

ΕΞΕΡΕΥΝΟΝΤΑΣ  
ΤΑ ΜΟΝΟΤΤΑΤΙΑ

ΜΕΡΟΣ Α'  
ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ  
ΥΠΟΣΧΕΣΗΣ



ΣΩΜΑ ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ ΚΥΠΡΟΥ

ΕΞΕΡΕΥΝΩΝΤΑΣ ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ

Μέρος Α'

Για να δώσω την Υπόσχεσή μου

ΛΕΥΚΩΣΙΑ, 2006

Copyright © 2006

Σώμα Προσκόπων Κύπρου

ISBN: set 9963-9331-0-6 Σειρά

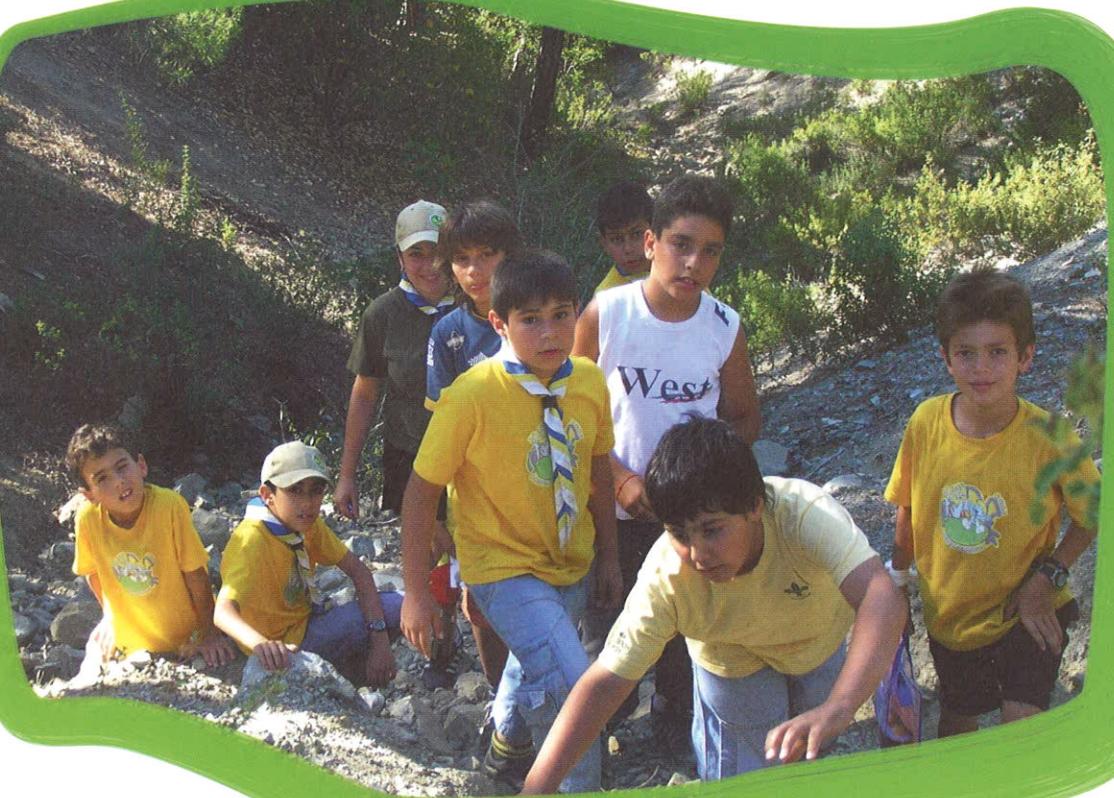
ISBN: τ.1 9963-9331-1-4 Τόμος 1

Κυβερνητικό Κτιριακό Συγκρότημα Ζ48, Τ.Θ. 24544,

Τηλ.: 22663587, Fax: 22662729, 1301 ΛΕΥΚΩΣΙΑ

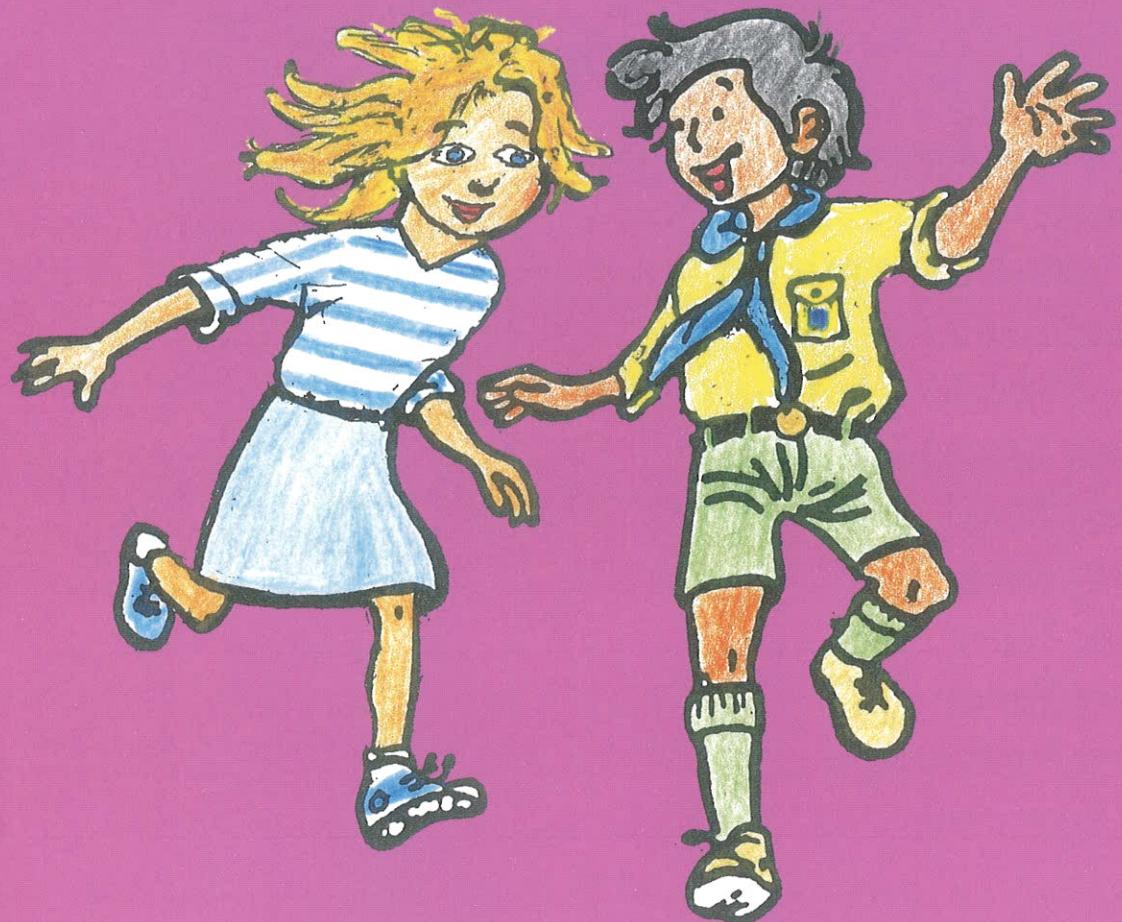
# ΑΦΙΕΡΩΝΕΤΑΙ

*στα νεαρά βλαστάρια της Κύπρου μας,  
τις αυριανές μας ελπίδες.*



# Περιεχόμενα

Πρόλογος Γενικού Εφόρου . . . . .	7
Ια τους γονείς . . . . .	9
Αυτό είναι το δικό μου βιβλίο . . . . .	15
Χαλωσόρισες στην Αγέλη μας . . . . .	17
Λονοπάτι της Θρησκείας και της Πατρίδας . . . . .	34
Λονοπάτι του Τριφυλλιού . . . . .	38
Λονοπάτι της Φύσης . . . . .	55
Λονοπάτι της Φιλίας . . . . .	56
Λονοπάτι της Τέχνης . . . . .	57
Λονοπάτι της Υγείας . . . . .	59
Λονοπάτι της Ικανότητας . . . . .	66
Απαιτήσεις Υπόσχεσης . . . . .	67
Πίλογος . . . . .	69



# Πρόλογος Γενικού Εφόρου

Αγαπητό μου παιδί,

Λε ιδιαίτερη χαρά σε καλωσορίζω στην πιο χαρούμενη και μεγάλη παρέα  
γιοριών και κοριτσιών του κόσμου, τον Προσκοπισμό.

Στην Αγέλη Λυκοπούλων μαζί με άλλα παιδιά της ηλικίας σου παίζοντας,  
διασκεδάζοντας και ζώντας στην φύση, δα ζήσεις όμορφές και αξέχαστες  
μεταγενέσεις και δα μάθεις πολλά και χρήσιμα πράγματα για τη ζωή.

Ο βιβλίο που έχεις στα χέρια σου: «Εξερευνώντας τα Μονοπάτια,  
Απαιτήσεις Υπόσχεσης» και με τη συμπαράσταση των Βαδμοφόρων σου δα  
με βοηθήσει να δώσεις την υπόσχεσή σου και να γίνεις μέλος της μεγάλης  
Προσκοπικής οικογένειας.

Λε απέραντη αγάπη.

Γεώργιος Τσίκκος  
Γενικός Έφορος



# Για τους γονείς

λγαπητοί γονείς,

Ο Προσκοπισμός σάς καλωρίζει.

ώρα που το παιδί σας, γινε Λυκόπουλο, σφαλώς, δα δέλετε α μάδετε κάτι ερισσότερο χετικά με τον Ιροσκοπισμό και ώς δα ωφεληδεί πό αυτό. Κι ακόμα ε ποιο τρόπο εσείς α το βοηθήσετε στην ροσπάδειά του να ξιοποιήσει αυτά που δα

πάρει από τον Προσκοπισμό, ώστε να γίνει σωστός άνδρωπος.

## Οργάνωση

Η ομάδα που έχει εγγραφεί το παιδί σας, ονομάζεται Αγέλη. Υπεύθυνος γι' αυτή είναι ο Αρχηγός Αγέλης που βοηθείται από μια μικρή ομάδα Υπαρχηγών και Βοηδών.

**Όλοι είναι εδελοντές.**



Τα παιδιά στην Αγέλη παίζουν διάφορα παιχνίδια, άλλα για να διασκεδάσουν και άλλα για να μάθουν χρήσιμα πράγματα, χωρισμένα σε μικρότερες ομάδες 5-8 παιδιών, που ονομάζονται Εξάδες.

Υπεύθυνος κάθε Εξάδας είναι ένα από τα παιδιά, συνήδως το πιο μεγάλο ή το πιο έμπειρο.

Η Αγέλη είναι ένα από τα Τμήματα του Συστήματος που περιλαμβάνει:

- Την Αγέλη Λυκοπούλων με παιδιά ηλικίας 7-10,5 ετών.
- Την Ομάδα Προσκόπων με παιδιά ηλικίας 11-14 ετών.
- Την Κοινότητα Ανιχνευτών με παιδιά ηλικίας 15-17 ετών και

Ο Αρχηγός Συστήματος συντονίζει τις εργασίες των Τμημάτων.

Όταν το παιδί σας φτάσει στην ηλικία των 10 ετών δα αρχίσει να προετοιμάζεται για να γίνει Πρόσκοπος και να «ανέβει» στην Ομάδα των Προσκόπων, με τη βοήθεια του Αρχηγού της Αγέλης, αλλά και του Αρχηγού της Ομάδας.



## Τι προσπαθούμε να κάνουμε

Ο πρόγραμμα της Αγέλης ενδιαφέρεται το παιδί:

να μεγαλώσει, να είναι ικανό και άξιο να φροντίζει τον εαυτό του.

να νοιάζεται εκτός από τον εαυτό του και για τους άλλους.

να μοιράζεται τις σκέψεις και τις εμπειρίες του με τους άλλους.

Όλες οι ασχολίες του προγράμματος της Αγέλης βασίζονται στην Υπόσχεση  
ου δα δώσει το παιδί σας καθώς και στο Νόμο που δα μάθει και δα  
ροσπαδεί να τηρεί:

### Η Υπόσχεση του Λυκοπούλου είναι:

πόσχομαι να προσπαθώ, να είμαι πιστός στο Θεό,

α αγαπώ την Πατρίδα μου, και να τηρώ το Νόμο των Λυκοπούλων.

### Ο Νόμος του Λυκοπούλου είναι:

ο Λυκόπουλο είναι υπάκουο, νοιάζεται για τους άλλους όπως και για τον  
εαυτό του, και κάνει κάθε μέρα μια Καλή Πράξη.

