

Σώμα Προσκόπων Κύπρου



## Εφορεία Λυκοπούλων Γ.Ε.



Γεώργιος Α. Χαριλάου

Έφορος στον Κλάδο Λυκοπούλων Γ.Ε.

Bsc Nursing, Msc Public Health, PhD(cand.) Nursing

# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση



# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

- Η εξασφάλιση καλών συνθηκών υγιεινής και ασφάλειας στους οργανωμένους χώρους κατασκήνωσης, είναι **ΚΑΙ ΔΙΚΗ ΜΑΣ ΕΥΘΥΝΗ**.
- Απαραίτητη προϋπόθεση για μια επιτυχημένη κατασκήνωση.
- Προϋπόθεση για να πετύχουμε τους παιδαγωγικούς και προσκοπικούς μας στόχους.



# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

- Οι συνθήκες υγιεινής, είναι παράγοντας που μπορεί να ελαττώσει ή να αυξήσει τις ασθένειες σε μια κατασκήνωση.
- Οι συνθήκες υγιεινής μπορεί να καθυσηχάσουν ή να αυξήσουν την ανησυχία των γονέων.
- Οι κακές συνθήκες υγιεινής μπορεί να αποτελέσουν αιτία αναστολής λειτουργίας μιας κατασκήνωσης και οι υπεύθυνοι να βρεθούν ενώπιον των προσκοπικών και κρατικών αρχών.



# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

- Ο Αρχηγός θα πρέπει να δώσει μεγάλη βαρύτητα σ' αυτό το θέμα, **ΠΡΙΝ** την κατασκήνωση και να παρακολουθεί τις συνθήκες υγιεινής και ασφάλειας **ΚΑΤΑ** την διάρκεια της κατασκήνωσης.



# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση



Βήματα για να πετύχουμε τα παραπάνω:



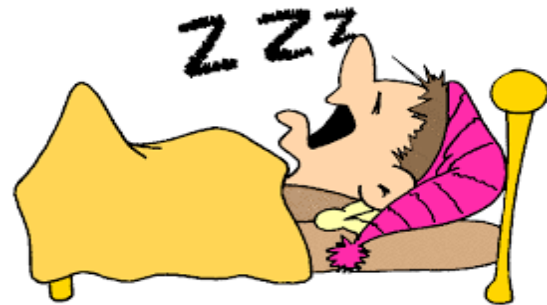
# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

- **1<sup>ο</sup> Βήμα** – Υπεύθυνος βαθμοφόρος κατασκήνωσης
- **2<sup>ο</sup> Βήμα** – Ιατρικές εξετάσεις
- **3<sup>ο</sup> Βήμα** – Φαρμακείο
- **4<sup>ο</sup> Βήμα** – Πλησιέστερος ιατρός / Νοσοκομείο
- **5<sup>ο</sup> Βήμα** – Χώροι υγιεινής



# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

- 6<sup>ο</sup> Βήμα – Καθαριότητα χώρων
- 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή
- 8<sup>ο</sup> Βήμα – Ύπνος
- 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια
- 10<sup>ο</sup> Βήμα – Εκτίμηση υγείας παιδιών





## 1ο Βήμα – Υπεύθυνος βαθμοφόρος κατασκήνωσης

- Απο την φάση του σχεδιασμού μιας προσκοπικής κατασκήνωσης, ο ΑΡΧΗΓΟΣ ορίζει βαθμοφόρο ή βαθμοφόρους (αναλόγως), για τους τομείς της υγείας / υγιεινής (Α' Βοηθός) και της ασφάλειας.
- Ο/οι βαθμοφόρος/-οι θα πρέπει να έχουν τις κατάλληλες γνώσεις και δεξιότητες στα παραπάνω.
- Πιστοποίηση γνώσεων και δεξιοτήτων απο παροχείς υγείας και ασφάλειας



## 2<sup>ο</sup> Βήμα – Ιατρικές εξετάσεις

- Όλοι οι κατασκηνωτές **ΠΡΙΝ** την κατασκήνωση, θα πρέπει να έχουν εξεταστεί απο ιατρό, αλλά και να προσκομίσουν ιατρική βεβαίωση.



