

S.A.P



A.E.Ch.

Índex

Benvinguda	2
Llibre d'or Castors i Llúdrigues	3
Llibre d'or Ràngers i Guies	4
Llibre d'or Róvers	7
Llibre d'or monitors	9
Racó dels records	11
Escoltisme	13
Comissió de pares	14
Opinió	17
Excursionisme	18
Natura	20
Passatemps	22

Benvinguda

Hola famílies!!

Comença a fer calor, els escoltes ja van acabant l'escola i els campaments i les rutes cada dia són més a prop!

Ja queda enrere un any ple de treball i noves experiències, els escoltes que varen canviar de branca a principi de curs ja són tot uns experts i per a d'altres ja només els hi queda poc més d'un mes per canviar de branca!

Com sempre, un any ens deixa molts records i moltes noves experiències, gaudir de nous companys de branca, nous monitors, noves vivències, excursions que no s'obliden i més vida escolta.

Ara sí, toca agafar forces per a passar les últimes dues millors setmanes al CAU d'aquest any, que poden ser, sense cap mena de dubtes, les millors de tot l'any per a tots els escoltes.

Així doncs, a continuació podeu trobar el recull dels articles del Sempre a Punt de "final de temporada", esperem i desitgem que us agradi a tots i a totes, i que si és possible, encara us doni més ganes d'encarar aquest futur propi que ens espera en forma de campaments o de rutes!

Una abraçada,

ens veiem en el primer SAP de l'any que ve!

Jordi López

Sempre a punt!

Llibre d'or Castors i Llàdrigues

Dissabte 11 de maig de 2013

Avui els ròvers ens han preparat una activitat (sis jocs). Treballant en equip hem pogut descobrir un missatge sobre una de les quatre contrasenyes.

Els monitors ens han explicat que uns cowboys ens han preparat unes proves que hem de superar per poder anar de campaments.

La prova d'avui dels cowboys ha estat fer figures humanes.

Marc Coll

Riu amunt!

Llibre d'or Ràngers i Guies

Aquet sap be carregat de les nostres vivències no us ho perdeu!!

PASQUA RANGER

1r dia (23/3/13)

En arribar a Can Bajona vam esperar a que arribessin els altres agrupaments. Aleshores vam dinar tots junts i després d'una estona lliure els monis ens van ensenyar un tros de l'himne de la Pasqua Rànger i també vam fer el centre d'interès que anava sobre el Mario i el Luigi que es quedaven dins d'una game boy i per sortir havien de fer un tracte amb una Princep: ells salvaven la princesa i podrien sortir d'allà. Llavors per grups vam fer uns jocs de coneixença: el tomatito, el pistoler... I vam sopar. El joc de nit era una mena del joc de las cuatro esquines però amb mes grups i per colors i l'objectiu era aconseguir una bandera.

2n dia (24/3/13)

Havia una excursió, però abans en el centre d'interès ens demanen ajuda per ajudar al Mario i en Luigi. A la excursió ens vam perdre perquè no es trobava al camí que havíem d'agafar però vam arribar al llac on s'avia d'anar. Ela vam fer un joc de les banderes que consistia a entrar a les bases i buscar la bandera que tenien amagada. Ens hem vam tornar a la casa amb en Crash, en Sonic i en King Kong. Després de dutxar-nos i berenar vam tenir tota l'estona lliure i vam practicar l'himne i hi va haver centre d'interès. Aleshores vam sopar i llavors vam fer el joc de nit en que teníem de fer proves per ser valents.

3r dia (25/3/13)

L'activitat de mati necessitàvem guanyar monedes jugant a una mena de polis i cacos però quan ens pillàvem havíem de donar una peça de roba. També vam fer un joc en que

cada grup havia de posar a tres persones tanta roba com puges. I després vam fer una cadena de roba. Vam tenir estona lliure fins l'hora de dinar. Llavors vam fer els tallers: percussió, fer un clauer, fer un punt de llibre, orientació, jocs tradicionals, desastres, fer creps... Després vam fer la celebració en que teníem de reflexionar una frase sobre una cançó, posar les nostres coses bones... Vam practicar l'himne i també hi va haver centre d'interès. Després de sopar vam fer foc de camp i discoteca.