Το Ρητό του Λυκοπούλου είναι:

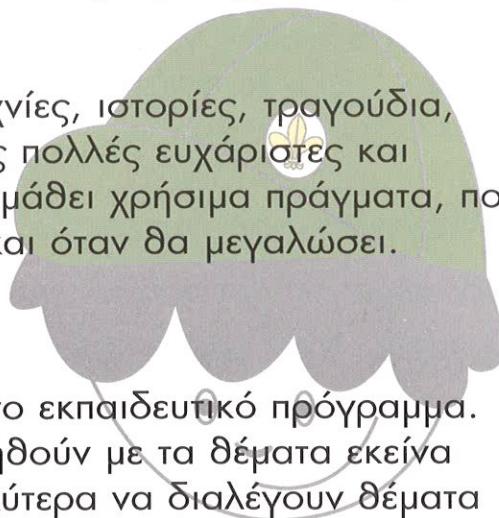
«ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΘΥΜΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟ»

*Η Μέδοδος εκπαίδευσης που χρησιμοποιείται στον Προσκοπισμό είναι το «μαθαίνω παίζοντας, φτιάχνοντας, συμμετέχοντας».*

Το πρόγραμμα περιλαμβάνει παιχνίδια, χειροτεχνίες, ιστορίες, τραγούδια, εκδρομές, επισκέψεις, κατασκηνώσεις και άλλες πολλές ευχάριστες και ελκυστικές ασχολίες, που βοηθούν το παιδί να μάθει χρήσιμα πράγματα, που δα εφαρμόζει όχι μόνο όσο είναι μικρό, αλλά και όταν δα μεγαλώσει.

### *Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα*

Υπάρχει μεγάλη ποικιλία δημάτων/ασχολιών στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Τα παιδιά μπορούν να διαλέξουν και να ασχοληθούν με τα δέματα εκείνα που τους αρέσουν περισσότερο, αλλά είναι καλύτερα να διαλέγουν δέματα καινούργια για να μαθαίνουν κάτι νέο κάθε φορά ή δέματα στα οποία έχουν ιδιαίτερη κλίση και μπορούν να τελειοποιηθούν.



α δέματα αυτά παρουσιάζονται στα τρία βιβλία του Εγκολπίου των Λυκούλων «Εξερευνώντας τα Μονοπάτια».

Λερικές ασχολίες γίνονται στη διάρκεια των Συγκεντρώσεων και μερικές στο πίτι.

ε αρκετές περιπτώσεις, ασχολίες μπορούν να αρχίσουν στη Συγκέντρωση αι να ολοκληρωθούν στο σπίτι και άλλες να γίνουν μαζί με άλλα παιδιά φραγματοποιώντας διάφορες δράσεις μέσα από τις οποίες αποκτούν ιωματικές εμπειρίες.

Ωι γονείς μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά να διαλέξουν κάποιο δέμα, ή να α βοηθήσουν να τα ολοκληρώσουν.

Όσο περισσότερο ασχοληθεί το παιδί με κάποιο δέμα μόνο του, τόσο το αλύτερο. Λίγη ενδάρρυνση και βοήθεια και από τους γονείς του είναι διαίτερα χρήσιμη και βοηθά τα παιδιά να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση.

Ο Αρχηγός της Αγέλης είναι εκείνος που θα κρίνει, αν η εργασία που έγινε α κάποιο δέμα είναι αυτή που απαιτείται για το Πρώτο ή το Δεύτερο στέρι.

Το παιδί μέσα στον προσκοπισμό έχει επίσης την ευκαιρία να αποκτήσει Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης. Τα Πτυχία αυτά, αναφέρονται στο βιβλίο Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης. Στην περίπτωση αυτή ίσως χρειαστεί περισσότερη βοήθεια και πρακτική εξάσκηση στο σπίτι.

## Πώς μπορείτε να βοηθήσετε

Εκτός από τις Απαιτήσεις για τα Αστέρια και τα Πτυχία, υπάρχουν πολλοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να προσφέρετε τη βοήθειά σας στην Αγέλη, εάν το επιδυμείτε. Τέτοιοι είναι η μεταφορά παιδιών, οι ειδικές γνώσεις που κατέχετε και μπορείτε να τις μεταδώσετε στα παιδιά της Αγέλης, η προσφορά βοήθειας σε μια ειδική Συγκέντρωση ή σε μια εξόρμηση. Όλα είναι ευπρόσδεκτα.

Ακόμα μπορείτε να μπείτε και στην Επιτροπή του Συστήματος ή να γίνετε Βαδμοφόροι. Όταν γονείς, παιδιά και Βαδμοφόροι εργάζονται μαζί, το αποτέλεσμα δα είναι το παιδί σας να απολαμβάνει έναν καλό Προσκοπισμό.

ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΔΙΚΟ ΜΟΥ ΒΙΒΛΙΟ  
ΤΗΣ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΟΣΧΕΣΗ

Το όνομά μου είναι .....

Η Διεύθυνση του σπιτιού μου είναι .....

..... και το τηλέφωνό μου είναι .....

Γράφτηκα στην Αγέλη Λυκοπούλων του ..... Συστήματος .....

στις .....

Η Διεύθυνση της Αγέλης μου είναι .....

Και το τηλέφωνό της είναι .....

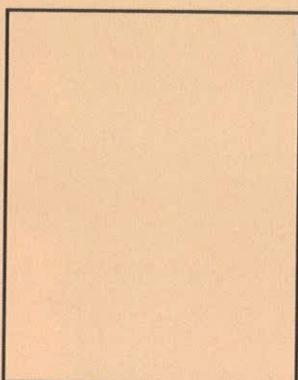
Μπήκα στην Εξάδα των .....

Έδωσα την Υπόσχεσή μου στις .....

Ο Αρχηγός μου ονομάζεται .....

Η Διεύθυνσή του είναι .....

Και το τηλέφωνό του είναι .....





# Καλοσώρισες στην Αγέλη μας

ώρα που δα γίνεις Λυκόπουλο δα έχεις ευκαιρίες

Να γνωρίσεις τη φύση και τον κόσμο γύρω σου.

Να ζήσεις όμορφες στιγμές.

Να συνεργάζεσαι με άλλα παιδιά και να κάνετε πολλά και χρήσιμα πράγματα.

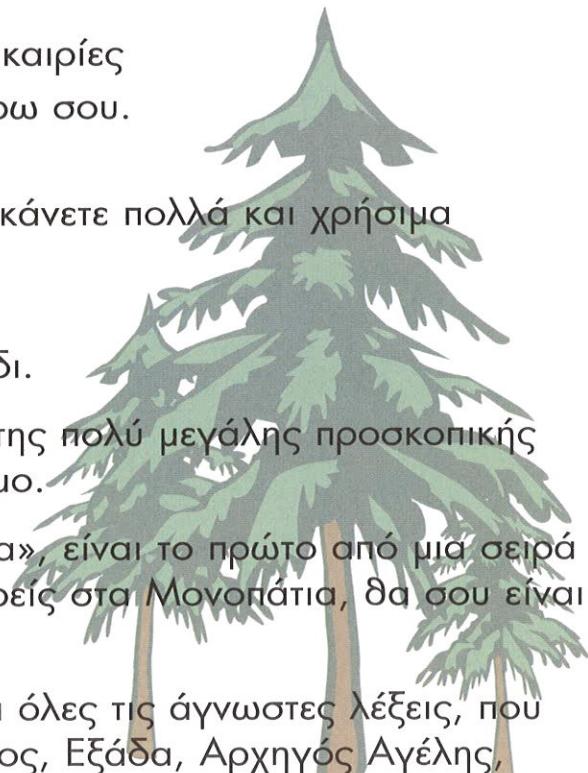
Να αποκτήσεις πολλούς νέους φίλους.

Να διασκεδάσεις με παιχνίδι και τραγούδι.

Ως Λυκόπουλο δα είσαι και σύ ένα μέλος της πολύ μεγάλης προσκοπικής οικογένειας που απλώνεται σ' όλο τον κόσμο.

Ο βιβλίο σου «Εξερευνώντας τα Μονοπάτια», είναι το πρώτο από μια σειρά οιών βιβλίων, που το καθένα, όσο προχωρείς στα Μονοπάτια, δα σου είναι νας καλός, πιστός και χρήσιμος φίλος.

Αυτό το βιβλίο δα βρεις την εξήγηση για όλες τις άγνωστες λέξεις, που ακούσεις μέσα στην Αγέλη, όπως Πρώτος, Εξάδα, Αρχηγός Αγέλης, αδώνς και πολλά άλλα χρήσιμα πράγματα.



Έχε το, λοιπόν, πάντα κοντά σου για να το συμβουλεύεσαι κάθε φορά που έχεις κάποια απορία.

Ξεκίνα αμέσως με βήματα σταδερά και προχώρα. Στο δρόμο σου δα ανακαλύψεις πολλά πράγματα που δα σε γεμίσουν δύναμη και περηφάνια.

Η Αγέλη σε καλωσορίζει.



## Λυκόπουλο

Το Λυκόπουλο είναι ένα παιδί σαν και σένα από 7 ως 10½ χρόνων, περίπου, που προσπαθεί να είναι χρήσιμο στους άλλους και όλοι να το εμπιστεύονται.

Φορά την Προσκοπική στολή και συμμετέχει κάθε βδομάδα στη Συγκέντρωση της Αγέλης, όπου μαδαίνει καινούρια και ενδιαφέροντα πράγματα, που το βοηθούν να εξυπηρετεί τον εαυτό του και να το προετοιμάζουν, καδώς μεγαλώνει, να γίνει καλός Πρόσκοπος.

# Αγέλη Λυκοπούλων

Αγέλη είναι μια ευτυχισμένη οικόνεια που την αποτελούν οι Βαθμοίροι και τα υκόπουλα, γόρια και κότσια. Μαζεύνται κάθε δομάδα την ίδια μέρα και ρα, στο ίδιο έρος.

κεί παίζουν,  
ασκεδάζουν και

μαθαίνουν χρήσιμα πράγματα. Όλοι μαζί πάνε εκδρομές σε μέρη με ξεχωριστό ενδιαφέρον.

Η Αγέλη είναι χωρισμένη σε μικρότερες ομάδες που ονομάζονται Εξάδες.



# Εξάδα

Η Εξάδα είναι μια μικρή ομάδα από 5-8 Λυκόπουλα. Η κάθε Εξάδα έχει το δικό της χρώμα και κάθε Λυκόπουλο φέρει στο αριστερό του μανίκι το χρώμα της Εξάδας του.

**Πρώτος Εξάδας:** Υπεύθυνος της Εξάδας είναι ο Πρώτος, που για να ξεχωρίζει φέρει πάνω από τη δεξιά τσέπη του πουκαμίσου της στολής το διακριτικό του Πρώτου (κίτρινο φόντο με δύο κάθετες πράσινες γραμμές). Βοηθός του είναι ο Δεύτερος που φέρει στο ίδιο σημείο το διακριτικό του Δεύτερου (κίτρινο φόντο με μια κάθετη πράσινη γραμμή).

Στην Εξάδα είσαστε όλοι μια καλή παρέα. Γι' αυτό:

- φρόντισε να γνωρίσεις όλα τα Λυκόπουλα της Εξάδας σου,
- γίνε φίλος με όλους,
- αν δυσαρεστηδείς σε κάτι πες το με ειλικρίνεια, μην αφήνεις το δυμό να χαλάει τις φιλίες σου,
- ζήτα συγγνώμη, όταν έχεις άδικο.



# Αρχηγός Αγέλης

Ο Αρχηγός της Αγέλης λέγεται και Ακέλας. Το όνομά του το πήρε από το ιβλίο της Ζούγκλας του Ρούντιαρντ Κίπλινγκ. Άλλα ονόματα που δ' ακούεις στην Αγέλη είναι Μπαλού (η σοφή αρκούδα), Μπαγκίρας (ο μαύρος λάνθηρας), Ράκσα (η Λύκαινα), Κάας (ο πύωνας), Χάμης (ο ελέφαντας) και άλλα, που α παίρνουν οι άλλοι Βαδμοφόροι της Αγέλης, δηλαδή οι Υπαρχηγοί και οι Βοηδοί.

## Στολή

Η στολή σου σε κάνει να φαίνεσαι ότι νήκεις σ' αυτή την πολύ μεγάλη οικογένεια: Η Προσκοπική Οικογένεια. Χιλιάδες λυκόπουλα στην Κύπρο φορούν την ίδια στολή με σένα και εκατομμύρια σ' όλο τον όρμο μια στολή που μοιάζει με τη δική σου.



