

## Τι είναι η Κατασκήνωση

Η Κατασκήνωση, γενικά, είναι ένας τόπος χαράς, συνεργασίας, διαπαιδαγώγησης και καλλιέργειας κοινωνικών αρετών και δημοκρατικών ιδεών στους κατασκηνωτές, μικρούς και μεγάλους.

Τα κατασκηνωτικά προγράμματα προσφέρουν στα παιδιά μοναδικές ευκαιρίες για την ανάπτυξη της προσωπικότητάς τους και αποτελούν μια σημαντική παροχή για τους εργαζόμενους γονείς κατά τη διάρκεια των σχολικών διακοπών. Διοργανώνονται δραστηριότητες όπως στήσιμο κατασκευών, περπάτημα στη φύση, μαγείρεμα, τραγούδι καθώς και τα παραδοσιακά κατασκηνωτικά παιχνίδια και εκδηλώσεις όπως κυνήγι θησαυρού, πάρτι, εκδρομές κ.α.

Φέτος, η κατασκήνωση στο Τρόδος θα δώσει στα παιδιά τη δυνατότητα να ζήσουν για ένα χρονικό διάστημα μακριά από τους γονείς και την οικογένειά τους, σε μια ξέγνοιαστη και ευχάριστη διαμονή σε ένα ειδικά διαμορφωμένο χώρο του Σώματος Κυπρίων Οδηγών.



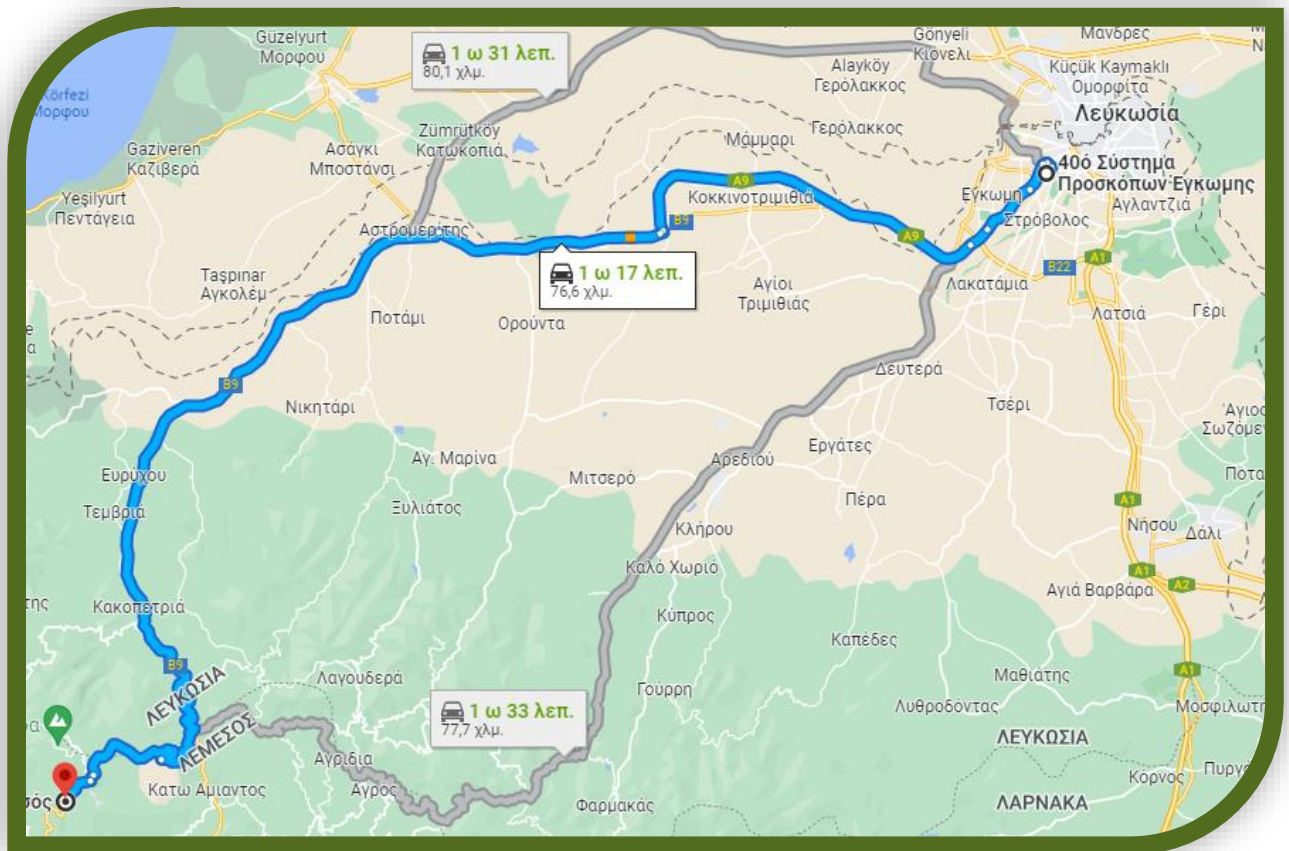
Η βασική επιδίωξη της κατασκήνωσης είναι η εκπαίδευση και ψυχαγωγία των παιδιών, μέσω ψυχαγωγικών προγραμμάτων, παιχνιδιών, αθλοπαιδιών, μικροπρωταθλημάτων, όπως επίσης και η γνωριμία του τόπου και των ιδιομορφιών της περιοχής.