4t dia (26/3/13)

Nomes hi va haver joc de mati en que s'havia de buscar el Picatxo i per això s'havia de fer una carrera en que a la sortida el primer seria el grup que hagués trobat tots els sobres primer mentre uns altres del grup buscaven caixes sorpres que servien per poder guanyar o ajudar al grup. En el centre d'interès Mario i Luigi van lluitar contra el Wario i van poder sortir de la game boy. Després vam fer batuda i vam anar a dinar. Aleshores vam fer el comiat.

Dissabte 20 d'abril

A esports vam fer futbol. Després vam fer la motivació i vam muntar les tendes per comprovar si faltava alguna cosa a la tenda per les activitats següents. aleshores vam jugar el bote-bote una mica desmotivats i per això després vam jugar el psicòlegs i els disbarats.

Act. De matí

Vam començar fent una mica d'esport, com cada dia, però com que no érem gaires vam fer un partidet contra pioners.

La motivació va ser molt útil, ja que vam treballar els objectius del trimestre passat i del que ens esperava, per anar millorant. I, després d'això vam pensar i idear unes "normes" per a fer una bona revisió, un dels nostres punts dèbils. I per acabar el dia una mica de jocs per moure'ns una mica. Va ser un dia tranquil però molt profitós.

Pelegrinatge a Montserrat

Un cop acabada la gimcana, després de tenir alguna baixa i alguna incorporació, vam anar cap a Monistrol. Un cop allà vam començar a pujar. Va ser una caminada molt maca, a bon ritme i un final una mica passat per aigua. Quan vam arribar al monestir vam haver de buscar un lloc cobert on dormir i no mullar-nos. Tot i que vam estar-hi una bona estona, al final vam trobar una cova on, tot i passar una mica de fred, vam dormir tota la nit. Al matí, un cop descansats, vam anar a esmorzar amb els companys d'altres caus i associacions, vam fer una celebració i cap a Barcelona!

Act. de matí

Als esports, vam ser tants que gairebé no podíem tocar la pilota, però com més serem més riurem. Després d'esmorzar, la motivació i un joc de l'oca amb un munt de jocs i proves divertides. Un cop això, vam estar jugant i corrent amb jocs com el pica paret, les cebes i les patates, les 4 cantonades... per acabar bé el dia.

Sergi Blanes

Sempre a punt!

Llibre d'or Róvers

Festa solidaria + activitat amb els castors

13-14 Abril

Els róvers hem fet el primer servei del trimestre aportant el nostre granet de sorra a la festa solidaria. A la nostra paradeta els nens podien fer un rapel des de la primera galeria i passar un pont de mico, tota una experiència! Ens hem encarregat de fer passar una bona estona als nens i nenes, PER KIZITO!!



20-21 d'Abril

Aquest dissabte els róvers hem preparat una activitat pels castors i llúdrigues de l'agrupament. Primer els hem motivat amb una petita representació que pretenia reflexar un seguit de situacions on els nens es sentissin identificats. Tot seguit hem fet una sèrie de jocs perquè s'ho passessin bé mentre aprenien que jugar sense trampes mola més.



Klan de Róvers

Servim!

Llibre d'or de monitors

Hola de nou!!

Tornem a estar aquí una vegada més amb un nou article del llibre d'or de monitors del SAP. Com ja sabeu, aquí us expliquem quines activitats hem fet els monis del cau tots junts com a kraal.

Doncs bé, ben al principi d'aquest segon trimestre, al mes de gener, el que vam fer va ser anar a l'Assemblea General a l'escola dels Maristes de Badalona. És una assemblea pels membres del CMS que es fa cada any, on es llegeixen les memòries de les branques explicant com ha anat l'any, es presenten els balanços econòmics i els pressupostos per l'any entrant i també és el dia en que s'escullen per mitjà de votacions els membres de la Junta Directiva del CMS. Aquesta està formada per cinc vocals (un de cada branca), un secretari, un administrador, un assessor i el president.

Aquesta part ens va ocupar tot el matí, després vam dinar a la mateixa escola un magnífic pica-pica que havien preparat els monitors del GECh. Finalment, a la tarda, cada branca va fer la vocalia, reunions per organitzar i parlar dels temes propis de la branca i de les excursions conjunes. En aquesta es van organitzar moltes coses de les Pasqües.

L'altra activitat que hem fet aquest trimestre ha sigut l'Azimut. Si ho recordeu, el cap de setmana del 23 i 24 de febrer no hi va haver cau. Això va ser perquè els monis estàvem a l'Azimut, una trobada formativa per tots els monitors del CMS que es fa durant dos dies.