Θα νιώθεις και συ περήφανος, φορώντας την καινούρια στολή του Λυκόπουλου.

Η στολή σου είναι ο καδρέφτης σου. Γι' αυτό φρόντιζε να είναι πάντα καδαρή, σιδερωμένη, με τα κουμπιά της ραμμένα, με τις τσέπες της κουμπωμένες και με τα σήματα καλά ραμμένα στη σωστή τους θέση.

## Διακριτικά Σήματα

Ως Λυκόπουλο δα μπορείς να φοράς πάνω στη στολή σου διάφορα σήματα που κάθε ένα έχει τη σημασία του.

**Το σήμα Υπόσχεσης** ράβεται στην αριστερή τσέπη του πουκαμίσου και δείχνει ότι έχεις δώσει την Προσκοπική σου Υπόσχεση.

**Το σήμα του Παγκόσμιου Προσκοπισμού**, ράβεται πάνω από την δεξιά τσέπη του πουκαμίσου και είναι το σήμα που φορούν όλοι οι Πρόσκοποι σε όλο τον κόσμο.

**Η Ταινία Χειρίδος** ράβεται κάτω από τη ραφή του αριστερού ώμου και έχει πάνω το όνομα και τον αριθμό της Αγέλης σου.

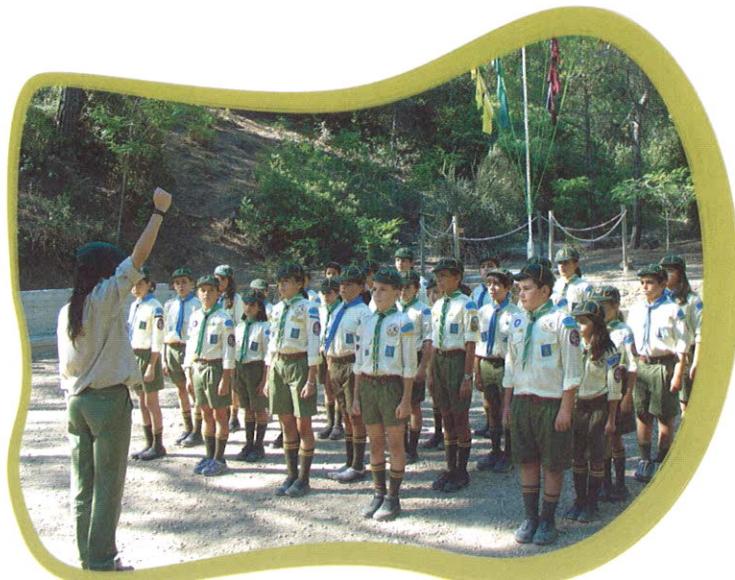
# Παραγγέλματα

Συχνά στην Αγέλη δ' ακούσεις τον Αρχηγό Αγέλης και τους άλλους Βαδμοφόρους να φωνάζουν ζωηρά ορισμένες λέξεις-παραγγέλματα, που δα μάδεις να εκτελείς και συ.

## Αγέλη Προσοχή

Όταν το ακούσεις στέκεσαι:

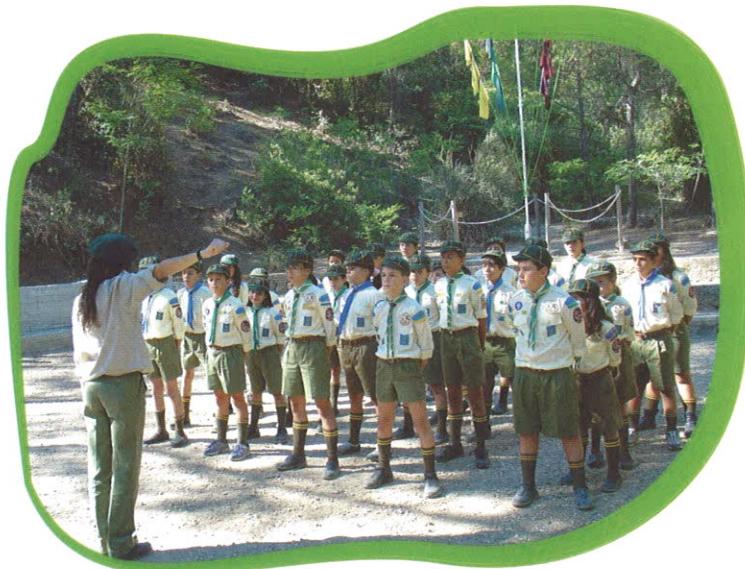
- Με τα πόδια ενωμένα στις φτέρνες.
- Με τα χέρια κάτω, κολλητά στο σώμα και τις παλάμες τεντωμένες.
- Με το σώμα σου τεντωμένο, το στήδιος προς τα έξω και το κεφάλι ψηλά.
- Τα μάτια σου κοιτάζουν μπροστά. Δεν κουνιέσαι και δε μιλάς.



## Αγέλη Ανάπauση

Όταν το ακούσεις μετακινείς το αριστερό σου πόδι στα πλάγια και δένεις τα χέρια σου πίσω στην πλάτη. Τότε μπορείς να κοιτάξεις όπου δέλεις, χωρίς όμως να φεύγεις από τη δέση σου.

Ο Αρχηγός Αγέλης ή άλλος Βαθμοφόρος μπορούν να σου δώσουν τα ίδια παραγγέλματα, υψώνοντας το δεξί χέρι στην ανάταση (κάθετα προς τα πάνω) που σημαίνει προσοχή ή τεντώνοντάς το πλάγια δεξιά, που σημαίνει ανάπauση.



## Πάντα

Όταν ακούς τη λέξη «πάντα» πρέπει να σταματάς ό,τι κάνεις, να λες ρυθμικά, μαζί με τους άλλους «πρό-δυ-μοι» και μετά να μένεις σιωπηλός.

## Πάντα - πάντα - πάντα

Όταν ακούς τρεις φορές τη λέξη «πάντα», απαντάς με ένα «πάν-τα-α-α» και φέρχεις προς τον Αρχηγό Αγέλης ή το Βαδμοφόρο που το φώναξε.

Αν ο Βαδμοφόρος έχει τα χέρια του τεντωμένα στην έκταση, απλώνεις και σου τα χέρια σου τεντωμένα στα πλάγια, πιάνεσαι χέρι με χέρι με τα άλλα Λυκόπουλα και σχηματίζετε τον κύκλο παράταξης.



Αν έχει τα χέρια του χαμηλωμένα πιάνεσαι χέρι με χέρι με τα άλλα Λυκόπουλα, ακουμπώντας ο ένας στον ώμο του άλλου και σχηματίζετε τον κύκλο βράχου.



Αν έχει τα χέρια του τεντωμένα μπροστά, στέκεσαι στη σειρά που σχηματίζει η εξάδα σου με τον Πρώτο μπροστά και το Δεύτερο στο τέλος.



Αν έχει τα χέρια σταυρωτά στο στήδος του, κάθεσαι μαζί με τα άλλα Λυκόπουλα κάτω.

## Κραυγές

Όταν ένα Λυκόπουλο κερδίσει ένα Αστεράκι ή Πτυχίο, ήταν μια Εξάδα κερδίσει σ' ένα παιχνίδι ή όταν υψώνεται το σήμα της Αγέλης, τότε τα Λυκόπουλα φωνάζουν όλα μαζί και ρυθμικά την «Κραυγή» τους.

Μόνο ο Αρχηγός Αγέλης ή άλλος Βαδμοφόρος καθορίζουν πότε η Αγέλη δαπει την Κραυγή.

Οι Κραυγές είναι ένας ξεχωριστός χαιρετισμός των Λυκοπούλων.

## Πώς θα γίνεις Λυκόπουλο

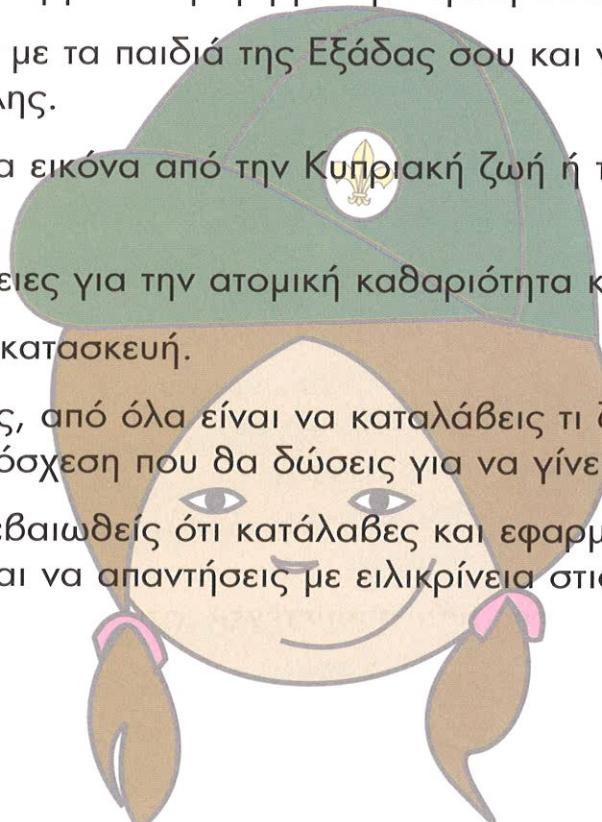
Στις πρώτες 5-6 βδομάδες που συμμετέχεις στις συγκεντρώσεις και τις δράσεις της Αγέλης, ο Αρχηγός Αγέλης σου θα σε βοηθήσει:

- Να μάθεις την Κυριακή Προσευχή.
- Να μάθεις το Νόμο και την Υπόσχεση των Λυκοπούλων, το Χαιρετισμό και το Ρητό των Λυκοπούλων.

- Να πας ένα περίπατο ή μια εκδρομή με την Αγέλη σου.
- Να γνωριστείς καλά με τα παιδιά της Εξάδας σου και να παίζεις με όλα τα Λυκόπουλα της Αγέλης.
- Να παρουσιάσεις μια εικόνα από την Κυπριακή Ζωή ή τη ζωή της Αγέλης σου.
- Να μάθεις λεπτομέρειες για την ατομική καθαριότητα και την υγεία.
- Να κάνεις μια απλή κατασκευή.

Ο σπουδαιότερο, όμως, από όλα είναι να καταλάβεις τι ζητά από σένα ο Νόμος, αλλά και η Υπόσχεση που δα δώσεις για να γίνεις Λυκόπουλο.

Ένας τρόπος για να βεβαιωθείς ότι κατάλαβες και εφαρμόζεις το Νόμο και την Υπόσχεσή σου, είναι να απαντήσεις με ειλικρίνεια στις πιο κάτω ρωτήσεις:





1. Κάνεις με προδυμία ότι σου ζητούν οι γονείς σου;
2. Πηγαίνεις τακτικά στην εκκλησία;
3. Κάνεις κάθε μέρα την προσευχή σου στο Θεό;
4. Σέβεσαι τους γονείς και τους μεγαλύτερούς σου;
5. Λες την αλήθεια στους γονείς σου όταν σε ρωτούν (έστω και για κάτι που δεν έπρεπε να κάνεις);
6. Μελετάς τα μαθήματά σου;
7. Μοιράζεσαι με τα άλλα παιδιά πράγματα που δεν έχουν;
8. Υπακούς στους κανόνες οδικής κυκλοφορίας;





9. Προσφέρεις το κάδισμά σου στους ηλικιωμένους αν δεν υπάρχει γι' αυτούς ελεύθερο κάδισμα;
10. Βάζεις τα δυνατά σου να τελειώσεις ό,τι αναλαμβάνεις να κάνεις;
11. Δέχεσαι να μην γίνεται πάντα το δικό σου;
12. Κάνεις δουλειές στο σπίτι χωρίς να γκρινιάζεις;
13. Προσφέρεσαι να κάνεις κάτι ακόμα και όταν δεν σου το ζητούν;
14. Εξακολουθείς να προσπαθείς ακόμα και όταν αυτό που κάνεις είναι δύσκολο;
15. Δέχεσαι τα άλλα παιδιά στην πρέσα σου;

