

1. Miesto

Nájsť miesto môže byť oriešok. Určite hľadať peknú lúku s pár stromami, kde môžeš zakladať oheň. Nablízku potrebuješ aj prameň pitnej vody. Ak tento pozemok niekomu patrí, je dobre majiteľa vopred kontaktovať a mať jeho súhlas. Kde teda môžete, resp. nemôžete táboriť? Stanovať nemôžete na území, na ktorom platí tretí stupeň ochrany. Chránené krajinné oblasti majú pravidlá stanovania definované osobitne. Bivakovanie a zakladanie ohňa je v národných parkoch zakázané, okrem vyhradených miest.

My sme chodili na miesto, kde sme mali aj mini chatku s elektrickou zásuvkou. Bola síce 15 minút od táboriska, avšak chladnička a nabitie telefónov (len pre vedúcich) bolo naozaj nápomocné. Najbližšia dedina bola cca 1,5 hod chôdze.

Checklist:

- Lúka, kde je povolené stanovať
- Prameň
- Elektrina (nie nevyhnutné)

2. Doprava

Vyber miesto, na ktoré sa viete dostať. Môžete sa doviezť vlakom či autobusom do najbližšej dediny a potom si vyšľapať kopec až do destinácie. Nám sa osvedčilo cestovať nočným vlakom, skoro ráno sme boli pod kopcom a čakala nás dvojhodinová cesta hore. Takto sme sa vyhli horúčave, aj deckám nebolo zle napriek letným teplotám a ťažkým ruksakom. Najlacnejší je skupinový vlakový lístok pre študentov. Info a tlačivo k tomu nájdeš aj online. <https://www.zssk.sk/bezplatna-preprava/cestovanie-skupin/>

Ako dopraviť veci? Ak ste odhodlaní, môžete si všetko vyniesť na chrbtoch (stany, potraviny, sekery... všetko). Bude to chcieť viac plánovania ale dá sa to. Pohodlnejšie mať jedno auto alebo štvorkolku s vlečkou, ktorá vynesie hore všetky náčinia, ako kotlíky, spoločné potraviny, lopaty atď. Štvorkolku si nechaj v táborisku, ak sa dá, pre prípad, že by ste sa potrebovali rýchlo dostať do civilizácie, napr. na pohotovosť.

Checklist:

- Vyplnené tlačivo na skupinový lístok
- Terénne auto/štvorkolka
- Vlečka

3. Ako zostaviť tím

Do lesa len s tými správnymi ľuďmi! Vybuduj tím ľudí, na ktorých sa vieš spoľahnúť. Na kopci oceniš mužov, ktorí vedia pracovať rukami, vedia postaviť kadibúdku, založiť oheň či správne zhodnotiť prípadné zvieracie nebezpečenstvá v prírode. A na druhej strane, potrebuješ dostatok schopných kuchárov/ kuchárok, ktorí sa neboja bojových podmienok kotlíkového varenia. Určite nechod' bez zdravotníka. Ten je na stanovačke kľúčový. Kliešte sa vyberajú na dennom poriadku, ale niekedy treba zachraňovať aj zlomeniny. Mal by byť pripravený na všetko.

A posledná vec je dobrý kazateľ. Decká majú oveľa väčšiu tendenciu večer pri ohni pospať. :) Samozrejme, čím viac takých ľudí v tíme máš, tým lepšie. Pri každom členovi v tíme platí, že musí byť pracovitý, flexibilný a vieš sa na neho spoľahnúť.

Checklist:

- Schopný chlap
- Kuchárka
- Zdravotník
- Kazateľ

4. Rozpočet

Stanovačka má výhodu nízkych nákladov. Rozpočet by mal pokryť cestovné, stravu, pomôcky a príspevok pre vedúcich, aby si nemuseli platiť plnú sumu za tábor. Berú si dovolenky, slúžia a toto je najmenej, čo môžeš spraviť, aby si vyjadril že za nimi stojíš. Ak sa zmestíš do 60€/osobu za týždeň stanovania, je to skvelá cena.

