

Rutes i Campaments

Disseny, organització, recursos, materials i mesures de seguretat per a monitors i monitores d'activitats de lleure al medi natural.

UNITAT 4

EDUCACIÓ AMBIENTAL



Introducció a l'Acampada

Per definició, acampar és entrar en sintonia amb la natura per gaudir de les activitats a l'aire lliure. En aquesta activitat es pernocta entre un i quinze dies, i els participants s'allotjaran en una tenda de campanya durant aquest període.

Abans de sortir, cal investigar la zona on s'acamparà: hi ha llocs condicionats per a aquesta activitat, com les zones d'acampada amb certa seguretat, però també entorns naturals com la muntanya o el bosc. Cal tenir en compte les condicions meteorològiques, la vestimenta adequada, i com es transportarà i conservarà el menjar perquè no es deteriori.

Aquesta activitat permet a cada participant conèixer les seves pròpies capacitats, aprendre a valdre's per si mateix i fer noves amistats en un entorn diferent. Per organitzar-la bé, cal elaborar amb temps un llistat de tots els utensilis necessaris per al seu desenvolupament exitós.

Mesures de seguretat fonamentals

Evitar prats i camps de cultiu

Al matí podria passar un pastor amb bestiar o es podria fer malbé la sembra d'un granger.

No acampar en camins o rius secs

Es podria entorpir el pas d'altres excursionistes o, si plou a l'hivern, el riu podria omplir-se i provocar un accident.

Evitar zones prohibides

No acampar en finques privades ni en parcs nacionals on estigui prohibit.

Allunyar-se d'instal·lacions elèctriques

Podria caure algun cable i generar una situació de perill per a les persones campistes.

Tipologia i Característiques de les Rutes

Els monitors i les monitores socioculturals han de tenir bones nocions sobre els tipus i les característiques de les rutes per evitar acabar perduts o desorientats a la natura. La senyalització en senders va ser establerta per l'**ERA (European Ramblers Association)** l'any 2004, en la 1a Conferència Europea en Marcatge de Senders, que va reunir 24 organismes de senderisme de 17 països europeus.

Els tres signes fonamentals del senderisme

Dues Ratlles (=)

Dues línies paral·leles en posició horitzontal. La línia superior sempre és de color blanc; la inferior pot ser de colors diversos. Indica la **persistència del camí**: s'està en la direcció correcta.