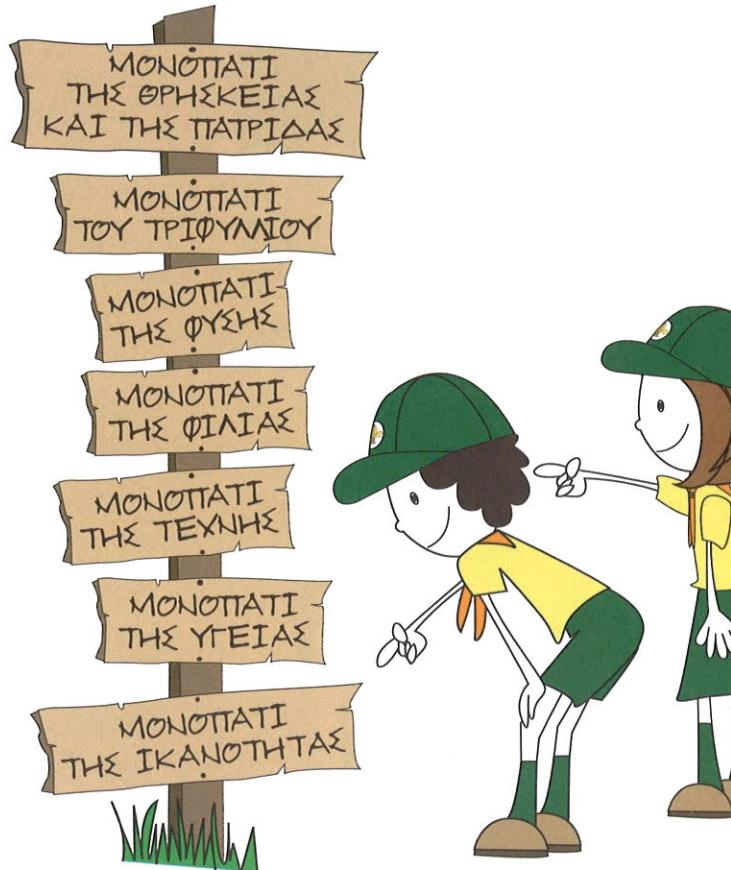


Ο Αρχηγός Αγέλης σου δα σε παρακολουθεί για να δει πόσο προσπαθείς και εφαρμόζεις το Νόμο και κρατάς την Υπόσχεσή σου. Ο ίδιος δα σου εξηγήσει πώς γίνεται η Τελετή Υπόσχεσης.

Όταν ο Αρχηγός Αγέλης σου κρίνει ότι γνωρίζεις ικανοποιητικά αυτά που πρέπει, τότε δα δεχθεί την Υπόσχεσή σου και δα τοποθετήσει ο ίδιος στη στολή σου το σήμα της Υπόσχεσης.

Τότε δα μπορείς επίσης να φοράς το μαντήλι, τον κρίκο και το σκουφάκι σου.

Όταν δώσεις την Υπόσχεσή σου, δα γίνεις ένα περήφανο Λυκόπουλο, έτοιμο να ακολουθήσεις τα επτά Μονοπάτια του Δάσους:



κτός από τα Μονοπάτια, όταν δώσεις την Υπόσχεσή σου, δα μπορείς να σχοληθείς με τα Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης που σε ένδιαφέρουν περισσότερο. Είναι πολύ ευχάριστο να ασχοληθείς με κάποιο θυχίο που σου αρέσει. Θα περνάς την ώρα σου με κάτι που σε ένδιαφέρει διαίτερα. Οταν συμπληρώσεις τις απαιτήσεις του Πτυχίου, δα ξέρεις ερισσότερα για το δέμα που διάλεξες. Θα έχεις γίνει «ειδικός».

Ια κάθε «ειδικότητα» που αποκτάς, μπορείς να φοράς το αντίστοιχο ειακριτικό σήμα του Πτυχίου στο δεξί σου μανίκι.

Λας δούμε τώρα αναλυτικά τι χρειάζεται να άνεις και να νωρίζεις ια να είσαι τοιμός να δώσεις την υπόσχεσή σου:



ΜΟΝΩΤΑΙ  
ΤΗΣ ΘΡΗΣΚΕΙΑΣ  
ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΑΤΡΙΔΑΣ

## «Γνωρίζω την Κυριακή Προσευχή»

«Πάτερ Ημών, ο εν τοις Ουρανοίς  
Αγιασθήτω το όνομά Σου,  
Ελδέτω η Βασιλεία Σου,  
Γεννηθήτω το δέλημά Σου  
ως εν ουρανώ και επί της γης.  
Τον άρτον ημών τον επιούσιον  
δος ημίν σήμερον  
και άφες ημίν τα οφειλήματα ημών  
ως και ημείς αφίεμεν  
τοις οφειλέταις ημών  
και μη εισενέγκεις ημάς  
εις πειρασμόν,  
αλλά ρύσαι ημάς από του πονηρού.  
ΑΜΗΝ».

Η Κυριακή Προσευχή είναι η γνωστή μας προσευχή που αρχίζει με τις λέξεις: «Πάτερ Ημών». Ονομάζεται έτσι, διότι τη δίδαξε στους ανθρώπους ο ίδιος ο Κύριος.

Η Κυριακή Προσευχή είναι η ωραιότερη Προσευχή και ακούεται σε όλες τις Τελετές και τις ακολουθίες της Εκκλησίας μας.

Κάθε φορά που προσεύχεσαι μπορείς να λες και συ την Κυριακή Προσευχή.

Ας δούμε τι σημαίνει κάθε πρόταση της Κυριακής Προσευχής:

- **Πάτερ ημών ο εν τοις ουρανοίς**  
**Πατέρα μας Ουράνιε**

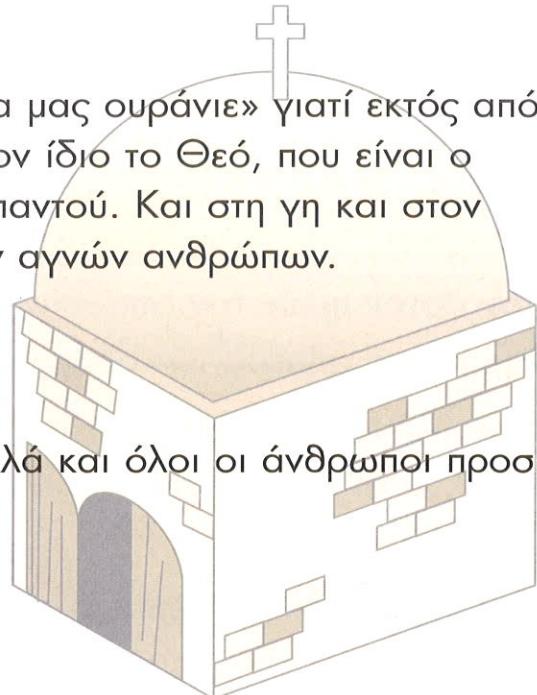
Αρχίζουμε την προσευχή λέγοντας «πατέρα μας ουράνιε» γιατί εκτός από  
ους γονείς μας, έχουμε πατέρα μας και τον ίδιο το Θεό, που είναι ο  
πιώνιος πατέρας όλων και που βρίσκεται παντού. Και στη γη και στον  
ουρανό αλλά και στην καθαρή καρδιά των αγνών ανδρώπων.

- **Αγιασθήτω το όνομά Σου**  
**Ας είναι αγιασμένο το Όνομά Σου**

Το όνομα του Θεού Αγιάζεται όταν εσύ αλλά και όλοι οι άνδρωποι προσπα-  
νούμε να κάνουμε καλές πράξεις αγάπης.

- **Ελδέτω η Βασιλεία Σου**  
**Ας έλθει η Βασιλεία Σου**

Επιτάμε από το Θεό να βασιλέψει στις καρδιές μας και να μας γεμίζει γαλήνη  
αι χαρά.



- *Γεννηθήτω το δέλημά Σου ως εν ουρανώ και επί της γης  
Ας γίνει το Θέλημά Σου στη γη όπως γίνεται στον ουρανό.*

Υποσχόμαστε στο Θεό ότι, όπως εφαρμόζεται το δέλημά Του στον ουρανό από τους Αγίους και τους Αγγέλους, δα το εφαρμόζουμε και εμείς εδώ στη γη. Γι' αυτό κάθε φορά που περνά από το μυαλό σου μια σκέψη να κάνεις κάτι, δα πρέπει να βεβαιώνεσαι ότι αυτή είναι σύμφωνη με το δέλημα του Θεού.

- *Tον άρτον ημών τον επιούσιον δος ημίν σήμερον  
Δώσε μας σήμερα το καθημερινό μας ψωμί.*

Ο Θεός μας δίνει άφδονα αγαθά, εμείς όμως δα πρέπει να είμαστε ευχαριστημένοι όταν έχουμε αυτά που μας χρειάζονται χωρίς να ζητάμε περισσότερα.

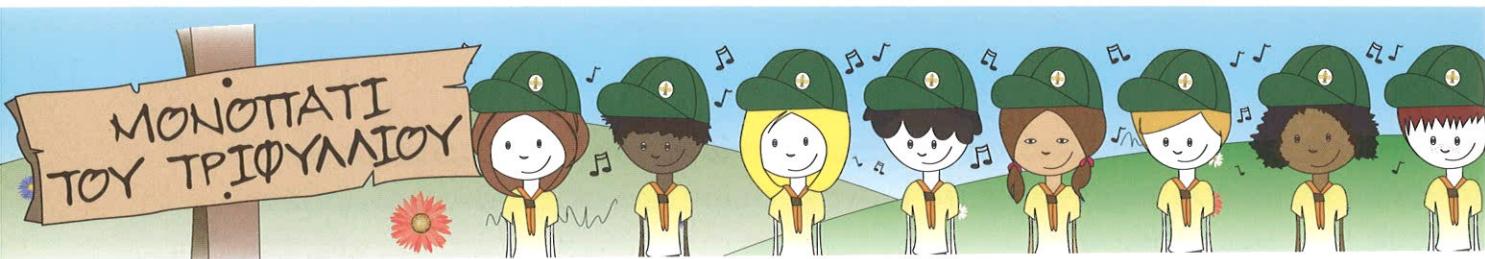
- *Kαι άφες ημίν τα οφειλήματα ημών ως και ημείς αφίεμεν τοις οφειλέταις ημών  
Συγχώρεσε τις αμαρτίες μας όπως και εμείς δα συγχωρήσουμε όλους εκείνους που μας έφταιξαν.*

Παρακαλούμε εδώ το Θεό να μας συγχωρέσει που παραλείπουμε να κάνουμε αυτά που οφείλουμε σε Κείνον, όπως και μεις δα συγχωρούμε αυτούς που μας αδικούν.

- *Kai μη εισενέγκεις ημάς εις πειρασμόν αλλά ρύσαι ημάς από του πονηρού*  
Και μη μας αφήσεις να πέσουμε στον πειρασμό αλλά λύτρωσέ μας από το πονηρό.

Ζητούμε δηλαδή από το Θεό όχι μόνο να μας βοηθά να μην κάνουμε ιονηρές (κακές) σκέψεις και πράξεις, αλλά και να μας γλυτώσει από αυτές ου διαρκώς μας τριγυρίζουν.

- *Αμήν.*  
**Μακάρι να γίνουν όλα αυτά που ζητούμε.**



## «Γνωρίζω την Υπόσχεση, το Νόμο, το Ρητό και το Χαιρετισμό των Λυκοπούλων»

Τα Λυκόπουλα σ' ολόκληρο τον κόσμο δίνουν την «Υπόσχεση», το καθένα στη δική του γλώσσα.  
Ήλθε λοιπόν η ώρα που και εσύ θα δώσεις την Υπόσχεσή σου.

Ο Αρχηγός Αγέλης σου θα σου εξηγήσει ότι μια Υπόσχεση μπορεί να είναι δύσκολη αλλά όχι ακατόρθωτη. Μια Υπόσχεση δεν είναι κάτι που το δίνουμε χωρίς να



σκεφτούμε. Δεν είναι εύκολο να πάρουμε πίσω κάτι για το οποίο έχουμε δώσει την Υπόσχεσή μας. Έτσι όταν υπόσχεσαι κάτι, να ξέρεις για ποιο σκοπό δίνεις αυτή την υπόσχεση και να είσαι ως άνδρωπος αποφασισμένος να την κρατήσεις, κάνοντας ό,τι μπορείς, επειδή η υπόσχεση είναι μια ζεκάδαρη υποχρέωση που αναλαμβάνουμε.

Όταν έχεις καταλάβει  
τόσο σημαντικό πράγμα  
είναι μια υπόσχεση τότε  
θα μπορείς και συ να  
δώσεις την «Υπόσχεση  
των Λυκοπούλων».

Διάβασε λοιπόν  
προσεκτικά την  
Υπόσχεση για να την  
κατανοήσεις καλά.



