKORAČITI



DRAGI IZVIDAČI,

Prva pomoć vam je zasigurno poznata. To je disciplina koju vježbamo i učimo na sastancima. Zašto je bitno da znamo primijeniti prvu pomoć? Da bismo mogli služiti društvu. Oko nas se često događaju nesreće, neke su bezazlene, kao najobičniji porez nožem, do onih složenijih kao što su prometne nesreće. Gdje je tu naša uloga ako smo slučajni prolaznici? Baš mi, slučajni prolaznici s najosnovnijim znanjem prve pomoći možemo nekome svojom brzom reakcijom spasiti život! Prva pomoć je disciplina čije praktično, a i teorijsko znanje primjenjujemo cijeli život. Pomoći će nam da se ne uspaničimo kod bezazlene ozljede, ali isto tako da na vrijeme i na pravi način reagiramo.

Kao što postoji praktična prva pomoć, isto tako postoji i duhovna prva pomoć. Naš liječnik je Isus i uvijek nam pomaže. Koji god problem imamo, Njemu se možemo obratiti za pomoć. Isus je rekao da je uvijek s nama i da će nas uslišati ako Ga molimo. Ako je On taj koji nama pomaže u nevolji, problemima i potrebama, onda mi ne samo da možemo naučiti davati prvu pomoć pri tjelesnim ozljedama, već možemo isto tako sudjelovati i davati duhovnu pomoć prijateljima i ljudima oko sebe. Sve što trebamo jest staviti osmijeh na lice i uputiti ga onome tko ga nema. Popiti čašu "Zahvalnosti" i biti zadovoljni onim što imamo te kao odgovorni izviđači prenijeti poruku drugima da smo sretni i zahvalni Bogu što nam je dao prirodu u kojoj možemo boraviti, kampirati i učiti nove discipline. Također, trebamo se opskrbiti žličicom "Mira" jer kao mnogi naši prijatelji, ponekad ga ni mi nemamo – a toliko nam je potreban. Ali ako Isus ispuni naše srce mirom, mi ga možemo širiti dalje – na nama je samo da zatražimo Isusa za pomoć i brzu intervenciju. Višeput na dan trebamo popiti tabletu "Strpljenja" i čašu "Poniznosti" jer u našem društvu toga nema baš previše pa na taj način možemo širiti duhovnu prvu pomoć gdje god se nalazili.

Neki lijekovi su baš neukusni, ali ima jedan lijek koji bismo trebali svakoga dana obvezno uzeti, mislim da ćete se svi složiti da je jako fin – zove se "Ljubav". Mnogima nedostaje ljubavi i šireći je oko sebe, mnogima ćemo pružiti pravu duhovnu prvu pomoć. Isus nam može dati mnogo ljubavi koja će ugrijati naše srce, ali kako se plamen ne bi ugasio, potrebno ga je širiti dalje. Imajući ljubavi prema svakom našem prijatelju i članovima obitelji, mi ćemo postati nježniji prema njima i imat ćemo puno više razumijevanja. Strahu i tjeskobi neće biti više mjesta u srcu. Bez problema ćemo moći bližnjima uljepšati dan zagrljajima i neće biti mjesta u našim mislima za ogovaranje, zavist i predrasude. Ako svakog jutra provedete određeno vrijeme u Isusovoj "klinici" i zatražite Ga "ljubav, mir, radost, strpljenje, dobrotu, vjernost, nadu, poniznost, krotkost i ustrajnost", On će vam to obilno darovati. Te darove moći ćete podijeliti s bližnjima i okusiti pravu radost i slobodu u srcu.

Najveći poklon bit će vam kada vam se onaj tko je izgubio osmijeh na licu osmjehne i zahvali, onaj tko je bio usamljen i bez ljubavi kaže kako se dugo nije osjećao tako prihvaćenim. Kada pokažemo Isusov karakter prijateljima i obitelji – upravo smo im pružili duhovnu prvu pomoć. Sretno, dragi izviđači, u primjeni praktične prve pomoći i one duhovne koja širi oko sebe plamen ljubavi. Isusove ljubavi koja svakoga ljubi vječnom ljubavlju.

DJELOVANJE NISKIH TEMPERATURA NA ORGANIZAM – POTHLADIVANJE (HIPOTERMIJA) I SMRZAVANJE

Niske temperature mogu negativno djelovati na ljudski organizam na dva načina: sistemski – na cijelo tijelo, i izazvati pothlađivanje i smrzavanje, te lokalno i dovesti do ozeblina. O drugome ćemo drugi puta, a sada ćemo se pozabaviti sistemskim učincima niskih temperatura.

Pothlađivanje se definira kao pad tjelesne temperature ispod 32°C, a pad ispod 30°C se u većini slučajeva pokazao smrtonosnim, premda je bilo slučajeva da su osobe preživjele i posve se oporavile čak i kad im je tjelesna temperatura pala ispod 16°C.