- Το έντυπο θα πρέπει να συμπληρώνεται (ατομικά στοιχεία) και υπογράφεται και απο τους γονείς του παιδιού.



- Ζητούμε να μας γράψουν τα ιδιαίτερα σημεία προσοχής.

## 2<sup>ο</sup> Βήμα – Ιατρικές εξετάσεις (συν.)

- Ο υπεύθυνος υγιεινής συγκεντρώνει τις βεβαιώσεις, και σημειώνει τα σημαντικά προβλήματα ή σημεία προσοχής. Τα αναγράφει σε ένα φύλλο και ενημερώνει τους βαθμοφόρους.
- Βεβαιωνόμαστε ότι όλα τα παιδιά έχουν το αντιτετανικό εμβόλιο.
- Τα στοιχεία των παιδιών είναι εμπιστευτικά.



## 2<sup>ο</sup> Βήμα – Ιατρικές εξετάσεις (συν.)

- Τα σημαντικά προβλήματα των παιδιών συζητούνται με τον ιατρό τους και τους γονείς τους.
- Ορισμένες χρόνιες παθήσεις, ιστορικό έντονων αλλεργιών, είναι καταστάσεις που μπορεί να αποκλείσουν τη συμμετοχή ενός παιδιού στην κατασκήνωση. Τέτοιες περιπτώσεις τις συζητάμε με τους γονείς ώστε να καθοριστούν οι προϋποθέσεις συμμετοχής ενός παιδιού στην κατασκήνωση.



## 3<sup>ο</sup> Βήμα – Φαρμακείο



- Η ετοιμασία του φαρμακείου θα πρέπει να είναι σύμφωνη με την νομοθεσία:

**(Νόμος περί ασφάλειας και υγείας  
Κ.Δ.Π.198/2009)**

- Την ετοιμασία και τον έλεγχο επάρκειας και λειτουργίας του εξοπλισμού του φαρμακείου, έχει προσοντούχος βαθμοφόρος στις Α' Βοήθειες.
- Στο φαρμακείο μπορεί να συμπληρωθεί και εξοπλισμός ανάλογα με την περίπτωση (π.χ. τοποθεσία, ειδικές συνθήκες κ.α.)



### 3<sup>ο</sup> Βήμα – Φαρμακείο (συν.)



- Το φαρμακείο θα πρέπει να φυλάσσεται σε δροσερό μέρος (κάτω απο θερμοκρασία 25° c), να είναι προσβάσιμο σε όλους, να είναι σε χώρο χωρίς υγρασία ή ψηλές θερμοκρασίες και με την ανάλογη σήμανση.
- Ο βαθμοφόρος – Α΄ Βοηθός, θα πρέπει να γνωρίζει να χρησιμοποιεί τον εξοπλισμό του φαρμακείου.
- Οι ποσότητες θα πρέπει να είναι ανάλογες με την δύναμη του κάθε τμήματος.

## 3<sup>ο</sup> Βήμα – Φαρμακείο (συν.)



- **ΔΕΝ** πρέπει να υπάρχουν οποιαδήποτε φάρμακα στο φαρμακείο.



- Κάθε ενωμοτία ή όμιλος θα πρέπει να έχει το δικό της φαρμακείο, με τα απαραίτητα υλικά και να γνωρίζουν όλοι να τα χρησιμοποιούν.
- Εκτός απο το σταθερό φαρμακείο κάθε Συστήματος, θα πρέπει να υπάρχουν και φορητά φαρμακεία.

## 4<sup>ο</sup> Βήμα – Πλησιέστερος ιατρός / Νοσοκομείο



- Πριν την έναρξη της κατασκήνωσης ο Αρχηγός θα πρέπει να γνωρίζει που υπάρχει το πιο κοντινό νοσοκομείο ή κέντρο υγείας, αλλά και ο πλησιέστερος ιατρός.



- Ακόμη θα πρέπει να γνωρίζει :Τηλέφωνα, διευθύνσεις, ώρες εξέτασης καθώς και εναλλακτικές λύσεις απουσία του ιατρού.



- Ετοιμασία και αποστολή επιστολής, για την λειτουργία κατασκήνωσης Προσκόπων στην περιοχή τους
- Διαθέσιμο αυτοκίνητο για μεταφορά στο νοσοκομείο /ιατρό 24 ώρες το 24 ωρο.





## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής



- Σε προσκοπική κατασκήνωση, σε μη οργανωμένο χώρο, οι χώροι υγιεινής θα πρέπει να βρίσκονται σε συγκεκριμένη τοποθεσία.
- Ορθός σχεδιασμός + καλή κατασκευή = επιτυχία
- **ΟΡΘΗ ΧΡΗΣΗ** των κατασκευών υγιεινής θα οδηγήσει σε καλές συνθήκες υγιεινής.



## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)



### Οι τουαλέτες:

- Προσοχή ... στην επιλογή του χώρου δηλ. σε απόσταση απο την κατασκήνωση (οσμές).
- Αλλά προσιτή σε όλους ...και όχι πολύ μακριά, ώστε τα παιδιά να μην φοβούνται ή να βαριούνται να τις επισκεφθούν.
- Ο αριθμός να είναι ανάλογος με τον αριθμό των κατασκηνωτών, (1 ανά 10 – 15 άτομα)

## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)

- Ξεχωριστές για αγόρια και κορίτσια



- Να είναι στερεωμένα καλά τα ξύλα, αδιαφανή λινάτσα

- Χώμα και φτυάρι



- Χημικές τουαλέτες: να καθαρίζονται και αδιάζονται τακτικά, σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή

## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)



### Οι νιπτήρες:

- Χρησιμοποιούνται για ατομικό πλύσιμο, πλύσιμο των σκευών κ.α.
- Πρέπει να κατασκευάζονται σε άκρες του κατασκηνωτικού χώρου και τα νερά να αποχετεύονται μακριά από τα αντίσκηνα.
- Πιθανά λιμνάζοντα νερά αποτελούν εστία δυσοσμίας και μόλυνσεων.

## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)

### Το μαγειρείο:



Αποτελείται απο 5 λειτουργικά τμήματα

1. Το χώρο προετοιμασίας και διανομής του φαγητού
2. Το χώρο μαγειρέματος
3. Το χώρο πλυσίματος των σκευών
4. Την σκευοθήκη
5. Το χώρο απορριμάτων



## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)



- Για τον χώρο του μαγειρέματος πρέπει να ληφθούν μέτρα πυροπροστασίας
- Καθαριότητα χώρου περιμετρικά του μαγειριού
- Να πλένονται σχολαστικά τα μαγειρικά σκεύη, να τοποθετούνται ανάποδα και να σκεπάζονται για προστασία απο την σκόνη και τα ζώφια.

## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)



- Τα σκουπίδια να είναι σε κλειστές, σφραγιστές σακούλες και σε κλειστούς κάδους απορριμάτων μακριά από την κατασκήνωση.
- Εάν υπάρχει η δυνατότητα ανακύκλωσης μπορούμε να ασχοληθούμε.
- Να υπάρχουν σημάνσεις π.χ. **ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ Η ΕΙΣΟΔΟΣ ΣΤΗΝ ΚΟΥΖΙΝΑ ΟΠΟΙΟΥΔΗΠΟΤΕ ΧΩΡΙΣ ΛΟΓΟ.**

## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)

### Η αποθήκη τροφίμων

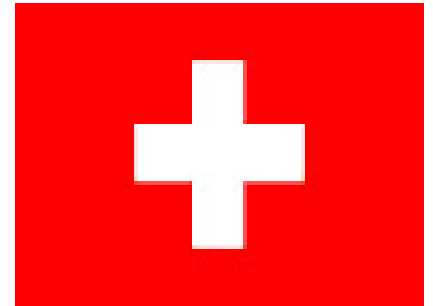
- Θα πρέπει να διατηρείται καθαρή
- Να υπάρχει υπεύθυνο άτομο
- Να μην εισέρχεται οποιοσδήποτε
- Να βρίσκεται κοντά στον χώρο του μαγειριού
- Τα τρόφιμα να είναι τακτοποιημένα και να μην ακουμπούν το έδαφος





## 5<sup>ο</sup> Βήμα – Χώροι υγιεινής (συν.)

### Το αναρρωτήριο



- Ευρύχωρη σκηνή
- Στημένη σε ήσυχο και δροσερό μέρος
- Εξοπλισμός: Κρεβάτια, φαρμακείο, τραπέζι, καρέκλες, νερό, κάδο απορριμάτων.
- Βιβλίο ασθενειών και επισκέψεων