Aquest any ha sigut a la casa de colònies La Carral, a prop de Solsona, els que ja hi heu estat ja deveu saber que hi vam menjar molt i molt bé!!

Però vaja, a part de menjar vam fer moltes altres coses: tallers de formació per branques, vocalies per acabar de perfilar les pasqües, un joc de nit on competíem per agrupaments, més tallers de formació el diumenge al matí i una celebració on vam compartir un moment agradable tots junts.

Durant els dos dies vam fer molta feina i vam aprendre coses noves i interessants, i també vam poder passar-ho molt bé amb els monitors dels altres agrupaments que feia temps que no vèiem.

I fins aquí ha donat de si aquest segon trimestre, ara ens acomiadem de vosaltres tot animant-vos a participar a la Koatí, Baloo i Pasqües Rànger, Pionera i Róver, segur que estaran plenes de bons moments!!

I tant pels escoltes com per les famílies, desitgem que gaudiu dels dies que tingueu de vacances i que passeu una bona Pasqua!!

Ens veiem a la tornada!!!

M^aLluna López

Sempre A Punt!

Racó dels records

Castors/Llúdrigues



Taller (20 d'abril)



Pelegrinatge a Montserrat (4 i 5 de maig)



Excursió a la platja (1 de juny)



Excursió a la platja (1 de juny)

Pioners i caravel·les



Pasqua ruta. Turó de l'home 1.712m



Harlem Shake 9/05/13



Els dissabtes al matí fem esports.



A la Gorra Frígia pel camí equipat 1.153m



Reflexions i revisions al cole.

Escoltisme

Aquest cop a l'apartat d'escoltisme parlarem de la formació que rebem els monitors presents a l'AE Champagnat.

Per començar cal recalcar el fet que ens estem formant durant tot el progrés escolta, des de que varem començar a primer any de castors fins als monitors i socis mes veterans mitjançant l'experiència que ens va donant el dia a dia al CAU.

Però a més d'aquet fet el qual el considero un dels mes importants, també cal recalcar que tenim l'opció de rebre formació complementaria mitjançant organismes exteriors al CAU.

Un d'aquests mecanismes es la trobada de dos dies que realitzem els monitors de tot el CMS un cop a l'any (AZIMUT) on rebem cursos intensius sobre temes d'utilitat molt específics o l'excursió de monitors nous on es rep una noció bàsica.

Però apart de la formació que es pot rebre per part del CMS tenim l'opció d'assistir a cursos impartits per escoles alienes al nostre cau on monitors tant d'esplai com de cau, d'associació o de qualsevol tipus de moviment poden assistir i obtenir titulacions oficials de les quals destaquen com a més generals la titulació de monitor i la de director d'activitats de lleure.

Además cada monitor te l'opció d'apuntar-se a tot tipus de cursos complementaris i d'autoinstruirse ja que hi ha, per exemple, a internet moltes publicacions tant oficials com de particulars que resulten molt interessants i poden servir de molta ajuda per a millorar el nostre rendiment al cau.

Penso que aquest apartat a més es pot extrapolar a tots els àmbits de la nostre vida tant siguin els estudis, el treball o les aficions personals ja que encara que sigui quelcom que es domini més sempre es pot continuar aprenent i millorant.

Javier García

Sempre a Punt!

Comissió Pares

Després d'una letàrgia més llarga del que es podia esperar, la Comissió de Pares ens hem posat en mode ON. Ja ens hem posat les piles i des de ja fa uns mesos que ens anem activant...

La primera trobada va ser el cap de setmana abans de marxar de Setmana Santa, on ens vam trobar unes quantes famílies i vam organitzar-nos una mica, tot aprofitant per xerrar una mica dels nostres fills i filles i de com estaven al CAU.

El 6 d'abril una bona colla de nosaltres, juntament amb la Montse, vam estar al pati de cotxes revisant les tendes Canadenques que els nostres escoltes faran servir per als campaments. Van ser dues hores intenses que després van trobar recompensa en forma d'avituallament!!!

Aquest dissabte 11 de maig ens hem tornat a trobar amb un ordre del dia més calmat: preparar el cap de setmana de pares de Campaments, a Erill la Vall; i per altra banda preparar un joc per a la Costellada. Ambdues coses van arribar a bon port i ja ho tenim tot a punt!

