

Sempre Alerta Jovem



Nº 1

Parte integrante do Sempre Alerta nº 141

ADVERTÊNCIA

Os editores advertem:
A não divulgação deste encarte aos
jovens do seu Grupo Escoteiro é
prejudicial a saúde do Movimento Escoteiro.

A partir deste número do Sempre Alerta, iniciamos a publicação deste encarte: o **Sempre Alerta Jovem**. Ele nasce com a ambiciosa vontade de servir de canal de comunicação direta entre a Direção Nacional e os jovens da UEB. Com matérias de interesses para todos os ramos o "irmão caçula" do Sempre Alerta vai contar com um diferencial: além de notícias sobre o movimento escoteiro no Brasil e no Mundo, vamos abordar o "dia a dia" das alcatéias, Tropas e Clãs, com dicas e sugestões para melhorar ainda mais as suas atividades. Mas para que isto se torne uma realidade, é muito importante a sua participação: escreva ou mande um e-mail para nós, criticando, dando sugestões de matérias a serem abordadas nas próximas edições ou repartindo com o resto do Brasil aqueles "macetes" que a sua patrulha descobriu no último acampamento. Se você ainda não se deu conta, a participação da sua patrulha, tropa ou Clã é **DECISIVA** para tornar o slogan "É tempo de Crescer" uma realidade. Ou você vai continuar achando que Escotismo só existe sábados a tarde no seu Grupo ?

Os editores

ueb.semprealerta@escoteiros.org



NESTA EDIÇÃO

Em primeira mão:

Fórum Mundial de Jovens Líderes

O Brasil participa ativamente

Dicas

As 1001 utilidades do limão

Cozinha mineira

Faça um arroz carreteiro
sem utilizar panelas

Picada de cobras

Dicas para você se tornar um
cobra no assunto

e muito mais !



AS 1001 UTILIDADES DO LIMÃO

Além de temperar a salada e preparar limonadas, veja o que se faz com a fruta:

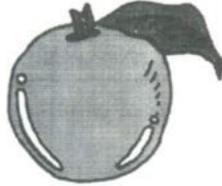
Espanta-formiga: pingue algumas gotas perto do local de onde se quer manter as pestinhas afastadas.

Tira-mancha: deixe o sumo agir sobre a marca de ferrugem por alguns minutos.

Mensagem secreta:

com um palito de dente molhado no sumo, escreva um bilhete numa folha branca. Para ler o texto, o destinatário deverá encostar a folha numa lâmpada acesa. O calor fará as palavras surgirem como mágica.

Desodorante: para tirar o cheiro de peixe das mãos (não faça isso ao sol, pois sua pele ficará com quemaduras horríveis, que custarão a desaparecer).



CALCULE A VELOCIDADE DA ÁGUA DE UM RIO

Assinale na margem, dois pontos distantes 20 metros (uns vinte passos largos) entre si. Arremesse na água um pedaço de madeira. De relógio em punho, verifique quantos segundos a madeira leva para percorrer os 20 metros. Multiplique por 50. Divida 3600 pelo número obtido e pronto. Você terá a velocidade da água do rio em Km/h.

DICAS PARA ESCOLHER
- E COMPRAR -
SUA BOTA DE CAMINHADA

Experimente as botas com o mesmo tipo de meia que você usará nas suas caminhadas e jornadas. Uma pequena diferença na grossura da meia, pode mudar drasticamente o ajuste da bota.

Botas de caminhada geralmente variam de tamanho de fabricante para outro. Um tamanho 40 de um fabricante não é necessariamente um 40 de outro.

Se você recentemente torceu o tornozelo, sofreu com uma unha encravada ou teve qualquer problema nos pés, nenhuma bota vai ficar boa. Espere ficar totalmente bom para comprar.



Você precisa de espaço para os seus dedos deslizarem para frente quando estiver descendo uma trilha com peso nas costas. Uma sobra atrás da largura do seu polegar já é o suficiente. Ao experimentar a bota, chute levemente o chão. Se os seus dedos doerem ela, está pequena.

A bota deve envolver o tornozelo sem apertá-lo. Para evitar torções e melhorar o apoio, o cadarço deve ser atado na altura do tornozelo.

Se você tem pés estreitos, vai suar para encontrar o calçado ideal. As botas para caminhada são mais largas, o que fará seus pés "dançarem" dentro delas. Para diminuir o problema, use palmilhas adicionais.

Ande com as botas pela loja por alguns minutos. Elas ficarão mais flexíveis.

FALE COM A GENTE !



ueb.semprealerta@escoteiros.org



Av. Farrapos, 1714/1716 - São Geraldo
90220-001 - Porto Alegre - RS

Dê a sua sugestão, crítica ou colaboração para as próximas edições !