## 6° Βήμα – Καθαριότητα των χώρων



- Η καθαριότητα θα πρέπει να είναι συνεχής.
- Μέλημα του Αρχηγού ;;; ΜΟΝΟ ή όλων....
- Ενωμοτία υπηρεσίας, εξάδα υπηρεσίας, όμιλος υπηρεσίας
- Βαθμοφόρος υπηρεσίας ή Βαθμοφόρος υγιεινής και καθαριότητας ;;;



## 6° Βήμα – Καθαριότητα χώρων (συν.)

- Τα μαγειρεία, οι τουαλέτες, οι νιπτήρες, οι κοινόχρηστοι χώροι, τα μπάνια, θα πρέπει να καθαρίζονται σχολαστικά και καθημερινά.
- Μερικά απο τα παραπάνω μπορεί να χρειαστεί να καθαρίζονται και δυο φορές την ημέρα. Ποια μπορεί να είναι ;;;
- Ορθή συντήρηση των τροφίμων να μην χαλάσουν ή να μολυνθούν.



## 6° Βήμα – Καθαριότητα των χώρων (συν.)

- Ιδιαίτερη προσοχή στην φύλαξη και διαχείριση των σκουπιδιών.



- Η φύλαξη νερού σε καθαρά δοχεία θα πρέπει να ανανεώνεται καθημερινά.



- ΠΡΟΣΟΧΗ στο νερό μέσα στα παγούρια των παιδιών. ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΑΝΑΝΕΩΣΗ.



## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή

- Τα παιδιά δεν φροντίζουν την καθαριότητα τους σχολαστικά στην κατασκήνωση. Ποιοί φταίνε: εμείς; τα παιδιά; το πρόγραμμα;



- Καθώς φεύγουν απο το σπίτι τους, αλλάζουν τις καθημερινές τους συνήθειες. Αυτό ίσως δημιουργεί πρόβλημα / θέμα, στην υγεία τους. Πως;
- Αποτελεί ΚΑΘΗΚΟΝ μας η τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής και καθαριότητας και πρέπει να επιμένουμε σ' αυτά.

# 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

- Γι' αυτό καθημερινά θα πρέπει να φροντίζουμε:

Το πρόσωπο

Τα χέρια

Τα πόδια

Τα δόντια

Το σώμα



## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

- Τακτική αλλαγή εσωρούχων καθημερινά.  
Πόσες φορές;;;



- Αερισμός σκηνών, δίπλωμα υπνόσακου και κουβερτών



- Τα άπλυτα ρούχα να φυλάσσονται σε χωριστές σακούλες

## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

- Η αλλαγή συνηθειών: φαγητού, ύπνου, δραστηριοτήτων, υπαίθριων τουαλετών, αποτρέπουν τα παιδιά να χρησιμοποιούν την τουαλέτα και γενικά να φροντίζουν με επιμέλεια την υγεία τους με αποτέλεσμα πολλές φορές να δημιουργούνται προβλήματα στην διάθεση ή στην υγεία τους.



- Προβλήματα τα οποία μπορεί να δημιουργηθούν: δυσκοιλιότητα, πόνο στην κοιλιά, υπερκόπωση, αδιαθεσία, υπνηλία κ.α.



## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

- Είναι ευθύνη του κάθε βαθμοφόρου να επιβλέπει το θέμα ατομική υγιεινή και καθαριότητα των μελών του.



- Το διαιτολόγιο σε μια κατασκήνωση θα πρέπει να περιλαμβάνει διατροφή πλούσια και φυτικές ίνες, φρούτα, λαχανικά, λαδερή διατροφή κ.α. τα οποία βοηθούν την κένωση και να συντάσσεται με την συνδρομή διαιτολόγου.



## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

- Όλα τα παιδιά θα πρέπει να ακολουθούν το πρόγραμμα διατροφής της κατασκήνωσης, χωρίς να γίνονται εξαιρέσεις, εκτός ειδικών περιπτώσεων.



- Το φαγητό θα πρέπει να καταναλώνεται από τα παιδιά.