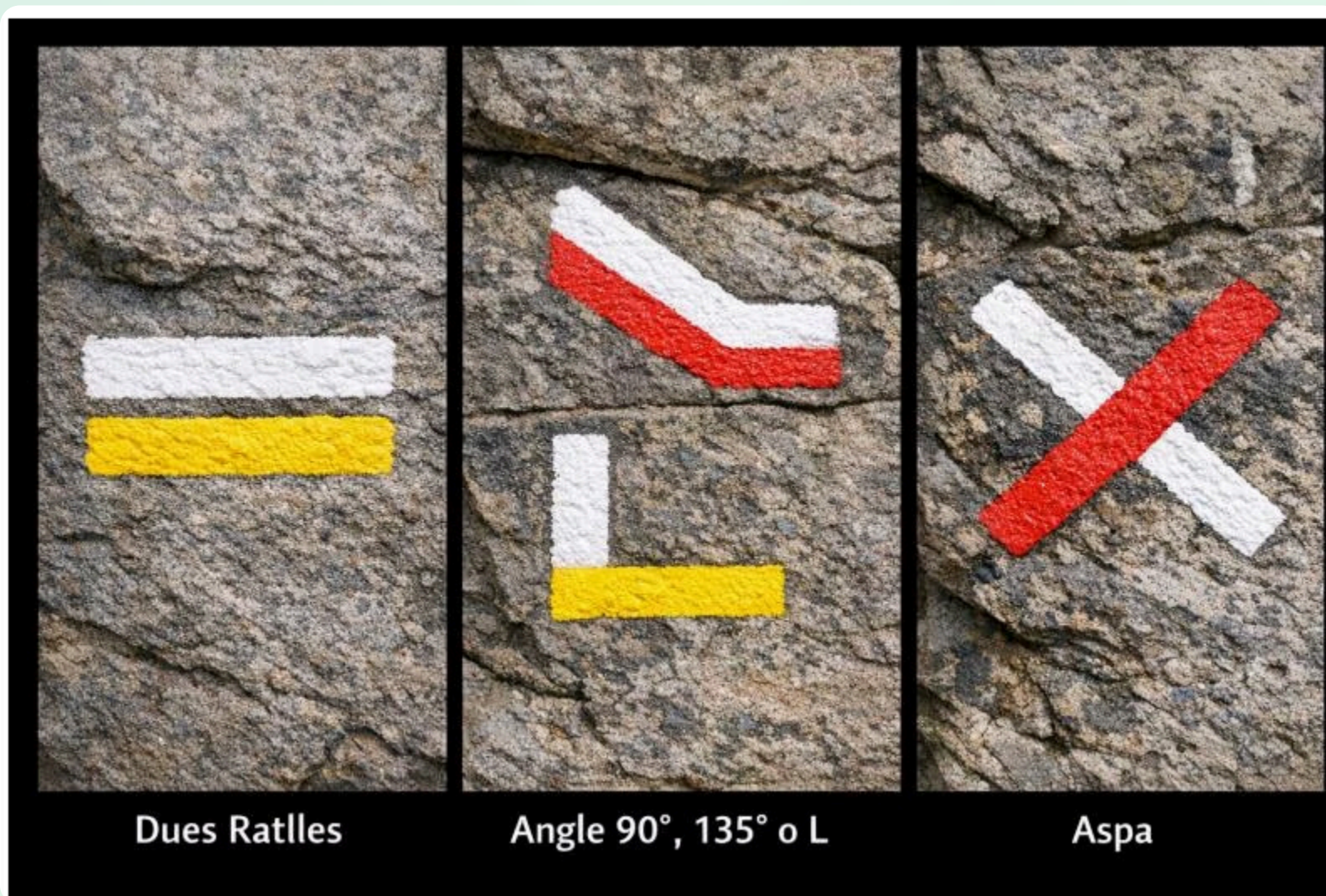
Angle 90°, 135° o L

Indica un **canvi de direcció**. Els canvis de 135° són suaus; els de 90° o L són més forts. El blanc sempre es troba pel costat extern i el color pel costat intern.

Aspa (×)

Informa que s'està davant d'un **camí tallat o equivocat**. Cal retrocedir i tornar per on s'ha arribat. La línia de dreta a esquerra és blanca; la de l'esquerra a dreta indica el color de la ruta.

En algunes ocasions els senyals es troben a pedres o roques, o poden estar poc visibles o haver desaparegut. Cal parar molta atenció. Sempre s'ha de dur un **telèfon mòbil**; en cas de pèrdua o quedar-se fora de cobertura, es pot trucar al telèfon d'emergències **112**.



Colors i Sigles de les Rutes

Els colors indiquen tant la distància com la dificultat de les rutes. Cal recordar que el color vermell preval sobre el groc i el verd, i el groc sobre el verd. Si al llarg d'una ruta hi ha dos colors creuats, la ruta de categoria superior sempre preval sobre la inferior.

Vermell — GR (Gran Recorregut)

Distància **superior als 50 km**. Les rutes es divideixen en etapes i no s'ha de recórrer la distància en un sol dia. Senders de gran recorregut.