COZINHA MATEIRA

Você já experimentou fazer um delicioso arroz carreteiro, utilizar panela ? Acompanhe estas dicas e teste-as no próximo acampamento !

Você pode aproveitar no almoço aquela caixa de leite que a patrulha usou no café da manhã, bastando para isso, abri-la cuidadosamente na parte de cima (com ela vazia, claro !) e levantar as bordas, deixando com a "boca" totalmente aberta. Com papel alumínio, vamos improvisar uma frigideira: pegue um pedaço de galho verde ou um filete de taquara com mais ou menos 1,5 cm de largura e cerca de 40 cm de comprimento e envergue-o até uma ponta encostar na outra, amarrando-as com um cipó fino ou sisal. A forma deve ficar próxima de um círculo. Pegue um outro galho ou taquara, agora um pouco mais grosso (cerca de 3 cm de largura) e amarre-o lateralmente no círculo formado. A seguir, coloque a estrutura sobre três folhas de papel alumínio e vá enrolando elas nas bordas da "frigideira", deixando cerca de 10 cm de altura, do fundo até a borda. A aparência final é de uma "bacia" de papel alumínio com um cabo. Não esqueça de também cobrir com papel alumínio as amarras feitas na estrutura e no cabo.



Pronto ! você já tem a "panela" e a "frigideira" para fazer a refeição. Agora preste atenção no preparo do

ARROZ CARRETEIRO

Ingredientes

- 2, 5 canecas de arroz
- 1,5 Kg de carne picada em cubos
- 1 lata pequena de molho refogado
- ½ cebola picada e sal a gosto

Como preparar

Acenda uma fogueira, cerca de meia hora antes de começar a cozinhar e coloque troncos grossos, para formar um bom braseiro (lembre-se: comida mateira é feita **NAS BRASAS** e não no fogo direto). Assim que o braseiro estiver pronto, coloque óleo na "frigideira" e leve-a cuidadosamente ao fogo, cuidando para não rasgar o fundo. Assim que o óleo esquentar, coloque a carne picada para refogar, junto com a cebola. Use uma colher para mexer na carne (Nunca use garfo ou faca !), e seja sempre cuidadoso. Quando a carne estiver no ponto, coloque água na caixa de leite, até quatro dedos abaixo da borda e coloque o arroz, a carne e o molho, acrescentando sal ao gosto da patrulha. Mexa cuidadosamente para misturar os ingredientes e leve a caixa ao fogo e cuide-a para que a mesma receba calor por todos os lados, sem deixar que eventuais chamas atinjam a borda da caixa. Deixe cozinhar por cerca de meia hora e pronto: você tem um autêntico arroz carreteiro mateiro para uma patrulha de 6 pessoas. Bom apetite !

FIQUE LIGADO

Você já sabe que tal dia dia vai tentar escalar um paredão com alto grau de dificuldade. A Pedra da Gávea no Rio de Janeiro, suponhamos. Mas ainda não decidiu a que horas deve iniciar a empreitada. Prefira a parte da manhã, umas 5 horas mais ou menos. Estudos mostram que entre as 8 da noite e as 8 da manhã, é o período em que corpo humano mais suporta a dor, graças à concentração de endorfina (a versão natural da morfina).



As dicas desta edição do **SEMPRE ALERTA JOVEM**, foram extraídas da Revista *Familia Aventura* e de Escotistas do Ramo Sênior. Colabore ! Envie sua dica ou sugestão de matéria.





PICADA DE COBRA

O QUE FAZER ?

Cuidados e prevenções para você virar um cobra neste assunto

O comportamento mais comum de uma serpente não venenosa ao encontrar pessoas é se assustar e fugir. As venenosas, ao se sentirem ameaçadas, ficam imóveis e armam o bote. Em qualquer situação, não faça movimentos bruscos. A agressividade das cobras depende de cada situação.

A maioria das serpentes tem hábitos terrestres, mas existem espécies aquáticas e aquelas que vivem em árvores. Se for subir em uma, olhe antes de se agarrar nos galhos.

Durante uma trilha, use sempre botas ou tênis de cano alto. 80% das picadas acontecem do joelho para baixo.

Algumas cobras gostam de ficar em lugares protegidos, escuros e úmidos. Não enfie as mãos em tocas ou troncos ociosos.

Preste atenção redobrada ao andar por matas, capinzais e florestas. Não coloque a mão no chão. Use sempre um galho para "sentir" o terreno.

Tome cuidado ao subir em pedras ou encostas de rochas. Não coloque as mãos por cima de um degrau alto, sem ver onde está segurando.

Observe o tamanho, o formato da cauda da cobra, o aparecimento de sintomas, horário da picada e local do acidente. Embora seja difícil manter a calma nessas horas, tais informações vão ajudar na hora do tratamento.