Do pothlađenosti (hipotermije) može doći na nekoliko načina. Primjerice kod kuće, ako je temperatura u kući ispod 8°C, a osoba je slabije uhranjena i tanko odjevena. Tome mogu doprinijeti alkohol, neki lijekovi, čak i bolesti poput hipotireoze (smanjenog rada štitnjače). Ono se češće viđa kod siromašnih i starijih osoba, a posebno su osjetljiva skupina (nezbrinuta) novorođenčad i dojenčad zbog razmjerno velike površine tijela u odnosu na potkožno masno tkivo koje služi kao izolator. Zatim, do pothlađenosti može doći tijekom boravka vani, u prirodi. To je jedan od glavnih uzroka smrti planinara i skijaša te ljudi u ratnim uvjetima. U ovom slučaju vlaga, vjetar, tjelesna iscrpljenost i neprimjerena odjeća doprinose pothlađivanju. Konačno, opasna hipotermija nastaje prilikom pada u hladnu vodu; ako je voda hladnija od 12°C doći će do brze utrnulosti udova i u kratkom vremenu do utapanja zbog poremećenog stanja svijesti, a boravkom i u toplijoj vodi (temperature 15-20°C) dulje od sat vremena dolazi do životno ugrožavajućeg pothlađivanja.

KAKO PREPOZNATI POTHLADENU OSOBU?

Hladnoća uzrokuje pad krvnog tlaka i usporavanje rada srca, disanje je pliće i usporeno, razvija se ukočenost mišića i prestaju tetivni refleksi. Nastupaju metaboličke promjene, poremećaj pH vrijednosti krvi, promjene u koncentraciji kisika u krvi i brojni drugi problemi koji će dovesti do prestanka rada srca.

Ako se tjelesna temperatura snizi ispod normalne do 32°C, radi se o stanju blage pothlađenosti, što se manifestira drhtanjem i izrazitim osjećajem nemira. Osoba je pri svijesti, ali možda neće odmah reagirati na pokušaje ugrijavanja (primjerice kretanje, trljanje tijela i utopljanje dodatnom odjećom). Kad tjelesna temperatura padne ispod 32°C nastupa teška hipotermija s poremećajem svijesti. Tada osoba više i ne primjećuje da joj je hladno, može halucinirati, a slijedi nesvijest i koma sa smrtnim ishodom, najčešće zbog ventrikularne fibrilacije.

U teškoj hipotermiji ljudi izgledaju kao da su mrtvi i svaki put kad sumnjamo da je netko u takvom stanju zbog pothlađenosti, makar se čini da je mrtav, potrebno mu je pokušati pomoći postupnim ugrijavanjem, 1°C na sat. To je nešto što se provodi u bolnici pod stručnim nadzorom različitim metodama (električnom dekom, toplim infuzijama itd.).

BOLJE SPRIJEČITI NEGO LIJEČITI

Uvijek je važno biti oprezan i unaprijed razmišljati kako se zaštititi od potencijalno opasnih situacija, bilo kod kuće ili u prirodi. Tijekom duljeg boravka vani na hladnoći, potrebno je slojevito odijevanje te nošenje rezervne odjeće, posebice čarapa, rukavica i kape sa šalom. Treba izbjegavati stajanje na mjestu i vlagu, i posebno paziti da stopala ostanu suha. Kod kuće je potrebno imati što bolje osmišljen sustav za grijanje preko zime, te imati na umu starije osobe u susjedstvu i obitelji koje žive same da bi ih se na vrijeme posjetilo i provjerilo da ne borave u hladnoći.



ZNAŠ LI TI ZAVEZATI MRTVI ČVOR (PASNJAK, PAŠNJAK)?

Nekada se ovaj uzao koristio za pričvršćivanje konopa s pramca broda za rub križnog jedra na vjetru kako bi se onemogućilo izvrtanje jedra unatrag. I danas je vrlo cijenjen, a zbog sigurnosti, poželjno je njegov živi kraj povezati ili oviti trakom uz krak petlje.

Prednosti:

- Ne može iskliznuti
- Ne može se olabaviti
- Ne može se zaglaviti

Znam, znam, odmah ćete povikati: "Pa, naravno da znamo vezati mrtvi čvor! To je jedan od prvih čvorova koji smo naučili. Vežemo ga na svakom natjecanju: desni krak preko lijevog – čvor – lijevi preko desnog – čvor i još provučem kroz voj, zategneš, i to je to." Da, da... Tako mi to radimo na natjecanju, no u situacijama kada vam je potreban mrtvi čvor na užetu duljine 50 metara ta tehnika nema baš puno smisla. U toj situaciji mrtvi čvor bismo vezali na sljedeći način:



- 1.** Napravite petlju tako da dugački živi kraj prebacite preko mrtvog kraja konopa.