Checklist:

- Cestovné
- Strava (cca 6 – 7€ osoba/deň)
- Réžia tábora
- Príspevok pre vedúcich

5. Stravovanie

Varili sme si obedy a večere. Na raňajky sme mali vždy chlieb a maslo. Ostatné k tomu si doniesol každý študent sám. Čo sa týka varenia, odporúčam variť si po skupinkách (6 – 10

ľudí) na menších ohniskách. Najviac sa nám overila taktika vopred pripraviť jedálniček jednoduchých jedál, s použitím trvanlivých potravín. Suroviny nakúp vopred a rozdeľ do krabíc pre každú skupinku. Skupinka si môže vybrať, ktorý deň čo bude variť a ak si chce spraviť navyše nejaký dezert, alebo recept vylepšiť, suroviny navyše si kupuje sama. V každej skupinke maj aspoň jedného člena, ktorý vie variť a aspoň jedného člena, ktorý vie rúbať drevo.

V lese nemáš plne vybavenú kuchyňu. Dostaneš len 2 – 3 kotlíky a ostatné si každý prinesie sám. Skupinka sa vopred dohodne, kto donesie škrabku, naberačku, dobrý nôž atď. Základom však je, aby bola v každej skupinke ostrá sekera. Lebo bez dreva nie je oheň, a bez ohňa nie je jedlo.

Voda môže byť výzva. Ubezpeč sa, že prameň vám stačí a je v ňom pitná voda. My sme mali každý deň službu jednej skupinky, kde chlapci nosili vodu vo veľkých bandaskách do tábora, aby sa dalo variť.

Checklist:

- Jedálniček a suroviny na obedy a večere
- Chlieb a maslo
- Spoločné suroviny: čaje, cukor, soľ, koreniny
- Kotlíky
- Čistiace prostriedky (jar, hubky, drôtenky)
- Zoznam náčinia do každej skupinky (naberačka, škrabka, otvárač na konzervy, atď.)
- Bandasky na nosenie vody do tábora
- Zápalky, papier, “pepo”, veci na založenie ohňa

6. Hygiena

Hygiena je vždy výzva. Ale po takom treťom dni si všetci zvyknú na vôňu dymu a trošku sadze za nechtami. Ak ideš do divočiny, ako my, prvá vec, ktorú chceš postaviť, je toaleta – kadibúdka. Ak nemáš poruke drevo, WC sa dá postaviť aj v lese medzi tromi pevnými stromami. Stačí vykopať jamu, jeden konár pribiť kolmo o dva kmene, zabezpečiť súkromie plachtami a je to. Pamätaj vziať aj vápno a lopatku na zasypanie. A samozrejme, dostatok toaletného papiera.

Voda – zdroj vody určuje, ako túto oblasť zariadiš. Vždy stráž, aby ti prameň stihol “dotekať” a bol čistý. Je to už na vás, či si trúfnete ručne postaviť sprchu, alebo to bude na štýl “oblej sa vedrom”. V takom prípade je dobre určiť čas pre dievčatá a chlapcov (napr. párne a

nepárne hodiny). Až na stanovačke si všetci uvedomíte, že voda je veľmi vzácna vec a tak s ňou treba aj narábať.

Checklist:

- Postaviť toaletu
- Vápno a lopatka
- Toaletný papier
- Premyslieť sprchu

7. Odpad a bezpečnosť

Možno sa čuduješ, že som dala tieto dve oblasti k sebe. Avšak, v prírode to dáva úplný zmysel. Pretože zvyšky jedál lákajú zver a tú na tábore nechceš. Vyrieši to dostatočne hlboká jama obďaleč tábora, kam budú skupinky vyhadzovať zvyšky jedál. Z času na čas ju môžeš zasypať zeminou.

Ostatný odpad odporúčame triediť. Papier hod' do ohňa (alebo ho môžete separovať), ale plasty, sklo, plechovky zbieraj a na konci tábora to vyhoďte v civilizácii pri najbližších separovaných smetiakoch.