## Η Υπόσχεση των Λυκοπούλων

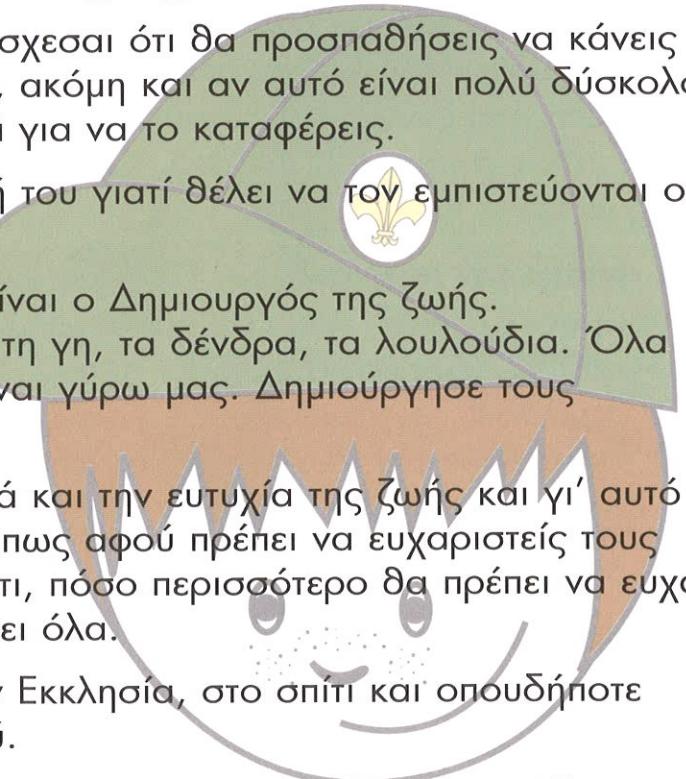


Λας δούμε τι σημαίνουν τα λόγια της Υπόσχεσης:

**Υπόσχομαι να προσπαθώ:** Όταν υπόσχεσαι ότι θα προσπαθήσεις να κάνεις αύτι σημαίνει ότι δέλεις να το κάνεις, ακόμη και αν αυτό είναι πολύ δύσκολο αι ότι θα βάλεις όλα σου τα δυνατά για να το καταφέρεις.

Ένα Λυκόπουλο κρατά την Υπόσχεσή του γιατί δέλει να τον εμπιστεύονται οι λλοι.

**Να είμαι πιστός στο Θεό:** Ο Θεός είναι ο Δημιουργός της ζωής. Δημιούργησε τα πάντα. Τον ουρανό, τη γη, τα δένδρα, τα λουλούδια. Όλα είδη ζώων και πουλιών και ό,τι είναι γύρω μας. Δημιούργησε τους ανθρώπους και μας τους ίδιους.



Ο Θεός σου δίνει κάθε μέρα τη χαρά και την ευτυχία της ζωής και γι' αυτό φείλεις να τον ευχαριστείς. Σκέψου πως αφού πρέπει να ευχαριστείς τους ανθρώπους που σου προσφέρουν κάτι, πόσο περισσότερο θα πρέπει να ευχαριστείς το Θεό, που σου τα προσφέρει όλα.

Μπορείς να ευχαριστείς το Θεό στην Εκκλησία, στο σπίτι και οπουδήποτε βρίσκεσαι, γιατί ο Θεός είναι παντού.

Εκτός από την Προσευχή, μπορείς να ευχαριστείς το Θεό με τις πράξεις σου βοηθώντας τους συνανθρώπους σου, ιδιαίτερα εκείνους που βρίσκονται σε

ανάγκη, χωρίς να σκέφτεσαι τον εαυτό σου και να περιμένεις ανταμοιβή. Ακόμα να δείχνεις την αγάπη σου σε όλα τα ζωντανά δημιουργήματα του Κυρίου χωρίς να τους προκαλείς κακό. Ο Θεός δημιούργησε τη γη και όλα τα πλάσματα που ζουν πάνω σε αυτήν. Άν τους κάνουμε κακό είναι σα να κάνουμε κακό στον ίδιο το Θεό. Όλα αυτά είναι μέρος του καθήκοντός μας προς το Θεό.

**Να αγαπώ την πατρίδα μου:** Πατρίδα είναι ο τόπος που γεννήθηκαν οι πρόγονοί μας. Ο τόπος που ζεις και μεγαλώνεις. Εκεί που βρίσκονται το σπίτι σου, το σχολείο και η Εκκλησία σου, η οικογένεια και οι φίλοι σου, οι πόλεις, τα βουνά, οι κάμποι και η γαλάζια θάλασσα, που περιβάλλει το νησί μας, αποτελούν την ιδιαίτερη μας Πατρίδα που λέγεται Κύπρος.

Ως Έλληνας όμως που είσαι στην καταγωγή, πατρίδα σου είναι και όλος ο υπόλοιπος ελληνικός χώρος.

Η Κύπρος είναι ένα μικρό νησί, αλλά έχει μεγάλη ιστορία που όλοι δαυμάζουν και εκτιμούν.

Νάσαι περήφανος για την πατρίδα σου και την καταγωγή σου. Να σέβεσαι στους Νόμους της και να ετοιμάζεσαι να γίνεις και συ μια μέρα ένας χρήσιμος άνδρωπος και άξιος πολίτης της.

## Να τηρώ το Νόμο των Λυκοπούλων

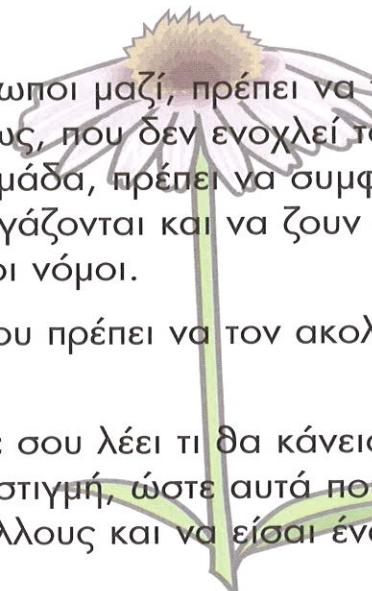
Οι άνδρωποι δεν είναι φτιαγμένοι για να ζουν μόνοι τους. Από τότε που βρίσκονται στη γη, μένουν πολλοί μαζί και σχηματίζουν οικογένειες, φυλές, κράτη. Έτσι μπορούν να βοηθάνε ο ένας τον άλλο και να κάνουν σπουδαία πράγματα.

Όταν όμως ζουν ή δουλεύουν πολλοί άνδρωποι μαζί, πρέπει να ταιριάζουν. Η αρχή είναι ο καθένας ελεύθερος, ως εκεί όμως, που δεν ενοχλεί τον άλλο. Γι' αυτό μολις σχηματίσουν μια οποιαδήποτε ομάδα, πρέπει να συμφωνήσουν τι θέλουν να κάνουν και τι δεν είναι, ώστε να συνεργάζονται και να ζουν αγαπημένοι. Από αυτές τις συμφωνίες έγιναν σιγά-σιγά οι νόμοι.

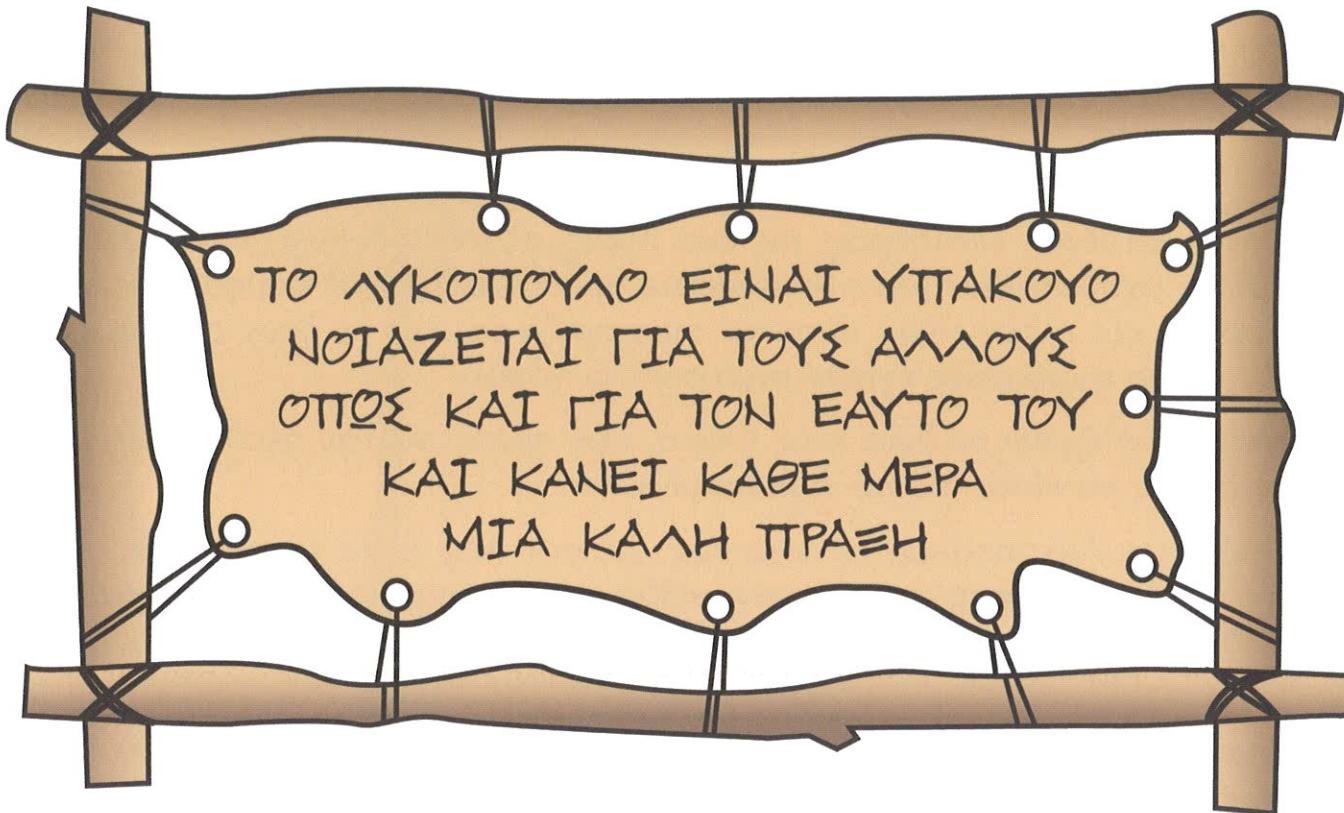
Α Λυκόπουλα έχουν το δικό τους Νόμο, που πρέπει να τον ακολουθείς και να τον φανείς, αν δέλεις να είσαι σωστό Λυκόπουλο.

Ο Νόμος των Λυκοπούλων είναι απλός. Δε σου λέει τι θα κάνεις κάθε στιγμή, αλλά τι να έχεις στο νου σου κάθε στιγμή, ώστε αυτά που κάνεις να είναι βοηθούν στη συνεργασία σου με τους άλλους και να είσαι ένα χρήσιμο αιδί.

Ε κάποιες περιπτώσεις ίσως, σου φανεί δύσκολο να τηρήσεις το Νόμο των Λυκοπούλων. Τότε δυμήσου την υπόσχεση που έχεις δώσει.



## Ο Νόμος των Λικοπούλων



ο Λυκόπουλο είναι υπάκουο. Αυτό δε σημαίνει ότι δε έχεις ποτέ δική σου γνώμη, αλλά ότι δα τη λες την ώρα που χρειάζεται και δα σέβεσαι τη γνώμη των άλλων. Σκέψου τι δα γινόταν αν την ώρα που παίζουμε ένα αιχνίδι δέλουμε να αλλάζουμε κάθε λίγο τους κανόνες του όπως βολεύεται καθένας.

.. «Κάποτε στο ξέφωτο ενός δάσους, μερικά Λυκάκια έπαιζαν κάνοντας ρούμπες. Ένα από αυτά δέλησε να απομακρυνθεί από τα άλλα και να ροχωρήσει στο δάσος.

Η μάνα-λύκαινα ξαπλωμένη λίγο πιο κεν παρακολουθούσε τα παιδιά της με άτια μισόκλειστα.

Σαφνικά σήκωσε το κεφάλι της και κοίταξε με βλέμμα αυστηρό το μικρούλι που μυριζόταν τον αέρα και έκανε διστακτικά βήματα προς το δάσος. Σε αια στιγμή το μικρό λυκάκι γύρισε και αντίκρισε το δυνατό βλέμμα της μά-ας. Τότε κατέβασε το κεφάλι, γύρισε πίσω και έτρεξε προς τα αδέλφια του.