- 4.** Nastavite provlačiti živi kraj kroz ukriženi voj, s prednje strane prema natrag.



- 2.** Živi kraj konopa provucite kroz ukriženi voj, od zadnje strane prema van, ostavljajući dugačku petlju na živom kraju.



- 5.** Zategnite uzao povlačenjem mrtvog i udvostručenog živog kraja konopa.



- 3.** Provucite živi kraj ispod mrtvog kraja.

- 6.** Za kraj, poželjno je preostali živi kraj povezati koncem, užim užetom ili dodatnim čvorom, sigurnosti radi.

KANTONOVANJE U RIJECI

Iako je dan bio tmuran i oblačan, a vremenska prognoza za vikend: kiša, pa malo jača kiša, pa pljusak – šesnaest izviđača iz KID-a Rakovi i Ihtusi, odlučno je u petak, 3. siječnja 2014., krenulo u Rijeku. U Rijeci su nam se pridružili i Lavovi (pet Relića) iz Virovitice. Subotu su nam svojim dolaskom uljepšali Elias, Joshua, Jakov, Bobo i Robi. Iako smo mislili da zbog vremena nećemo moći odraditi praktični dio učenja i ispita za vještarsvo ložišta, Bog nam je dao toliko lijepog vremena da smo svi uspjeti položiti to vještarsvo. Da nam je stvarno bilo lijepo, svjedoče i izjave nekih izviđača o ovom produženom vikendu u Rijeci:



"Svidjelo mi se paljenje vatre i kuhanje graha na vatri. Također je Neven Relić imao odlične propovijedi."

(Leonard Požgaj)

"Meni je najbolje bilo kada smo išli na more i gledali valove."

(Luka Požgaj)



"Svidjela mi se šetnja 'Šumom Striborovom' u subotu."

(Timea Gojević)





"Najbolje na kantonovanju bilo mi je paljenje vatre, kuhanje na vatri i radionice."

(Petra Gojević)

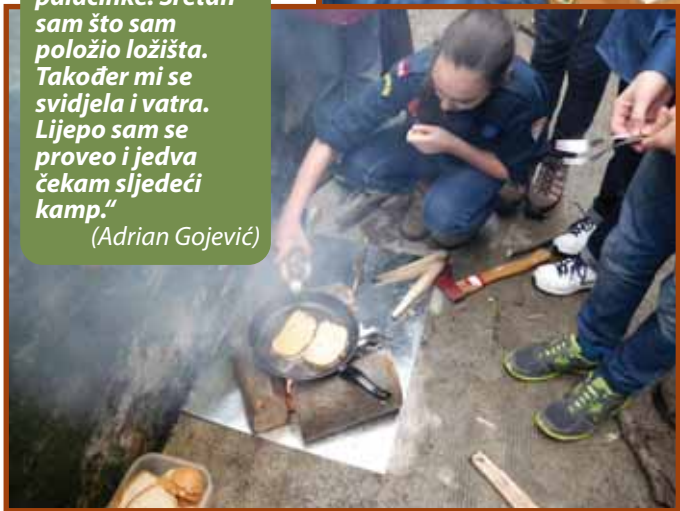
"Najzanimljivije mi je bilo izrađivanje konstrukcija – makete mosta od štapića za roštilj i gumica, i, naravno, natjecanje u izdržljivosti mostova na kojem smo osvojili drugo mjesto. Pobjednički most izdržao je opterećenje od preko šest kilograma!"

(Josip Šadek)



"Svidjele su mi se palačinke. Sretan sam što sam položio ložišta. Također mi se svidjela i vatra. Lijepo sam se proveo i jedva čekam sljedeći kamp."

(Adrian Gojević)



Nakon ovog lijepog i ispunjenog vikenda, u ponedjeljak smo se vratili svojim domovima. Nadam se da će vas doživljaji ovih izviđača potaknuti da nam se i vi pridružite na sljedećem kantonovanju ili kampiranju!

OBRANI SNJEŠKA BIJELIĆA

U igri može sudjelovati 6-8 igrača, a poželjno je da sudjeluje i voditelj. Na prikladnom terenu svi sudionici naprave velikog snjegovića i dva kartonska štita. Na udaljenosti 6-8 metara od snjegovića, u snijegu se ucrtaju linije.

Jedan član (idealno bi bilo da je to voditelj) stane ispred snješka, sa štitnicima u rukama. Ostali članovi stoje iza ucrtane linije, na udaljenosti 6-10 metara (pčelice i poletarci bliže, izviđači i planinke dalje) od snješka. Izviđači pokušavaju grudama pogoditi snješka. Ne smiju prijeći ucrtanu liniju. Voditelj pomoću kartonskih štitova pokušava zaštititi snješka od bačenih gruda.