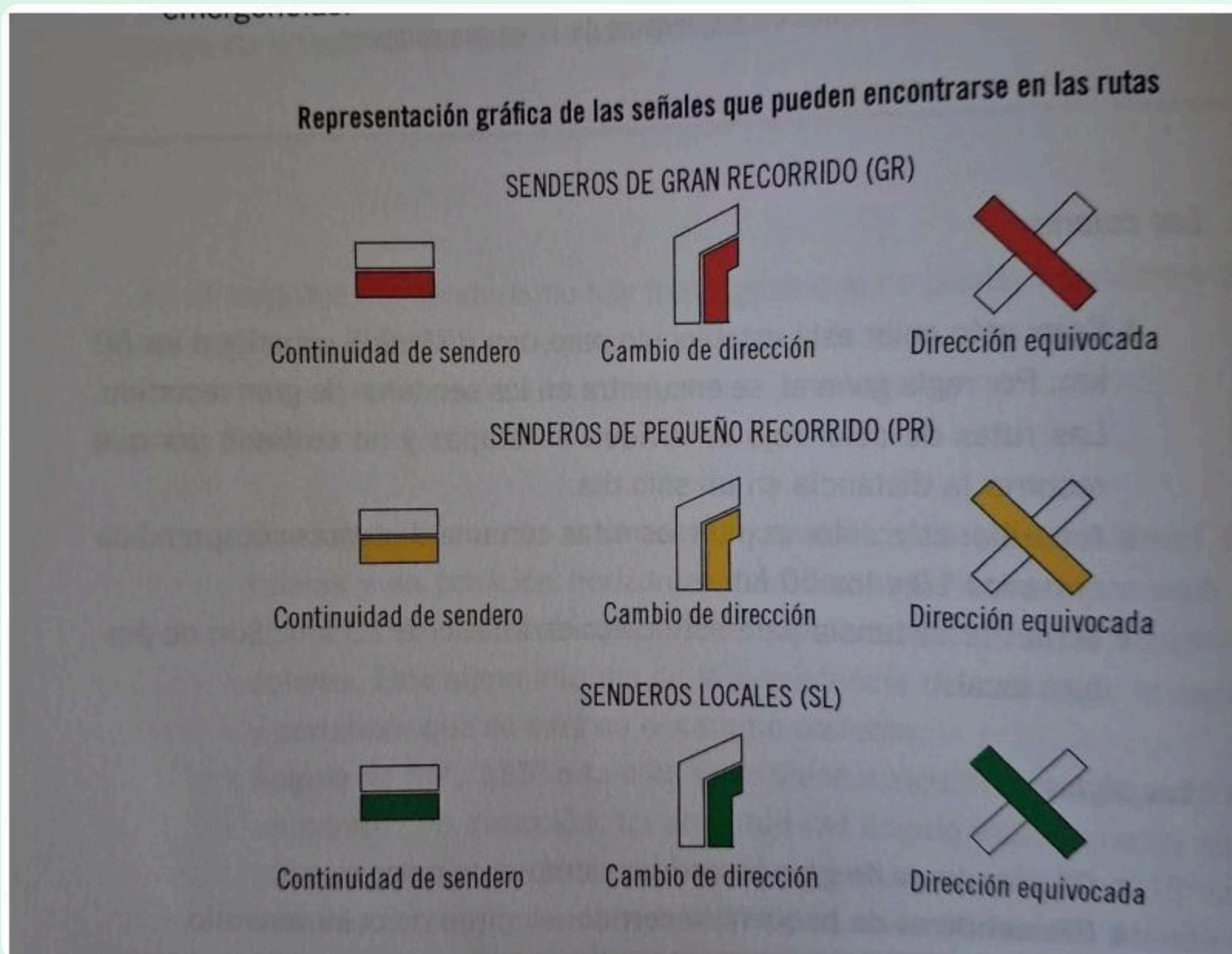
Groc — PR (Petit Recorregut)

Distància compresa **entre els 10 i els 50 km**. Senders de petit recorregut, aptes per a excursions d'un o dos dies.



Verd — SL (Sender Local)

Distància **inferior a 10 km**. Són d'àmbit local i representen les rutes de menys dificultat.