Ιποτα δεν ειπώθηκε. Το έξυπνο λυκάκι κατάλαβε αμέσως τι του ζητούσε η ανά του και το έκανε.

Αυτό είναι υπακοή. (Από το «Βιβλίο της Ζούγκλας» του P. Κίπλινγκ)

... νοιάζεται για τους άλλους όπως  
και για τον εαυτό του

Σου αρέσει να αισθάνεσαι ότι είσαι  
κάτι το ξεχωριστό μέσα στην  
οικογένεια, στην παρέα σου, ίσως  
και στην τάξη σου. Και ασφαλώς  
είσαι. Έχει υπόψη όμως, πως το ίδιο  
αισθάνονται και τα άλλα παιδιά, αλ-  
λά και κάθε άνδρωπος στον κόσμο  
αυτό.

Κάθε άτομο είναι μια ξεχωριστή  
ύπαρξη. Άλλα για να ζήσει, να  
μεγαλώσει και να τα «βγάλει πέρα»  
στη ζωή, χρειάζεται τη βοήθεια, το  
ενδιαφέρον και τη φροντίδα των  
γύρω του.

Ένα παράδειγμα: Αν πας εκδρομή  
με την Αγέλη και ένα λυκόπουλο



εν μπορεί να περπατήσει γρήγορα όπως τα άλλα, δα το αφήσετε πίσω μόνο  
ου; Πώς δα σου φαινόταν αν ήσουν εσύ στη δέση του;

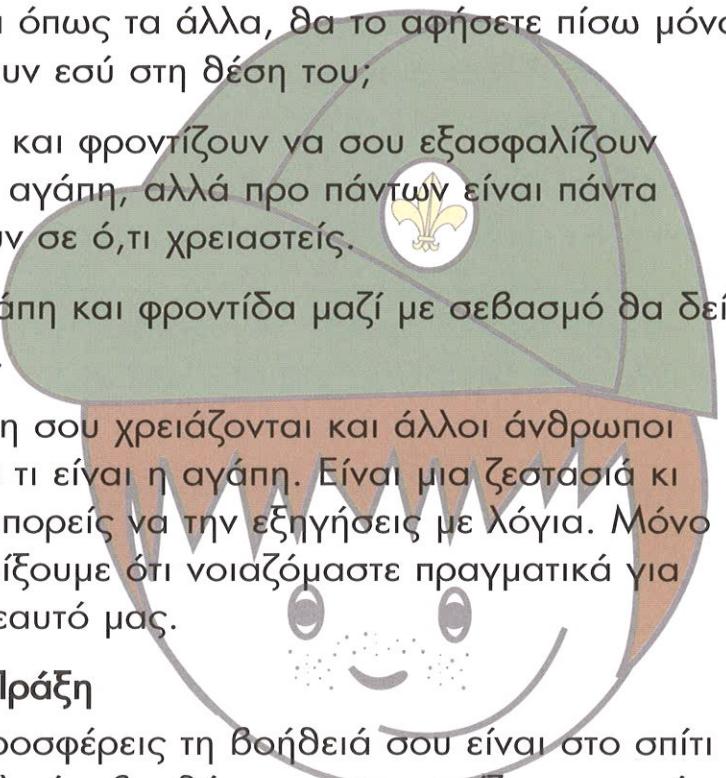
Οι γονείς σου νοιάζονται για σένα και φροντίζουν για σου εξασφαλίζουν  
οιοφή, στέγη, μόρφωση και πολλή αγάπη, αλλά προ πάντων είναι πάντα  
ίπλα σου έτοιμοι να σε βοηθήσουν σε ό,τι χρειαστείς.

Ο ίδιο ενδιαφέρον και την ίδια αγάπη και φροντίδα μαζί με σεβασμό δα δεί-  
νεις και συ προς τους γονείς σου.

Όμως το ενδιαφέρον και την αγάπη σου χρειάζονται και άλλοι άνδρωποι  
ου ζουν γύρω σου. Δεν δα πούμε τι είναι η αγάπη. Είναι μια ζεστασιά κι  
να φως μεσ' την καρδιά και δεν μπορείς να την εξηγήσεις με λόγια. Μόνο  
ε τις πράξεις μας μπορούμε να δείξουμε ότι νοιαζόμαστε πραγματικά για  
ους άλλους και όχι μόνο για τον εαυτό μας.

### **.. και κάνει κάθε μέρα μια Καλή Πράξη**

Κεί που μπορείς καθημερινά να προσφέρεις τη βοήθειά σου είναι στο σπίτι  
ου, όπου κάνοντας διάφορες δουλειές, βοηδάς και ανακουφίζεις τη μητέρα  
ου. Υπάρχουν όμως και άτομα είτε στην οικογένειά σου είτε γύρω σου, που  
εν μπορούν να βοηθήσουν τον εαυτό τους όπως οι γέροι, οι ανάπηροι ή



άλλοι, που δεν είναι τόσο καλά στην υγεία τους. Όλοι αυτοί χριεάζονται τη βοήθειά σου.

Η βοήθεια που προσφέρεις δεν είναι ανάγκη να είναι μεγάλη. Αυτό που έχει σημασία είναι να μην καυχηδείς γι' αυτή και να μην πάρεις αμοιβή. Αν δεχθείς αμοιβή, τότε θεωρείται μια δουλειά με πληρωμή και όχι μια Καλή Πράξη.

Το μυστικό για να βρίσκεις ευκαιρίες να κάνεις την καθημερινή Καλή σου Πράξη είναι: να σκέφτεσαι τους γύρω σου και να κάνεις γι' αυτούς κάτι χωρίς να σου το πει κανείς, να τους δίνει μια ευχάριστη έκπληξη.

Η χαρά που δα δώσεις δα είναι μεγάλη, η χαρά που δα νιώσεις δα είναι ακόμα μεγαλύτερη.



## Το Ρητό μας

Ητό είναι ένα σύνδημα ή ένας κανόνας. Το Ρητό των Λυκοπούλων είναι «ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΘΥΜΟΣ». Να είσαι δηλαδή «Πάντα Πρόδυμος» να οηδήσεις χωρίς να περιμένεις να σου το ζητήσουν.

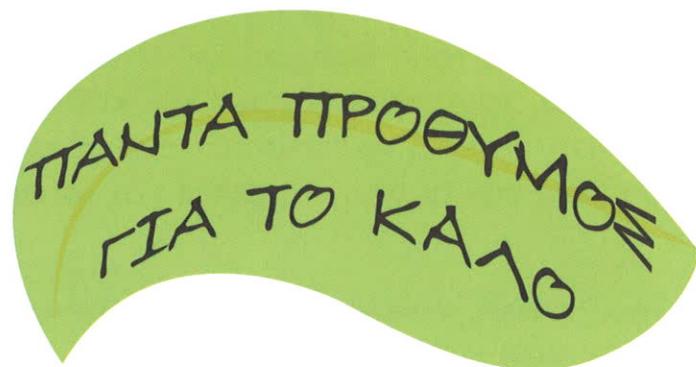
Πάντα Πρόδυμος για την  
Ιατρίδα και την Εκκλησία

Πάντα Πρόδυμος για τη  
ουλειά και το σχολείο

Πάντα Πρόδυμος να βοηδάς  
το σπίτι και όποιον χρειαστεί  
η βοήδειά σου

Πάντα Πρόδυμος για κάθε  
αλή πράξη.

Ι ακόμα «ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΘΥΜΟΣ» στη χαρά, «ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΘΥΜΟΣ» να  
άνεις καινούργιους φίλους.

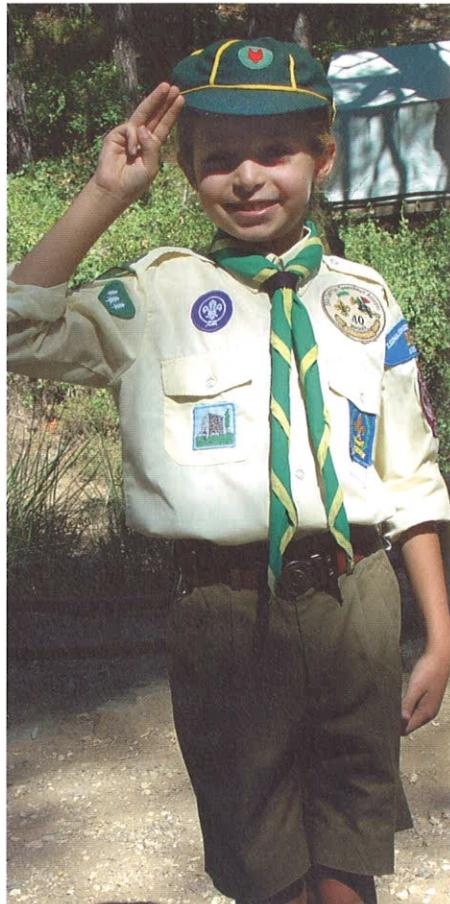


## Ο Χαιρετισμός

Οι Πρόσκοποι σε όλο τον κόσμο χρησιμοποιούν τον ίδιο χαιρετισμό. Είναι ένα δείγμα φιλίας.

Όταν δώσεις την Υπόσχεσή σου δα μπορείς να χαιρετάς τη Σημαία κατά την έπαρση και την υποστολή της, τους Βαθμοφόρους σου, τα άλλα λυκόπουλα, τους προσκόπους και κάθε άλλον που ανήκει στη μεγάλη προσκοπική οικογένεια, να εκδηλώνεις την αγάπη, τη φιλία και το σεβασμό σου.

Όταν χαιρετάς στέκεσαι προσοχή και φέρνεις το δεξί σου χέρι στην άκρη του σκούφου σου, ή του μετώπου σου όταν δεν φοράς σκούφο, με τα τρία δάκτυλα του χεριού τεντωμένα, ενώ ο αντίχειρας και ο μικρός διπλώνουν και ενώνονται από κάτω με την παλάμη προς τα μπρός.



α τρία τεντωμένα δάκτυλα συμβολίζουν τα τρία μέρη της Υπόσχεσης του λυκοπούλου.

Έτσι ο δείχτης, σου όμοιζει «**Να είμαι πιστός στο Θεό**»:

- Να πηγαίνεις τακτικά στην Εκκλησία.
- Να μοιράζεσαι τα αγαθά που έχεις.
- Να λες πάντα την αλήθεια.
- Να προσεύχεσαι στο Θεό.

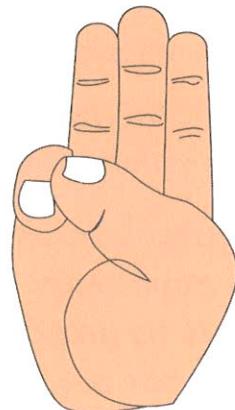
Ο μέσος, σου όμοιζει «**Να αγαπώ την Πατρίδα μου**».

Δεν είναι ανάγκη να είσαι στρατιώτης για να δείξεις την αγάπη στην πατρίδα σου. Μπορείς να το αποδεικνύεις με το να σέβεσαι στους νόμους της. Να φροντίζεις την Κοινότητα όπου ζεις, να βοηθάς να μένει καθαρή, να προσέξεις να μη γίνονται ζημιές, να σέβεσαι το φυσικό περιβάλλον.

Ο παράμεσος, σου όμοιζει «**Να τηρώ το Νόμο των Λυκοπούλων**».

Υπάρχουν πάρα πολλοί τρόποι για να το αποδείξεις όπως:

- Να προσφέρεις τη βοήθειά σου στους συνανθρώπους σου.
- Να προσπαθείς να κάνεις καλές πράξεις.



- Να νοιάζεσαι για τον κόσμο γύρω σου και να είσαι φιλικός προς όλους.
- Να είσαι υπάκουος στους γονείς και τους μεγαλύτερούς σου.

Το μεγάλο δάκτυλο που σκεπάζει το μικρό συμβολίζει το μεγάλο που προστατεύει το μικρό και το μικρό που σέβεται και συμβουλεύεται το μεγάλο.

## Χαιρετισμός Υπόσχεσης

Την ώρα που θα δώσεις την Υπόσχεσή σου θα χαιρετήσεις με το χαιρετισμό της Υπόσχεσης, που είναι ίδιος με τον κανονικό χαιρετισμό, αλλά το χέρι φθάνει μόνο ως το ύψος του ώμου. Ο χαιρετισμός της Υπόσχεσης δεν χρησιμοποιείται πουδενά αλλού.