**Ελάτε λοιπόν μαζί μας για περιπέτεια, γνώσεις, διασκέδαση και όχι μόνο....**

## Τοποθεσία

Φέτος μετά από 2 χρόνια αποχή και έχοντας στο μυαλό μας τον εορτασμό των 70 χρόνων ζωής του συστήματός μας, η κατασκήνωση θα γίνει με όλα τα τμήματα στον ειδικά διαμορφωμένο χώρο του Σώματος Κυπρίων Οδηγών στην περιοχή Τροόδους.

Κατευθυνόμενοι στην Πλατεία Τροόδους και αφού περάσουμε την πλατεία κατευθυνόμαστε προς τα Καληδόνια. Αφού προχωρήσουμε 2 χλμ. θα βρούμε στα δεξιά μας ένα χωματόδρομο, ακολουθώντας τον για 2 χλμ., θα βρείτε τον κατασκηνωτικό χώρο.





## Σημαντικά Σημεία

### Διάρκεια

Η διάρκεια της κατασκήνωσης καθορίστηκε στις 8 ημέρες δηλαδή 7 διανυκτερεύσεις.

### Ημερομηνία και ώρες αναχώρησης και επιστροφής

Η αναχώρηση θα γίνει το **Σάββατο 23 Ιουλίου στις 10:00 π.μ.** από το χώρο του συστήματος μας. Υπολογίζεται ότι θα επιστρέψουμε στο Σύστημα γύρω στις **13:00 μ.μ, το Σάββατο 30 Ιουλίου.**

### Δικαίωμα Συμμετοχής

Το κόστος συμμετοχής ανέρχεται στα **120 Ευρώ**. Το ποσό αυτό περιλαμβάνει **μεταφορικά, διατροφή, εκδρομές** και γενικά όλα τα έξοδα της κατασκήνωσης, πλην των προσωπικών εξόδων των κατασκηνωτών. Σε περίπτωση που έχουμε κατασκηνωτές αδέρφια, η τιμή για το 2<sup>ο</sup> παιδί διαμορφώνεται στα **90 Ευρώ**.

## Ημερήσιο Πρόγραμμα

7:00	• Εγερτήριο
7:15	• Πρωινή Γυμναστική
7:25	• Αερισμός Σκηνών - Ατομική καθαριότητα
7:45	• Πρωινό ρόφημα
8:15	• Προετοιμασία για επιθεώρηση
8:45	• Επιθεώρηση Κατασκήνωσης
9:00	• Έπαρση Σημαίας, Προσευχή
9:20	• Απασχόληση κατά το αναλυτικό πρόγραμμα
10:45	• Ρόφημα
11:00	• Απασχόληση κατά το αναλυτικό πρόγραμμα
12:30	• Προετοιμασία για γεύμα
13:00	• Γεύμα
14:00	• Ανάπαυση - δημιουργικές ενασχολήσεις
16:00	• Απογευματινό ρόφημα
16:15	• Απασχόληση κατά το αναλυτικό πρόγραμμα
18:30	• Ατομική Καθαριότητα - προετοιμασία για δείπνο
19:00	• Υποστολή Σημαίας
20:00	• Δείπνο - Καθαρισμός σκευών
21:00	• Απασχόληση κατά το αναλυτικό πρόγραμμα
22:30	• Προετοιμασία ύπνου – Συμβ.Πρώτων – Σ.Τ.Ο. – Σ.Τ.Κ.Α.
22:45	• Σιωπητήριο
23:00	• Κατάκλυση Κατασκηνωτών / Συμβούλιο Βαθμοφόρων