- Απαγορεύεται να φυλάσσεται φαγητό στα αντίσκηνα για οποιοδήποτε λόγο. Υπάρχει ο κίνδυνος τροφικής δηλητηρίασης και όχι μόνο.

## 7<sup>ο</sup> Βήμα – Ατομική καθαριότητα και υγιεινή (συν.)

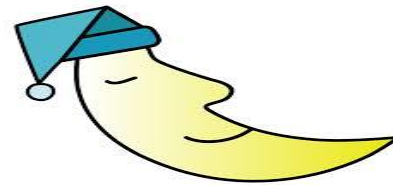
- Ζητάμε απο τους γονείς να μην δίνουν στα παιδιά τους οποιοδήποτε τρόφιμο για να το μεταφέρει στην κατασκήνωση.
- Όχι στις υπερβολικές εντατικές δραστηριότητες στην κατασκήνωση, αλλά και απο την άλλη, όχι νωθρότητα στο πρόγραμμα.
- Μετά απο έντονη δραστηριότητα, θα πρέπει να προγραμματίζεται ο ανάλογος χρόνος ξεκούρασης.



## 8<sup>ο</sup> Βήμα – Ύπνος



- Ο ύπνος στην κατασκήνωση θα πρέπει να διαρκεί τουλάχιστο 8 ώρες καθημερινά.
- Καλό θα ήταν στο αντίσκηνο να κοιμάται και ένας βοηθός ή βαθμοφόρος του τμήματος ;;;; Ειδικά εάν υπάρχουν παιδιά με κάποια προβλήματα υγείας.



- Το δάπεδο θα πρέπει να είναι αδιάβροχο.

## 8<sup>ο</sup> Βήμα – Ύπνος (συν.)



- Το πρωινό ξύπνημα θα πρέπει να είναι ευχάριστο με μουσική και όχι με φωνές και απειλές και να ακολουθούν γυμναστικά παιχνίδια και ΟΧΙ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ή στρατιωτικού τύπου ασκήσεις.
- Δεν πρέπει να παρατείνεται το εγερτήριο.
- Σε καμιά περίπτωση δεν πρέπει να διακόπτεται ο ύπνος των παιδιών.



## 8<sup>ο</sup> Βήμα – Ύπνος (συν.)

- Νυκτερινές φάρσες / ασκήσεις κ.α. πρέπει να αποφεύγονται.
- Τα νυκτερινά παιχνίδια θα πρέπει να διεξάγονται με ιδιαίτερη προσοχή και να λαμβάνονται όλα τα μέτρα ασφάλειας.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια



- Η ασφάλεια της κατασκήνωσης είναι προσωπική ευθύνη του Αρχηγού.
- Η κατασκήνωση δεν πρέπει να είναι κοντά σε επικίνδυνα σημεία.
- Σε κάθε δραστηριότητα θα πρέπει να λαμβάνονται όλα τα μέτρα ασφάλειας, ώστε να μην υπάρχει ο κίνδυνος για τα παιδιά.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)



- Ο βαθμός επικινδυνότητας των διαφόρων δραστηριοτήτων μας θα πρέπει να είναι μικρότερος, και ένας βαθμοφόρος να είναι υπεύθυνος για να προλαμβάνει επικίνδυνες καταστάσεις.
- Ο χώρος κατασκήνωσης είναι κλειδωμένος μέρα και νύκτα.




- **Δεν** επιτρέπεται η είσοδος σε άγνωστους ξένους.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)



- Την νύκτα να υπάρχει φύλακας (νυκτερινή ασφάλεια).
- Κατά την διάρκεια της νύκτας υπάρχει χαμηλός φωτισμός.  