La taula anterior mostra la representació gràfica de les senyals que es poden trobar a les rutes per a cada tipus de sender: GR (vermell), PR (groc) i SL (verd), amb els símbols de continuïtat, canvi de direcció i direcció equivocada.

Tipologia de Campaments

Als campaments es desenvolupen activitats lúdiques com jocs a la natura, manualitats, visites a parcs naturals, atraccions turístiques i activitats en altres llengües. Els infants que hi acudeixen tenen edats compreses entre els **3 i els 12 anys**. Avui dia existeix un ampli ventall de tipus de campaments:



Campaments Urbans o de Dia

Es desenvolupen a les ciutats. Els infants tornen a casa seva el mateix dia i no pernocten fora.



Campaments de Natura

Es troben en plena natura, on els infants es connecten amb el medi ambient i aprenen a respectar-lo.



Campaments d'Idiomes

Compten amb monitors i monitores que parlen en una llengua estrangera, reforçant l'idioma sense sortir a l'estranger.



Campaments Esportius

Depenen de clubs esportius i durant l'estada els infants practiquen el seu esport favorit.



Campaments Musicals

Adreçats a infants que volen aprendre a dominar un instrument o perfeccionar-ne el domini.



Campaments d'Aventura

Per a nens i nenes que volen experimentar activitats a l'aire lliure: piragüisme, escalada, observació d'estrelles, etc.

Tècnica d'Acampada: Ubicació, Idoneïtat i Instal·lacions

Ubicació i Idoneïtat del Terreny

Cal prestar atenció especial als elements de la natura: el tipus i el nivell del terreny, la meteorologia, les circumstàncies climatològiques i les condicions higièniques.

- Disposar d'**aigua potable** a prop dels voltants.
- Situar-se a prop d'una **zona d'arbres amb ombra**, ja que al matí dins la tenda fa molta calor.
- El terreny ha de ser **permeable, sec i amb gespa** per facilitar la fixació de les piquetes.
- Col·locar-se en un lloc **arrecerat del vent**.

Tipus de Tendes de Campanya

Tipus	Capacitat	Ús habitual
Canadenca (descatalogada)	2-4 persones	Campaments tradicionals
Iglú (cúpula)	2-6 persones	Senderisme i càmping general
Túnel	3-6 persones	Càmping familiar
Familiar	4-8 persones	Vacances en càmping
Caixa (cabina)	4-8 persones	Càmping estàtic
Càpsula de bivac	1 persona	Alpinisme i expedicions

📌 **Resum per perfil:** Senderisme lleuger → bivac o iglú · Escoltes → canadenca · Famílies → túnel o familiar · Màxima comoditat → tenda caixa

Materials per a l'Acampada

Per al desenvolupament exitós d'una acampada cal disposar del material adequat. En cas de ser inexpert o inexperta, es recomana fer una pluja d'idees i elaborar una llista amb tots els utensilis necessaris.

Material General

- Roba i calçat adequats
- Impermeable
- Tenda de campanya
- Aïllant i sac de dormir
- Mosquitera
- Llanterna
- Brúixola i mapes
- Navalla i cordes de niló
- Fornet o càmping gas, paella i olla
- Estris de cuina i cantimplora
- Menjar

Material Individual per Participant

Vestimenta: samarretes, pantalons, roba interior, pijama, xandall, dessuadora, impermeable, banyador i gorra.

Útils de neteja: tovallola, pinta, raspall i pasta de dents, xampú, gel de bany i paper higiènic.

Útils de menjar: plat, tassó, coberts, tovallons i cantimplora.

Altres: bosses de plàstic per a roba bruta o deixalles, repel·lent de mosquits i protecció solar.

- 📌 Pel que fa al **material comunitari**, cal triar aliments poc peribles, llaunes i tetrabrics. És imprescindible portar una **farmàcia comunitària** per a qualsevol accident.