Não banque o doutor inventando receitas caseiras ou improvisando remédios. Isto pode piorar o estado do acidentado. O tratamento é feito, basicamente, com soro antiofídico.

JAMAIS faça torniquetes, pois isso pode causar até a amputação de membros do acidentado.

Após a picada, a vítima deve ficar deitada sem se mexer. Os movimentos facilitam a propagação do veneno.

Leve a vítima ao serviço de saúde mais próximo para tomar o soro antiofídico correto

Só tome o soro indicado por um especialista. Existem vários tipos de antídotos e, se a vítima recebe o remédio errado, corre o risco de ter uma reação alérgica e até morrer.

Nem todas as cobras injetam todo o veneno e nem sempre as serpentes que dão bote são venenosas. Mesmo sem haver sintomas, é importante levar a vítima ao médico. Pode haver infecções.



TELEFONES DE EMERGÊNCIA

Para saber onde encontrar soro gratuito na rede pública, ligue para:

Coordenação Nacional de Zoonoses e Animais Peçonhentos 0 (XX) (61) 226.6478, Brasília/DF

Hospital Vital Brasil 0 (XX) (11) 813.7962, São Paulo/SP

7º FÓRUM MUNDIAL DE JOVENS LÍDERES

O Brasil marca a sua presença

Por Melissa Martins Casagrande *

O Fórum Mundial de Jovens Líderes é realizado de três em três anos, uma semana antes da Conferência Mundial de Escotismo. É a oportunidade que jovens entre 18 e 26 anos de todo o mundo têm para trocar idéias, e discutir os mesmos temas que serão tratados na Conferência visando a preparação para a posterior participação neste evento e a contribuição jovem através de recomendações. Construindo assim uma parceria de entusiasmo e experiência, durante o Fórum e principalmente evidenciada na Conferência onde podemos muito bem utilizar nosso potencial de trabalho.

Foi com este objetivo que realizou-se o 7º Fórum Mundial de Jovens Líderes em Balgowan, África do Sul de 19 a 22 de julho de 1999. A beleza natural do local ajudou bastante, assim como a ótima equipe de infra-estrutura, mas os resultados não teriam sido tão satisfatórios se não fosse o ótimo trabalho dos 128 participantes, provenientes de 55 países.

O Brasil esteve muito bem representado por nossos delegados Sandro Romanelli do Paraná e Juliana Fukuda de São Paulo. Enquanto eu, fiz parte do Comitê de Planejamento do Fórum, representando a Região Interamericana.

Um dos pontos altos do evento foram os métodos de trabalho utilizados. Além dos debates por países, muitas sessões foram conduzidas de forma interativa, quando os participantes foram divididos em pequenos grupos, até mesmo os tímidos tiveram oportunidades de expressar suas opiniões.

O programa estava bastante variado e versava sobre temas atuais. Em conexão com o tema debatido na Conferência, analisamos as Características Essenciais do Escotismo e fomos motivados a imaginar como será o Escotismo daqui a algumas décadas. Estas discussões além de despertarem e muito a criatividade de todos nos trouxeram idéias e conhecimentos muito úteis que podemos utilizar durante a Conferência quando se discutiu e elaborou a Declaração de Missão do Movimento Escoteiro. Tivemos a oportuni-

dade de trocar idéias a respeito da participação dos jovens no processo de tomada de decisões em suas Associações Nacionais, objetivando a preparação dos participantes para a Conferência como também para ações concretas quando de volta a seus países.

Também tivemos atividades como a Noite dos Direitos Humanos, onde pudemos ver como os escoteiros do mundo estão trabalhando por esta causa tão nobre. Participamos do que se chamou Fórum Aberto, onde discutimos temas sugeridos pelos próprios participantes como violência e preconceito.

Como ninguém é de ferro, tivemos também nossos momentos de descontração, entretanto, mesmo enquanto nos divertíamos não deixamos de aprender coisas novas. Visitamos uma comunidade local de Zulus, conhecemos uma escola onde funciona um Grupo Escoteiro, e os escoteiros e lobinhos, que prepararam especialmente para nossa visita danças e comida típica.

Na despedida, tivemos a Noite Internacional, onde pudemos ensinar a todos sobre nossa cultura e aprender bastante sobre a cultura de todas aqueles irmãos escoteiros com quem tivemos o privilégio de trabalhar durante estes poucos, mais intensos e proveitosos dias de Escotismo.

De volta ao Brasil, nossos participantes já estão em contato com o Comitê de Planejamento do Fórum Nacional para que possamos dividir com aqueles que ficaram por aqui tudo o que aprendemos.

* Presidente do Fórum Interamericano de Jovens Líderes e Membro do Comitê de Planejamento do 7º Fórum Mundial de Jovens Líderes