## Η Προσκοπική Χειραψία

Στην Αφρική, παλιά, οι πολεμιστές κρατούσαν στο δεξί τους χέρι ένα δόρυ για να χτυπούν ον εχδρό και στο αριστερό την ασπίδα για να προστατεύονται.

Το να δώσουν το αριστερό τους χέρι για χαιρετισμό, πράγμα ιου σήμαινε ότι έπρεπε να αφήσουν κάτω την ασπίδα τους, για να δείγμα μεγάλης εμπιστοσύνης.

Ετσι χαιρέτησε κάποτε τον Μπείντεν Πάουελ ένας Αφρικανός φύλαρχος δέλοντας την δεξιά του δείξει ότι τον δεωρούσε φίλο του και τον εμπιστευόταν.



Αυτός ο χαιρετισμός, άρεσε τότε στον Μπέιντεν Πάουελ και τον καθιέρωσε ως τον ειδικό χαιρετισμό μεταξύ των προσκόπων και των λυκοπούλων για να δείχνουν με τον τρόπο αυτό την εμπιστοσύνη τους ο ένας στον άλλον.

Ως λυκόπουλο λοιπόν δα μπορείς να κάνεις χειραψία με το αριστερό χέρι όταν χαιρετάς λυκόπουλα, βαδμοφόρους ή άλλους προσκόπους.

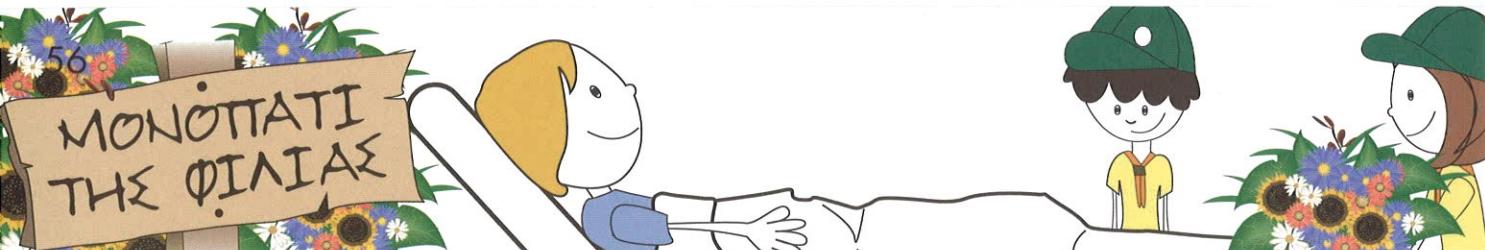




## «Συμμετέχω σε μια εκδρομή ή ένα περίπατο με την Αγέλη μου»

Ένας περίπατος στην εξοχή, ή ακόμα καλύτερα, μια εκδρομή με την Αγέλη, προσφέρει πολλή διασκέδαση και είναι διαφορετική από τις εκδρομές με την φικογένεια, γιατί ο Αρχηγός Αγέλης με τους άλλους Βαθμοφόρους τοιμάζουν πρόγραμμα με εκπλήξεις και παιχνίδια.

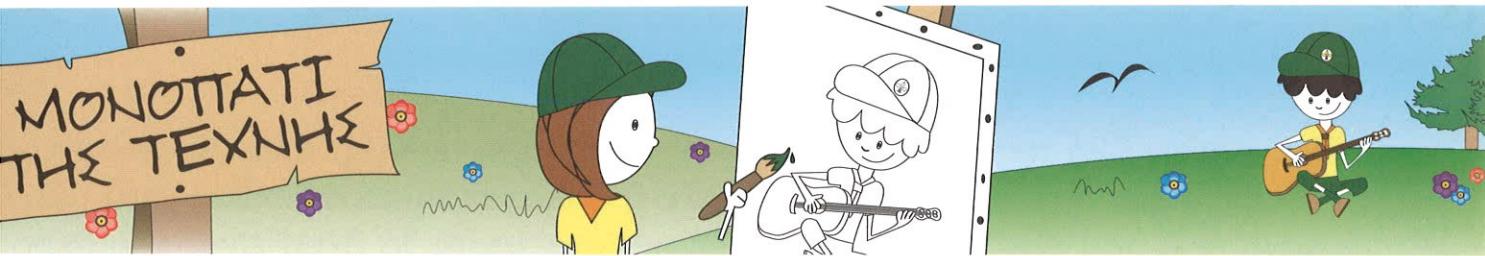
Όταν λοιπόν μάθεις ότι η Αγέλη σου θα πάει περίπατο ή εκδρομή μη χάσεις την ευκαιρία. Φρόντισε να ακούσεις την ώρα της αναχώρησης, καδώς και την ώρα της επιστροφής και πες το στους γονείς σου, για να ξέρουν πότε θα φέρουν στην Αγέλη και πότε θα έρθουν να σε πάρουν. Επίσης μάθε πού θα πάτε και τι χρειάζεται να πάρεις μαζί σου.



«Γίνομαι φίλος με τα Λυκόπουλα της Εξάδας μου και λαμβάνω μέρος, πρόδυμα, σ' όλες τις δράσεις της Αγέλης μου»

Πιδανόν να έχεις φίλο ή συμμαδητή κάποιο παιδί που είναι Λυκόπουλο στην Αγέλη, αλλά και αν δεν έχεις, σύντομα θα γνωριστείς με τα άλλα παιδιά και θα γίνετε φίλοι.

Οι δράσεις, σίγουρα θα σου αρέσουν τα παιχνίδια και ό,τι άλλο σου μαθαίνουν ο Αρχηγός Αγέλης και οι Βαδμοφόροι της Αγέλης σου.



«Παρουσιάζω με όποιο τρόπο δέλω (ζωγραφική, σκίτσο, κολλάζ κ.λπ.), μια εικόνα από την Κυπριακή ζωή ή τη ζωή της Αγέλης μου

Η Κυπριακή ζωή, ιδιαίτερα η ζωή της υπαίθρου, είναι γεμάτη από όμορφες σκηνές και εικόνες, που βρίσκονται γύρω μας όπου κοιτάξουμε.

Από την τηλεόραση ή από φωτογραφίες δα έχεις δει τις κοπέλες να κόβουν σταφύλια ή να μαζεύουν πορτοκάλια, τον ψαρά που τραβά τα δίχτυά του, το γεωργό που ετοιμάζει τη γη για να σπείρει ή να δερίσει.

Θα έχεις δει τους ανδρώπους της πόλης στα καταστήματα, στα γραφεία, στις διάφορες υπηρεσίες. Άλλα και πιο παλιά, δυμήσου από τα παραμύδια, τη γιαγιά στη ρόκα της να γνέθει το μαλλί, ή την υφάντρα στον αργαλειό της να το υφαίνει.

Όσο για τη ζωή της Αγέλης οι εικόνες είναι πάρα πολλές, από τις συγκεντρώσεις, τους περιπάτους, τις εκδρομές ή άλλες εκδηλώσεις. Θυμήσου μια εικόνα που σου άρεσε και αποτύπωσέ την στο χαρτί. Το δέμα είναι ελεύθερο. Άφησε λοιπόν τη φαντασία σου να δουλέψει και φτιάξε μια όμορφη εικόνα που να ανταποκρίνεται στην Απαίτηση.





«Φροντίζω για την υγεία και την καθαριότητα του σώματός μου και γνωρίζω γιατί πρέπει να είμαι καθαρός»

Τα μικρόβια ζουν σε κάθε είδος ακαδαρσίας. Είναι τόσο πολύ μικρά που δεν τα βλέπουμε. Ψάχνουν διαρκώς να βρουν ακάδαρτα μέρη. Τους αρέσουν πολύ τα λερωμένα χέρια και τα βρώμικα νύχια και είναι πάντα έτοιμα να μας επιτεδούν και να μας αρρωστήσουν.

Αν φας με λερωμένα χέρια και βρώμικα νύχια, ασφαλώς θα καταπιείς μαζί και μικρόβια. Ο μόνος εχδρός που μπορεί να τα νικήσει είναι η ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ.

Να δυμάσαι λοιπόν, πάντα να πλένεις τα χέρια σου μετά που θα τελειώσεις μια δουλειά που έχεις αναλάβει, οπωσδήποτε πριν το φαγητό, καθώς και κάθε φορά που πας στην τουαλέτα.

## Φροντίδα των δοντιών

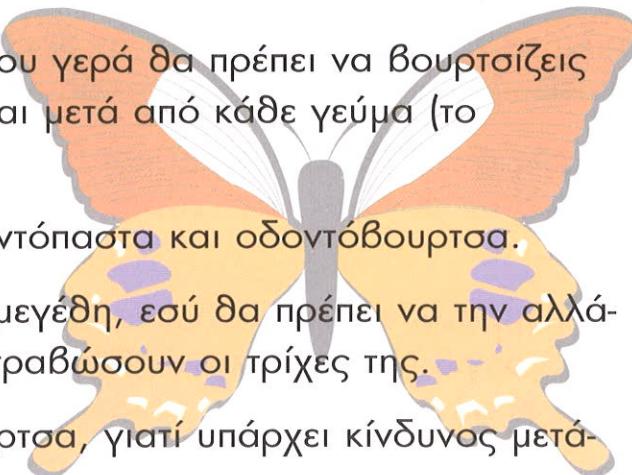
- Εκτός από την ακαδαρσία, τα μικρόβια αγαπούν επίσης τις τροφές. Κάθε φορά που τρως, μικρά κομματάκια τροφής μένουν κολλημένα γύρω από τα δόντια σου.
- Αν τα αφήσεις εκεί, σε λίγο τα μικρόβια δ' αρχίσουν δουλειά. Δηλαδή δα σαπίσουν την τροφή. Η χαλασμένη τροφή δα βλάψει τα δόντια και τα ούλη σου.

Για να διατηρείς τα δόντια και τα ούλη σου γερά δα πρέπει να βουρτσίζεις τα δόντια σου το πρωί μόλις ξυπνήσεις και μετά από κάθε γεύμα (το μεσημέρι και κυρίως το βράδυ).

Για το σκοπό αυτό να χρησιμοποιείς οδοντόπαστα και οδοντόβουρτσα.

Οδοντόβουρτσες υπάρχουν σε διάφορα μεγέθη, εσύ δα πρέπει να την αλλάζεις όταν χάνει την ελαστικότητά της ή στραβώσουν οι τρίχες της.

Μην χρησιμοποιείς ποτέ ξένη οδοντόβουρτσα, γιατί υπάρχει κίνδυνος μετάδοσης ασθενειών.



Να βουρτσίζεις τα δόντια σου από έξω και από μέσα με κινήσεις από τη  
σύζια προς την άκρη των δοντιών καθώς και κυκλικά, για 2–3 λεπτά.

Κάθε 6 μήνες να επισκέπτεσαι τον οδοντίατρό σου που θα δώσει τις  
κατάλληλες οδηγίες.

### *Πώς να βουρτσίζεις τα δόντια σου*

1. Πάνω-κάτω και κυκλικά
2. Στην επιφάνεια
3. Στα πλάγια
4. Μην ξεχνάς να βουρτσίζεις το εσωτερικό  
μέρος των δοντιών.

### *Κρυολόγημα - Ασδένειες*

Όταν είμαστε άρρωστοι ή κρυολογημένοι, μεταφέρουμε χιλιάδες μικρόβια και με κάθε βήξιμο  
και φτάρνισμα γεμίζουμε με αυτά το χώρο γύρω  
μας.



Για να γίνουμε σύντομα καλά:

- ξαπλώνουμε στο κρεβάτι μας,
- ξεκουραζόμαστε και κοιμόμαστε πολύ,
- χρησιμοποιούμε χάρτινα μαντήλια που τα βάζουμε μετά σε σακούλι ή σε καλάδι αχρήστων,
- κάθε φορά που βήχουμε ή φταρνιζόμαστε σκεπάζουμε το στόμα και τη μύτη μας και γυρίζουμε το κεφάλι μακριά από τους άλλους.

## *Σωστή αναπνοή*

Ο αέρας που αναπνέουμε, συνήθως, είναι ακάδαρτος και περιέχει αρκετά μικρόβια. Για να προστατέψουμε τον οργανισμό μας αναπνέουμε από τη μύτη.



- Η μύτη μας έχει μέσα χιλιάδες τριχούλες που καθαρίζουν τον αέρα που εισπνέουμε.
- Ο αέρας που μπαίνει από τη μύτη, ζεσταίνεται και υγραίνεται. Έτσι ζεστός και καθαρός ο αέρας φιλάνει στους πνεύμονές μας.

- Ο αέρας που εισπνέουμε από το στόμα δεν είναι ούτε ζεστός, ούτε καθαρός.