- Όταν απουσιάζουν οι κατασκηνωτές απο την κατασκήνωση, να παραμένει κάποιος εντός για ασφάλεια.
- Η φροντίδα και ο έλεγχος των πυροσβεστικών σημείων γίνεται καθημερινά.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)



Για να περιορίσουμε τον κίνδυνο πυρκαγιάς πρέπει:

- Να είναι καθαρός ο κατασκηνωτικός χώρος, απο ακαθαρσίες, χόρτα κ.α.
- Τα πυροσβεστικά θα πρέπει να είναι σε επάρκεια και σε λειτουργήσιμη κατάσταση.
- Να υπάρχει πινακίδα με σχέδιο εκκένωσης κατασκήνωσης σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης το οποίο να γνωρίζουν όλοι και να πραγματοποιηθεί τουλάχιστο μια άσκηση.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)



### Σε θάλασσα κατασκήνωση:

- Συμμετέχουν όλοι εκτός και εάν υπάρχει ειδικός λόγος για μερικούς
- Το μπάνιο αναβάλλεται εάν ο καιρός δεν είναι καλός
- Ο χώρος κολύμβησης πρέπει να είναι κατάλληλος



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)

- Η θάλασσα για κολύμβηση των παιδιών, θα πρέπει να είναι οριοθετημένη



- Η απόσταση απο την ακτή να είναι ανάλογη με το βάθος της θάλασσας, την δυνατότητα παρακολούθησης των κολυμβητών απο την ακτή και δυνατότητα επέμβασης



- Κανείς βαθμοφόρος δεν απομακρύνεται απο την θάλασσα ενώ κολυμπούν παιδιά



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)

- Γνωρίζουμε ποιά παιδιά δεν ξέρουν να καλυμπούν.



- Προτιμότερο να υπάρχει ναυαγοσωστική μονάδα στην περιοχή.



- Προτιμότερο να γίνεται ένα μπάνιο την ημέρα.



## 9<sup>ο</sup> Βήμα – Ασφάλεια (συν.)

- Κουβαλούμε μαζί το φαρμακείο μας.



- Επιβλέπουμε τα παιδιά στο μπάνιο, μετά την αναχώρηση απο την ακτή.



- Δεν φοράμε το μαγιό βρεγμένο πολλές ώρες την ημέρα.



## 10<sup>ο</sup> Βήμα – Εκτίμηση της υγείας των παιδιών

- Η εκτίμηση της υγείας των παιδιών, είναι συνδυασμός γνώσεων και εμπειριών στο οποίο μόνο ειδικός μπορεί να ανταποκριθεί με επάρκεια.



### Τι πρέπει να μας ανησυχήσει;

- Η διακοπή της δραστηριότητας ενός παιδιού απο το παιχνίδι ή η αδυναμία του να συμμετέχει με όρεξη.



## 10<sup>ο</sup> Βήμα – Εκτίμηση της υγείας των παιδιών (συν.)

- Η ανορεξία ή έλλειψη τροφής ή ανεπαρκής λήψη τροφής.



- Η αναφορά συμπτωμάτων τα οποία επιμένουν πάνω απο μια ώρα.



- Οποιοδήποτε σημείο π.χ. Πυρετός, αδιαθεσία, δυσχησία συγκεκριμένου μέλους του σώματος
- Η αίσθηση ότι ‘κάτι δεν πάει καλά με το παιδί’



# Συνοπτικά για την ασφάλεια της κατασκήνωσης

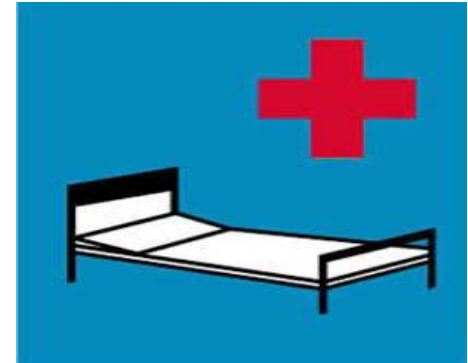
## Διακριτικός έλεγχος

1. Ύδρευση
2. Σύστημα πυρασφάλειας
3. Φύλαξη χώρων όλο το 24 ώρο
4. Περίφραξη
5. Αυστηρός έλεγχος εισόδου – εξόδου κατασκηνωτών



# Συνοπτικά για την ασφάλεια της κατασκήνωσης (συν.)

- Νυκτερινός φωτισμός των χώρων
- Ιατρείο και αναρρωτήριο
- Σχολαστική καθαριότητα χώρων υγιεινής και εστίασης
- Παρασκευή γευμάτων στην κουζίνα με καλής ποιότητας υλικά και κάτω από αυστηρούς ελέγχους
- Ημερήσια αποκομιδή απορριμάτων