## Επιτελείο

**Αρχηγός Κατασκήνωσης**  
**Σωτήρης Αδάμου**  
**Κώστας Αναστασίου**

### **Υποκατασκήνωση** **Ομάδας**

*Α.Ο.Π. Γιάννης Χριστοδουλίδης*  
*Υ.Ο.Π. Άντης Παπαδόπουλος*  
*Υ.Ο.Π. Άντρια Μιλτιάδους*  
*Υ.Ο.Π. Κωνσταντίνα*  
*Χατζηγεωργίου*  
*Υ.Ο.Π. Μάρκος Κυριάκου*

### **Υποκατασκήνωση** **Λυκοπούλων**

*Α.Α.Λ. Ορέστης Κυριακίδης*  
*Υ.Α.Λ. Αντρέας*  
*Κωνσταντίνου*  
*Υ.Α.Λ. Άντρη Ηρακλέους*  
*Υ.Α.Λ. Κωνσταντίνα Καϊλή*  
*Υ.Α.Λ. Παύλος Βλαζάκης*  
*Υ.Α.Λ. Χριστίνα Τσιάρτα*

### **Υποκατασκήνωση** **Ανιχνευτών**

*Α.Κ.Α. Αντρέας*  
*Χριστοδουλίδης*  
*Υ.Κ.Α. Κλείτος Ηρακλέους*  
*Υ.Κ.Α. Φάνης*  
*Χατζηγεωργίου*

- **Υπεύθυνος Ιατρείου / Φαρμακείου** : Δρ. Άντρια Μιλτιάδους
- **Υπεύθυνος Υλικού - Τροφοδοσίας** : Πέτρος Πέτρου, Αβραάμ Μισιάδης
- **Υπεύθυνος Οικονομικής Διαχείρισης** : Κώστας Αναστασίου
- **Υπεύθυνος Πυρασφάλειας** : Αντρέας Χριστοδουλίδης

# Διαιτολόγιο

<u>ΗΜΕΡΑ</u>	<u>ΠΡΩΙΝΟ</u>	<u>ΔΕΚΑΤΙΑΝΟ</u>	<u>ΓΕΥΜΑ</u>	<u>ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟ</u>	<u>ΔΕΙΠΝΟ</u>
<b>23/7/2022</b> <b>Σάββατο</b>		Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Μακαρόνια (πέννες) καρμπονάρα, τρίμμα, φρούτο	Τζέλλυ ή ριζόγαλο ή φρουτοσαλάτα	Μπιφτέκια, πουρέ πατάτας, σαλάτα, φρούτο
<b>24/7/2022</b> <b>Κυριακή</b>	Τσάι ή γάλα σοκολάτα Αυγό, ψωμί βούτυρο τυρί	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Φασολάκι με το κρέας (κοτοπ.) και πατάτες κοκκινιστά, γιαούρτι, σαλάτα φρούτο	Τζέλλυ ή κρέμα ή φρουτοσαλάτα	Κρέας στο Φούρνο με πατάτες, σαλάτα, φρούτο
<b>25/7/2022</b> <b>Δευτέρα</b>	Τσάι ή γάλα σοκολάτα Αυγό, ψωμί βούτυρο τυρί	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Γιουβέτσι με κρέας και τρίμμα Γιαούρτι Φρούτο	Τζέλλυ ή κρέμα ή φρουτοσαλάτα	Μπριζόλες χοιρινές ή κεφτέδες στο φούρνο, ρύζι, γιαούρτι, φρούτο.
<b>26/7/2022</b> <b>Τρίτη</b>	Γάλα με δημητριακά	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Μακαρόνια (σπαγγέτι) με κιμά (μπολονέζ), τρίμμα, φρούτο	Γιαουρτάκι φρούτου ή ριζόγαλο.	Κοτόπουλο φούρνου, πιλάφι ρύζι, σαλάτα, φρούτο
<b>27/7/2022</b> <b>Τετάρτη</b>	Τσάι ή γάλα σοκολάτα Αυγό, ψωμί βούτυρο τυρί	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Φασόλια βραστά ή γιαχνί, τόνος, ελιές, ντομάτα, αγγούρι, φρούτο.	Τζέλλυ ή κρέμα ή φρουτοσαλάτα	Ψάρι φιλέτο, πατάτες φούρνου, σαλάτα, φρούτο
<b>28/7/2022</b> <b>Πέμπτη</b>	Γάλα με δημητριακά	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Αφέλια, πιλάφι πουργούρι, γιαούρτι, ντομάτα, αγγούρι, φρούτο	Τζέλλυ ή κρέμα ή ριζόγαλο	Κοτόπουλο φούρνου με μακαρόνια, τρίμμα, φρούτο
<b>29/7/2022</b> <b>Παρασκευή</b>	Τσάι ή γάλα σοκολάτα Αυγό, ψωμί βούτυρο τυρί	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα	Φακές, ελιές, πατάτες τηγανιτές, αγγούρι, ντομάτα, φρούτο.	Τζέλλυ ή κρέμα ή φρουτοσαλάτα	Λαζάνια, σαλάτα, φρούτο
<b>30/7/2022</b> <b>Σάββατο</b>	Γάλα με δημητριακά	Λεμονάδα ή γάλα τριαντάφυλλο και μπισκότα			