Aj keď budeš s odpadom dôsledný, môže sa stať, že sa okolo táboriska bude nejaká zver obšmietať. My sme zatiaľ nikdy nemuseli nič strieľať alebo utekať, avšak vždy sme mali jedného z vedúcich, ktorý mal poplašnú pištoľ pre prípad núdze. Jeden rok sa nám stalo, že nám do tábora chodili býky a vyžierali jedlo. Bola to špecifická situácia, ale chlapci vzali palice a tábor verne chránili.

Posledná vec je zdravie. V prírode sa môže stať hocičo. Preto maj dobrého zdravotníka, vybavenú lekárničku a jedno auto pre prípad núdze. Pri každej aktivite však buď obozretný a radšej neriskuj.

Checklist:

- Lopata/rýľ
- Vrecia na smeti
- Poplašná zbraň
- Lekárnička, zdravotník a auto
- Zídu sa ti aj silná lepiaca páska, klince, špagáty, nožnice, pílkys, celtys

8. Program

Stanovačka je na program dosť jednoduchá. Väčšinu času variš, alebo umývaš riad alebo zakladáš oheň. Aj tie najbežnejšie úkony trvajú dlho. Preto si nemusíš plánovať každú minútu.

Nám sa osvedčila takáto štruktúra dňa:

1. 8:15 Raňajky
2. 9:00 – 10:30 Ranný program – štúdium Biblie v skupinkách, s priestorom na diskusiu
3. 10:30 – 14:00 Varenie obeda, jedenie a umývanie riadu
4. 14:00 – 16:00 Poobedný blok – voľno/športy/celotáborová hra
5. 16:00 – 20:00 Varenie večere, jedenie a umývanie riadu
6. 20:00 Večerný táborák

Za týždňový výlet sme mali väčšinou jednu alebo dve celotáborové hry. Radšej sme dali deckám priestor na športy, alebo vymysleli atrakcie, ktoré mohli využiť kedykoľvek (lezenie na najvyšší strom s pekným výhľadom, a samozrejme horolezeckým istením), nízkolanové aktivity, crafty,... Jeden deň sme sa šli prejsť mimo tábora. Pri tvorbe programu maj pripravený aj záložný plán v prípade zlého počasia.

Checklist:

- Rozvrh tábora
- Pripravené vyučovania na doobedie aj večer
- Zábavné aktivity
- Športové potreby
- Plán B pre daždivé počasie

7. Registrácia s podpisom rodiča

Ak robíš tábor pre neplnoletých, je nesmierne dôležité, aby si mal v rukách rodičom podpísanú prihlášku, kde ho oboznamuješ s podmienkami, priebehom aj možnými rizikami výletu (ak robíte lanové aktivity alebo adrenalínové športy). K prihláške sme pripojili aj informácie o ceste a zoznam vecí, ktorý si študent má zbrať.

Checklist:

- Prihláška s podpisom rodiča
- Informácie o ceste, priebehu tábora a zoznam vecí na zbalenie

10. Čo si majú zbaliť mladí

Väčšinou decká nevedia, čo a ako si zbaliť na výlet. A ty nechceš 2 hodiny hore kopcom niešť v rukách kufor na kolieskach... už aj to sme zažili. Preto im vopred pošli základný zoznam vecí, ktoré určite potrebujú. Základom je ruksak, dobrý spacák (min do -8C), karimatka, dobrá obuv, oblečenie na chladné počasie, pršiplášť prípadne aj gumáky, ešus, príbor, pohár, raňajky, hygiena a Biblia. Chlapci si nosili aj sekeru. Pri všetkom platí, že na kopci nepotrebuješ tričko na každý deň, ani make-up. :)

Checklist:

- Ruksak
- Spacák a karimatka
- Pevná obuv
- Pršiplášť a gumáky
- Teplé oblečenie
- Príbor, ešus a hrnček
- Raňajky
- Hygiena
- Sekera (chlapci)
- Mobil a make-up môžeš nechať doma

Spracované na www.pointonline.sk. Pomáhať, inšpirovať a trénovať mládežníckych vedúcich.