# Συνοπτικά για την ασφάλεια της κατασκήνωσης (συν.)

- Καθημερινή ατομική υγιεινή των κατασκηνωτών
- Πιστοποιημένος ναυαγοσώστης σε παραθαλάσσιες κατασκηνώσεις
- Πιστοποιημένοι εκπαιδευτές δραστηριοτήτων
- Σύγχρονος και πλήρης εξοπλισμός
- Ιδιωτική ασφάλιση αστικής ευθύνης των κατασκηνωτών και του προσωπικού



## Συνοπτικά για την ασφάλεια της κατασκήνωσης (συν.)

- Αυστηροί κανόνες υγιεινής στους χώρους αποθήκευσης των τροφίμων
- Κλειδωμένα καγκέλια



# Συνοπτικά για την υγεία των παιδιών στην κατασκήνωση

## Προσοχή στα παρακάτω:

- Εγκαύματα (ηλιακά, απο τριβή)
- Αφυδάτωση
- Ανορεξία
- Μυκητιάσεις στα πόδια



## Συνοπτικά για την υγεία των παιδιών στην κατασκήνωση (συν.)

- Συγκάματα
- Κακοσμία
- Ξεκούραση
- Κοιλιακοί πόνοι



## Συνοπτικά για την υγεία των παιδιών στην κατασκήνωση (συν.)

- Αδιαθεσία
- Πυρετοί
- Τραύματα
- Αλλεργίες



## Συνοπτικά για την υγεία των παιδιών στην κατασκήνωση (συν.)

- Υποθερμία
- Κεφαλαλγία
- Πονόλαιμος
- Κ.α.





# Συνοπτικά για την υγεία των παιδιών στην κατασκήνωση (συν.)

Απαραίτητο στην **ΠΡΟΛΗΨΗ** και στην **ΑΓΩΓΗ**:

Η **ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ Α΄ ΒΟΗΘΕΙΩΝ** και η  
πιστοποίηση απο εγγεκριμένο απο το κράτος  
παροχέα



# Α' Βοήθειες



# Σημαντικές γνώσεις για την κατασκήνωση

Οι σημαντικότερες γνώσεις Α' Βοηθειών και υγείας τις οποίες πρέπει να κατέχει ένας βαθμοφόρος για μια κατασκήνωση Λυκοπούλων είναι:

- Αντιμετώπιση τραυματισμών
- Λιποθυμία
- Πόνος στην κοιλία
- Αδιαθεσία
- Κεφαλαλγία



# Σημαντικές γνώσεις για την κατασκήνωση (συν.)

- Δυσκοιλιότητα
- Κάκωση κεφαλής
- Εγκαύματα
- Κρίση σπασμών σε παιδιά
- Αρχική εκτίμηση
- Μεταγενέστερη εκτίμηση
- Διάστρεμμα



# Σημαντικές γνώσεις για την κατασκήνωση (συν.)

- Άσθμα
- ΚΑΡ.Π.Α σε παιδιά και ενήλικες
- Υπερκόπωση
- Αφυδάτωση
- Θέση ανάνηψης
- Χρήση φαρμάκων
- Πνιγμονή



# Σημαντικές γνώσεις για την κατασκήνωση (συν.)

- Πνιγμός
- Ξένο σώμα στο τραύμα
- Επιδησιολογία
- Επίσταξη
- Θερμική εξάντληση
- Υποθερμία
- Ακίδες
- Δήγμα φιδιού και εντόμων



# Σημαντικές γνώσεις για την κατασκήνωση (συν.)

- Αλλεργία
- Διάρροια και εμετός

Όλα αυτά τα καλύπτουμε στην σειρά μαθημάτων Α' Βοηθειών του Σ.Π.Κ. σε κάθε νέα αρχή προσκοπικής χρονιά στην ΠΡΟΚΑΤΑΡΤΙΚΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΒΑΘΜΟΦΟΡΩΝ.

Το ιδανικότερο: ΝΑ ΕΧΟΥΜΕ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ ΣΤΗΝ ΚΑΤΑΣΚΗΝΩΣΗ



# Βιβλιογραφία

- Σημειώσεις: Υγιεινή και ασφάλεια στην κατασκήνωση, Σ.Ε.Π.





# Υγεία και Ασφάλεια στην Κατασκήνωση