- Να ενημερωθεί ο αρχηγός της κατασκήνωσης αν τυχόν ο κατασκηνωτής δεν τρώει κάποιο από τα πιο πάνω φαγητά.

## Καθήκοντα

### Αρχηγού Κατασκήνωσης

- Έχει την γενική ευθύνη της κατασκήνωσης.
- Είναι υπεύθυνος για τις εγκαταστάσεις της κατασκήνωσης.
- Ελέγχει την είσοδο και την φιλοξενία μη κατασκηνωτών.
- Εποπτεύει και ελέγχει την εφαρμογή όλων των προγραμμάτων της κατασκήνωσης.
- Συγκαλεί και προεδρεύει του Συμβουλίου Βαθμοφόρων και δίδει κατευθυντήριες γραμμές για την ορθή εφαρμογή του προγράμματος.
- Επιλαμβάνεται κάθε διαφοράς μεταξύ Βαθμοφόρων και των άλλων κατασκηνωτών και δίδει υποχρεωτική λύση.
- Διατηρεί το δικαίωμα, μετά από απόφαση του Συμβουλίου Βαθμοφόρων, να απομακρύνει με δική του ευθύνη (τηλεφωνική επικοινωνία και συνοδεία) από την κατασκήνωση οποιοδήποτε αποτελεί ανασταλτικό στοιχείο για την ομαλή λειτουργία και συνέχισή της.
- Εγκρίνει ή απορρίπτει άδειες εξόδου.
- Διενεργεί επιθεωρήσεις Υποκατασκηνώσεων και όλων των εγκαταστάσεων.
- Είναι υπεύθυνος για την υγεία, πειθαρχία, τάξη και καθαριότητα της κατασκήνωσης.
- Ελέγχει τις προμήθειες υλικού και τροφίμων.
- Ελέγχει την ποσότητα και ποιότητα φαγητού.
- Εκπροσωπεί την κατασκήνωση και γενικά το Σ.Π.Κ. σε κάθε αρχή του τόπου και ευθύνεται για κάθε παράπτωμα Βαθμοφόρου ή άλλου κατασκηνωτή.

### Βαθμοφόρου Υπηρεσίας

- Είναι υπεύθυνος για την εφαρμογή και τήρηση του ωραρίου προγράμματος της κατασκήνωσης.
- Είναι υπεύθυνος για την έγερση της Ενωμοτίας / Ομίλου υπηρεσίας και των κατασκηνωτών στην καθορισμένη ώρα του εγερτηρίου.
- Είναι υπεύθυνος για την πρωινή γυμναστική σύμφωνα με το αναλυτικό πρόγραμμα.
- Είναι υπεύθυνος για την γενική καθαριότητα του χώρου και των εγκαταστάσεων.
- Είναι υπεύθυνος για τα ντους, για την τήρηση της μεσημβρινής ανάπαυσης και του σιωπητηρίου.
- Είναι υπεύθυνος για την Ενωμοτία υπηρεσίας.
- Είναι υπεύθυνος για την υποδοχή των επισκεπτών.
- Εκτελεί οποιαδήποτε άλλα καθήκοντα που του ανατίθενται από τον Αρχηγό της Κατασκήνωσης.