Organització i Disseny de Campaments i Rutes

Encara que pugui semblar una tasca simple, organitzar un campament amb un ampli nombre d'infants requereix ser molt estricte, ja que si algú oblidava realitzar la seva tasca pot entorpir el desenvolupament i l'harmonia de l'activitat.

Passos per organitzar un campament

1. Tenir clar el lloc i les distàncies als poblats més propers.
2. Elaborar una carta per als infants amb el material que han de portar: sac, vestimenta, coberts, bossa de neteja, etc.
3. Reunir els nens i nenes per grups; un membre aporta la tenda. Es designa un monitor o monitora per cada grup de vuit infants.
4. Fer una llista de jocs i activitats per a l'estada.
5. Crear una llista amb el menjar que cal comprar.
6. Programar cada jornada (9h–24h) amb activitats, moments de diàleg, aprenentatge, jocs, temps lliure i esport.
7. Elaborar un fulletó informatiu amb el nom, les dates, el lloc i les activitats del campament.
8. Elaborar el pressupost total del campament.

Passos per dissenyar una ruta

1 Prendre un mapa

Agafar un mapa de la zona i marcar els llocs que es volen visitar, el punt d'inici i el punt final de la ruta.

2 Traçar el recorregut

Amb un mapa topogràfic (que marca el relleu, el desnivell i l'altura) s'uniran els punts escollint els camins de menor dificultat.

3 Reconeixement previ

Els monitors i les monitores han de fer la ruta sense els infants unes setmanes abans per verificar que el terreny és de fàcil accés i no és perillós. Si resulta perillós, cal canviar el traçat.

Manteniment del Material d'Acampada

Per perllongar la vida de les eines d'acampada i evitar que es deteriorin amb l'ús, cal posar en pràctica les cures especials següents:



Preparació del terreny per a la tenda

Quan es col·loqui la tenda de campanya, cal treure les pedres i les branques del terra, ja que la fricció amb aquestes podria danyar la lona.



Protecció de l'entrada

Cal anar amb compte amb l'entrada de la tenda i evitar que li doni el vent de forma brusca, cosa que podria malmetre les cremalleres i el teixit.



Guardar el material sobrant

El material que pugui sobrar de la tenda en muntar-la es torna a guardar a la bossa de transport per evitar el deteriorament i les pèrdues.



Guardar les lones seques

En el moment de guardar la tenda cal assegurar-se que totes les lones estan seques, ja que si es guarden humides es podrien deteriorar dins la funda.



Neteja dels utensilis de cuina

Cal netejar els estris de cuina després de cada ús i col·locar-los sempre al mateix lloc per no perdre'ls de vista durant l'acampada.



Neteja de la tenda

La tenda ha d'estar neta tant per dins com per fora al final de cada jornada i especialment en recollir el campament.

Resum: Ara Toca Gaudir del Medi Natural!

S'acaben de repassar els aspectes més importants sobre les rutes i els campaments en el marc de l'educació ambiental. Els monitors i les monitores socioculturals han de transmetre als menors una educació basada en valors: el respecte, compartir i ajudar el més feble, a més d'ensenyar-los a no malbaratar els béns escassos del planeta, reduir els agents contaminants i reciclar paper, vidre, plàstic, etc.

Senyalització de rutes

S'han après els símbols (dues ratlles, angle i aspa), els colors (vermell GR, groc PR, verd SL) i les sigles per orientar-se al medi natural sense tecnologia.

Tipus de campaments

S'han estudiat els sis tipus de campaments (urbans, natura, idiomes, esportius, musicals i d'aventura) i les seves característiques principals.

Materials i organització

Se sap quins materials calen, com organitzar un campament amb èxit, com dissenyar una ruta segura i com prevenir els accidents més comuns.

Manteniment i cures

S'han après les cures bàsiques dels materials d'acampada i el contingut essencial d'una motxilla per a una excursió a la natura.

Ara només queda penjar-se la motxilla a l'esquena i gaudir del medi natural dels voltants!