## Φροντίδα των ποδιών

Φρόντιζε τα πόδια σου από τώρα για να εξυπηρετούν χωρίς ενόχληση σ' όλη τη ζωή.

Μπορεί τα πόδια σου να σου φαίνονται λίγο αστεία, αλλά είναι πολύτιμα.

Σκέψου μόνο πόσο σκληρά δουλεύουν για σένα. Αξίζουν λοιπόν να τα φροντίζεις και εσύ λίγο, για να διατηρούνται καλή κατάσταση.

- Πλένε τα τακτικά και σκούπιζέ τα, ιδίως ανάμεσα στα δάκτυλα.
- Πρόσεχε τα παπούτσια σου να ταιριάζουν στα πόδια σου. Να μην είναι ούτε στενά, ούτε μεγάλα.

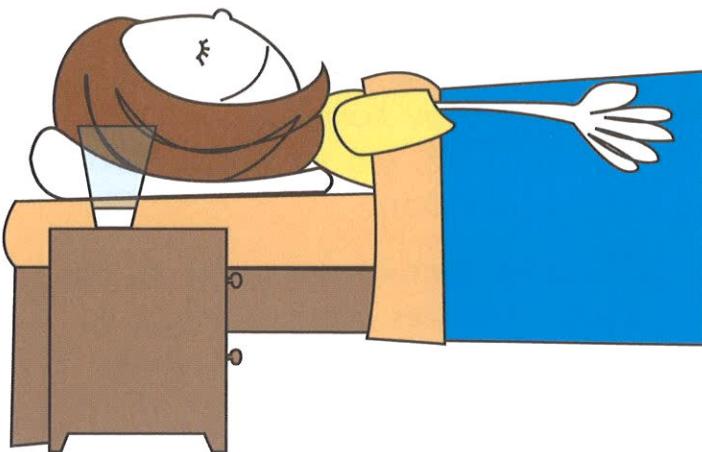


- Άλλαζε τακτικά τις κάλτσες σου, ιδίως όταν τα πόδια σου είναι ιδρωμένα.
- Κόβε τα νύχια των ποδιών σου τακτικά και σωστά (ίσια και όχι στρογγύλα).

## *Kανονικός ύπνος*

Για να αισθάνεσαι κεφάτος και ζωηρός κάθε μέρα προσπάθησε:

- Να κοιμάσαι κάθε βράδυ, τουλάχιστον, εννιά ώρες.
- Να πηγαίνεις για ύπνο κάθε βράδυ την ίδια ώρα.
- Να πίνεις ένα ζεστό γάλα πριν κοιμηθείς.
- Να σκεπάζεσαι με ελαφρά, ζεστά σκεπάσματα.
- Να αφήνεις λίγο ανοικτό το παράδυρο για να μπαίνει μέσα ο καθαρός αέρας.



Το χρώμα Εξάδας ράβεται στο αριστερό μανίκι. Κάθε εξάδα έχει το δικό της χρώμα.

Ο Θηρεός της Επαρχιακής Εφορείας ράβεται στη δεξιά τσέπη. Υπάρχουν 7 επαρχιακές Εφορείες στην Κύπρο και κάθε μια έχει το δικό της διακριτικό. Η Λευκωσία έχει το Αγρινό, η Λεμεσός το Φρούριο του Κολοσσού, η Λάρνα-α τις Φοινικούδες, η Πάφος την Αφροδίτη, η Αμμόχωστος μια αρχαία ιριήρη, η Κερύνεια Γραμμική παράσταση από το Λιμανάκι της πόλης και η Λόρφου τα Πορτοκάλια.



Λευκωσίας



Λεμεσού



Αμμόχωστου



Λάρνακας



Πάφου



Κερύνειας

Κόλπου  
Μόρφου

Α Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης ράβονται στο δεξί ανίκι και αντιπροσωπεύουν την ασχολία σου με τις Απαιτήσεις σ' ένα δέμα ου σου αρέσει. Υπάρχουν Πτυχία Συλλέκτη, Ψυχαγωγού, Εξερευνητή, Χαλλιτέχνη, Ξεναγού, Φωτογράφου, Αδλητή, Κολυμβητή, Ποδηλατιστή, και ολλά άλλα.



## Το Μαντήλι

Τη στολή σου συμπληρώνει ένα τρίγωνο μαντήλι σε χρώμα όμοιο με τα μαντήλια που φορούν όλα τα Λυκόπουλα και οι Πρόσκοποι του Συστήματος στο οποίο ανήκεις.



Όπως η στολή σου, έτσι και το μαντήλι σου, πρέπει να είναι πάντα καθαρό, σιδερωμένο και καλοδιπλωμένο γιατί καθρεφτίζει την αγάπη και εκτίμηση που έχεις στην Αγέλη σου. Μάθε να το τυλίγεις σωστά και να δυμάσαι ότι η μύτη του πρέπει να κατεβαίνει 15 εκατοστά περίπου στην πλάτη σου.

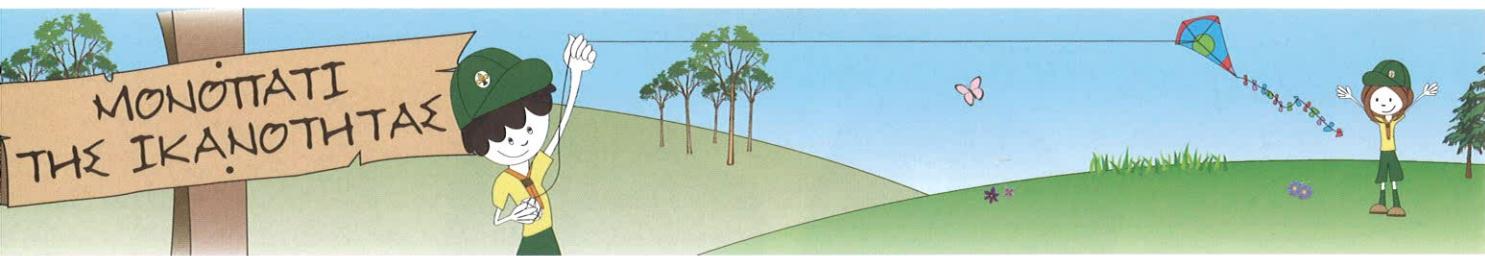
Το μαντήλι σου δα το συγκρατείς στο λαιμό με ένα δερμάτινο κρίκο.

Αργότερα δα μάθεις ότι το μαντήλι δεν έχει μοναδικό σκοπό να δείχνει με τα χρώματά του σε ποιο Σύστημα ανήκεις, αλλά χρησιμεύει και σε πολλές άλλες περιπτώσεις.

# α να είσαι γερός και δυνατός

65





## «Φτιάχνω ένα αντικείμενο με υλικά που διαλέγω ο ίδιος»

Δεν υπάρχει κανένας περιορισμός στο τι θα είναι αυτό που θα φτιάξεις ή τι υλικά θα χρησιμοποιήσεις.

Αυτό που έχει σημασία είναι να προσπαθήσεις να το φτιάξεις μόνος σου, όσο πιο καλά μπορείς.

Μερικές ιδέες: Φτιάξε ένα παιχνίδι, ένα κουκλάκι, ένα χρήσιμο αντικείμενο για το σπίτι, ένα κέντημα ή άλλο διακοσμητικό αντικείμενο.

# ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΎΠΟΣΧΕΣΗΣ



ΜΟΝΟΠΑΤΙ — ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ	ΗΜΕΡΟΜ.	ΥΠΟΓΡ.
A. Μονοπάτι της Θρησκείας και της Πατρίδας * Γνωρίζω την Κυριακή Προσευχή		
B. Μονοπάτι του Τριφυλλιού * Γνωρίζω την Υπόσχεση, το Νόμο, το Ρητό και το Χαιρετισμό		
Γ. Μονοπάτι της Φύσης * Συμμετέχω σε μια εκδρομή ή ένα περίπατο με την Αγέλη μου		
Δ. Μονοπάτι της Φιλίας * Γίνομαι φίλος με τα Λυκόπουλα της Εξάδας μου και λαμβάνω μέρος, πρόδυμα, σε όλες τις δράσεις της Αγέλης.		



# ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΎΠΟΣΧΕΣΗΣ



ΜΟΝΟΠΑΤΙ — ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ	ΗΜΕΡΟΜ.	ΥΠΟΓΡ.
E. Μονοπάτι της Τέχνης * Παρουσιάζω με όποιο τρόπο δέλω (ζωγραφική, σκίτσο, κολλάζ κ.λπ.) μια εικόνα από την Κυπριακή ζωή της Αγέλης μου.		
ΣΤ. Μονοπάτι της Υγείας * Φροντίζω για την υγεία και την καθαριότητα του σώματός μου και γνωρίζω, γιατί πρέπει να είμαι καθαρός.		
Z. Μονοπάτι της Ικανότητας * Φτιάχνω ένα αντικείμενο με υλικά που διαλέγω ο ίδιος.		

## Επίλογος

ώρα που έδωσες την Υπόσχεσή σου και ανήκεις στην μεγάλη προσκοπική ικογένεια, σε περιμένει ένας καινούργιος κόσμος, γεμάτος με ενδιαφέρουσες και ευχάριστες ασχολίες.

Λειτουργικές θα τις βρεις στις Απαιτήσεις των επτά Μονοπατιών και άλλες στις Απαιτήσεις των Πτυχίων Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης.

Με διάφορα παιχνίδια στην Αγέλη και με λίγη προσπάθεια από σένα, θα πορέσεις να αποκτήσεις το πρώτο σου Αστέρι που θα φέρεις στη στολή σου. Με τον ίδιο τρόπο θα αποκτήσεις και το δεύτερό σου Αστέρι.

ώρα που έδωσες την Υπόσχεσή σου, μπορείς να αποκτήσεις όσα Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης δέλεις. Είναι πολύ ευχάριστο να σχολείσαι με κάποιο πτυχίο που σου αρέσει. Από τη μια γιατί περνάς την ώρα σου με κάτι που σε ενδιαφέρει πολύ και από την άλλη γιατί όταν «περάεις» το Πτυχίο, θα ξέρεις πολύ περισσότερα για το θέμα που διάλεξες. Θα χεις γίνει «ειδικός».

Για κάθε ειδικότητα που αποκτάς, μπορείς να φοράς το αντίστοιχο πτυχίο στο δεξί μανίκι της στολής σου.

Περισσότερες λεπτομέρειες για τα Αστέρια δα βρεις στα προσκοπικά βιβλία:

«Εξερευνώντας τα Μονοπάτια Β' Μέρος – Απαιτήσεις Πρώτου Αστεριού» και «Εξερευνώντας τα Μονοπάτια Γ' Μέρος – Απαιτήσεις Δευτέρου Αστεριού».

Τις απαιτήσεις των Πτυχίων δα τις βρεις στο βιβλίο «Πτυχία Αναγνώρισης Ερασιτεχνικής Ενασχόλησης».



Για τη συγγραφή του βιβλίου «Εξερευνώντας τα Μονοπάτια Μέρος Α' Απαιτήσεις Υπόσχεσης»  
συνεργάστηκαν:

Η Δώρα Μακαρίου, Επίτιμη Αρχηγός Εκπαιδευσης Βαδμοφόρων  
και

ο Γεώργιος Χριστοφίνας, Έφορος Κλάδου Λυκοπούλων της Γενικής Εφορείας.

**Σκίτσα:**

Στέλλα Δημητρίου, Σχεδιάστρια, παλιά Βαδμοφόρος του Σώματος Προσκόπων Κύπρου.

**Διόρδωση Κειμένων:**

Κώστας Ταρτίου, Βοηδός Γενικός Εφορος

**Φωτογραφίες:**

Αρχείο Σώματος Προσκόπων Κύπρου

Γεώργιος Χριστοφίνας

**Γενική Επιμέλεια:**

Μάριος Χρίστου, Έφορος Εκπαιδεύσεως της Γενικής Εφορείας.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Σώμα Ελλήνων Προσκόπων
- Σώμα Προσκόπων Αμερικής
- Σώμα Προσκόπων Αυστραλίας
- Σώμα Προσκόπων Ηνωμένου Βασιλείου
- Σώμα Προσκόπων Κύπρου Εξερευνώντας τα Μονοπάτια έκδοση 1987

Τυπώθηκε στο Τυπογραφείο IMPRINTA LTD σε 4000 αντίτυπα  
Λευκωσία, Νοέμβριος 2006



ΣΩΜΑ  
ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ  
ΚΥΠΡΟΥ