## Τι πρέπει να γνωρίζετε

1. Το πρόγραμμα ημερήσιων κινήσεων είναι κοινό για όλους, Λυκόπουλα, Προσκόπους, Ανιχνευτές και Βαθμοφόρους.
2. Δεν επιτρέπεται η έξοδος από την κατασκήνωση σε κανένα.
3. Κανένας ΜΗ ΠΡΟΣΚΟΠΟΣ δεν διανυκτερεύει στην κατασκήνωση.
4. Δεν επιτρέπεται η φύλαξη τροφίμων ή γλυκισμάτων μέσα στο αντίσκηνο ή στα σακίδια.
5. Όλοι τρώμε το ίδιο φαγητό, εξαίρεση δεν γίνεται για κανένα!
6. Για οποιοδήποτε παράπονο ή υπόδειξη οι γονείς απευθύνονται αποκλειστικά στον αρχηγό της κατασκήνωσης, που είναι και ο μοναδικός υπεύθυνος για οτιδήποτε συμβαίνει κατά τη διάρκεια της.
7. Ο Αρχηγός διατηρεί το δικαίωμα μετά από απόφαση του Συμβουλίου Βαθμοφόρων να απομακρύνει με δική του ευθύνη (τηλεφωνική επικοινωνία και συνοδεία) από την κατασκήνωση οποιονδήποτε αποτελεί ανασταλτικό σημείο για την ομαλή λειτουργία και συνέχισή της.
8. Οι βαθμοφόροι της κατασκήνωσης στοχεύουν πάντα στην ασφάλεια των παιδιών για όλες τις δραστηριότητες και είναι πιθανό το πρόγραμμα να αλλάξει επι τόπου όταν διαπιστώνονται τυχόν δυσκολίες στην ασφαλή διεξαγωγή τους.
9. Υπάρχει το ενδεχόμενο τα παιδιά σας να μετακινηθούν με ιδιωτικά αυτοκίνητα βαθμοφόρων. Όλοι οι οδηγοί βαθμοφόροι είναι άνω των 25 ετών και τηρούν κατά γράμμα τον ΚΟΚ κατά τις μετακινήσεις.

Ο γονείς θα μπορούν να έρχονται σε επαφή με τα παιδιά τους τηλεφωνικά στα εξής τηλέφωνα μεταξύ των ωρών 14:00 και 16:00 καθημερινά:

Σωτήρης Αδάμου – Αρχηγός Κατασκήνωσης	99639090
Ανδρέας Χριστοδουλίδης – Αρχηγός Κοινότητας	99306254
Γιάννης Χριστοδουλίδης – Αρχηγός Ομάδας	99307254
Ορέστης Κυριακίδης – Αρχηγός Αγέλης	99817363

Παρακαλούμε ωστόσο, οι τηλεφωνικές αυτές επικοινωνίες **να μην είναι πολύ συχνές και να διαρκούν όσο το δυνατόν πιο σύντομα γίνεται**, για να μπορούν να έρχονται σε επαφή με τα παιδιά τους όλοι οι γονείς. Τα παιδιά φυσικά θα μπορούν και αυτά να τηλεφωνούν στους γονείς τους όταν έχουν ελεύθερο χρόνο.



## Δήλωση Συμμετοχής

Αφού έχετε μελετήσει προσεκτικά τον οδηγό κατασκήνωσης 2022 (Τροόδους ΣΚΟ) και το περιεχόμενο του σας βρίσκει σύμφωνους, δεν απομένει τίποτε άλλο παρά να συμπληρώσετε αυτή τη δήλωση συμμετοχής και να δώσετε έτσι την ευκαιρία στα παιδιά σας να ζήσουν ακόμη μια αξέχαστη περιπέτεια!!!

Εισηγήσεις για βελτίωση του προγράμματος μας είναι πάντα ευπρόσδεκτες.

Εγώ ο/η .....

Γονέας ή κηδεμόνας του/της .....

**επιτρέπω** στο παιδί μου να λάβει μέρος στη κατασκήνωση του 40ου Συστήματος Προσκόπων με αρχηγό τον Σωτήρη Αδάμου που θα πραγματοποιηθεί στον κατασκηνωτικό χώρο του Τροόδους Σ.Κ.Ο. **την περίοδο από 23 Ιουλίου μέχρι και 30 Ιουλίου 2022.**

**Δηλώνω** ότι τα στοιχεία που αναγράφονται στη Βεβαίωση Κατάστασης Υγείας του παιδιού μου είναι απολύτως ακριβή και πως οι Βαθμοφόροι δεν ευθύνονται για κάτι που τυχόν πάθει και για το οποίο ενώ ήμουν γνώστης, δεν ενημέρωσα τον Αρχηγό.

Έχω ενημερωθεί επίσης ότι η **διακίνηση** από και προς τους χώρους δραστηριοτήτων θα γίνεται με τα **οχήματα των βαθμοφόρων** της κατασκήνωσης οι οποίοι είναι όλοι άνω των 25 ετών.

Τέλος κάνω γνωστά στον Αρχηγό τα παρακάτω **ιδιαίτερα χαρακτηριστικά** του παιδιού μου σχετικά με τη συμπεριφορά και το χαρακτήρα του:

.....  
.....  
.....

**Σε περίπτωση επείγουσας ανάγκης ειδοποιήστε:**

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ.....

ΣΥΓΓΕΝΕΙΑ.....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ.....

ΤΗΛΕΦΩΝΟ/Α.....

Μαζί με τη δήλωση **συμμετοχής** επισυνάπτω το ποσό των **€120** για την συμμετοχή του παιδιού μου στην κατασκήνωση

Ο ΓΟΝΕΑΣ/ ΚΗΔΕΜΟΝΑΣ

## ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Τα στοιχεία θεωρούνται προσωπικά δεδομένα και θα χρησιμοποιηθούν μόνο από τον αρχηγό της κατασκήνωσης σε περίπτωση ανάγκης

Εγώ ο/η .....

γονέας ή κηδεμόνας του/της .....

1) Ομάδα Αίματος.....

2) Είναι το παιδί σας υγιές και μπορεί να αθλείται ; ΝΑΙ / ΟΧΙ

3) Πάσχει/ Έλασχε από .....

(ΑΣΘΜΑ - ΚΑΡΔΙΑΚΕΣ ΠΑΘΗΣΕΙΣ - ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΑΥΤΙΩΝ - ΔΙΑΒΗΤΗΣ - ΥΠΙΝΟΒΑΣΙΑ κλπ.)

4) Κουράζεται εύκολα; - Λαχανιάζει εύκολα;.....

5) Συνήθως τι αντιπυρετικό φάρμακο του δίνεται.....

6) Υπέφερε από κάποια σοβαρή ασθένεια τα τελευταία δύο χρόνια; (ΑΝ ΝΑΙ ΑΠΟ ΠΟΙΑ) .....

7) Χρειάζεται κάποια θεραπευτική αγωγή τώρα; (ΑΝ ΝΑΙ, ΠΟΙΑ)

.....

8) Υπέστη πρόσφατες χειρουργικές επεμβάσεις; (ΑΝ ΝΑΙ ΕΝΗΜΕΡΩΣΤΕ ΜΑΣ)

.....

9) Είναι ευαίσθητος/τη σε αλλεργίες , τρόφιμα ή αντιδράσεις σε φάρμακα;

.....

(ΑΝ ΝΑΙ ΥΠΟΔΕΙΞΤΕ ΤΗΝ ΜΟΡΦΗ ΑΛΛΕΡΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΟ ΦΑΡΜΑΚΟ)

10) Έκανε πρόσφατα εμβόλια; (Αν Ναι Ποια;)

.....

11) Έχει ανάγκη ιδιαίτερη μεταχείριση, διαίτα ή άλλη προσοχή; (ΑΝ ΝΑΙ ΠΟΙΑΣ)

.....

Ο ΓΟΝΕΑΣ/ ΚΗΔΕΜΟΝΑΣ

.....  
(ΥΠΟΓΡΑΦΗ - ΟΝΟΜΑ)