La propera trobada serà l'1 de juny per acabar de lligar el cap de setmana de pares i fer, si s'escau, les disfresses del Centre d'Interès del Campament.

Des del SaP volem donar les gràcies a totes les famílies que formem el CAU i a les que, d'una manera o una altra, l'ajudeu a créixer.

Bons campaments i Bones Rutes!!!

Comissió de Pares

AE Champagnat



Comissió de pares preparant el joc de la Costellada



Comissió de Pares revisant Canadenques

Opinió

No puc, tinc cau:

Per sort l'expressió "no puc, tinc cau" és una expressió viva en la societat catalana i que no està en perill perquè setmana rere setmana l'utilitzen nens i nenes, nois i noies, escoltes i guies de totes les edats. I tannebò que per molts anys sigui així. El problema apareix quan qui en fa ús resulta que sempre són els mateixos o quan esdevé "no puc venir al cau, tinc tal cosa".

El cau és una opció més de totes les que tenen disponibles les famílies per a l'educació dels seus fills; és una opció diferent, que la fan peculiar i única, però no és ni es creu millor ni pitjor que altres ni vol ser-ho. En el dia a dia dels pares i mares, dels infants i dels adolescents, el cau ha de conviure amb moltes altres activitats que sovint són difícils de combinar: els compromisos familiars, els partits i tornejos de diferents esports, les trobades amb els amics d'altres àmbits i espais o la necessitat d'estudiar. I és de cara a aquests moments que cal elaborar una llista de prioritats, fer pactes de combinacions, saber-se organitzar, etc. Cosa que s'ha de fer entenent cada moment, cada situació, interpretant què és el més necessari i amb respecte per tothom.

Just en aquest punt és quan apareix la discòrdia, ja que no tots som iguals i cadascú té situacions, desitjos, voluntats i necessitats diferents. Hi ha qui equipara el cau a les altres activitats i hi ha qui el posa per sota -potser erròniament pel caràcter de voluntariat que té en mala hora mal entès-. Precisament per això, el cau esdevé per a molts una mena de *hobbie* de segon nivell, un segon plat. I això fa que a les excursions sigui difícil poder comptar amb tothom i que no hi hagi ni un sol dia en tot el curs en el qual poguem trobar-nos tots.

Jo també he estat nena , per tant, sé com funciona i com n'és de difícil combinar-ho tot plegat i poder arribar a tot arreu. La conciliació sempre va acompanyada d'entrebancs,i de problemes. Però la dificultat d'això desapareix si a cada activitat se li dóna el pes específic que realment té i s'apren a prioritzar amb seny.

Marta Farré

Tant com puc!

Excursionisme

Rocacorba (Gironès)

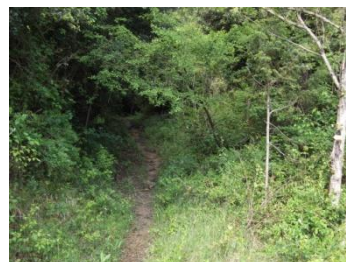
Rocacorba és una entitat de població del municipi del Gironès de Canet d'Adri, a part de ser el nom pel qual és conegut el Puigsou (992m), cim que no és accessible atès que hi ha els emissors de televisió i ràdio de Retevisión. Des d'uns 100 metres abans d'arribar al cim es pot gaudir d'una vista panoràmica del Gironès, del Pla de l'Estany, de l'Alt Empordà i el Baix Empordà.

El Santuari de Rocacorba correspon a una construcció del segle XVIII, feta sobre un antic castell del segle XI aC. Durant el segle XIV es van fer algunes reformes, quan es van afegir els altars de Sant Salvador i de Santa Bàrbara. És en aquest segle que el castell comença a entrar en decadència. Ja en el segle XV es transforma l'església en un santuari marià. L'església va ser destruïda en els terratrèmols del 1428. Anys més tard s'inicià la construcció d'una nova edificació, molt més petita, per a poder venerar la imatge de la Verge Maria. En el segle XVIII es modificà totalment el temple, dotant-lo d'una imatge similar a l'actual. Adossada al temple es va construir una albergueria. Del temple i del castell romànics no es conserva gaire cosa més que algunes filades de carreus, que s'aixecaven directament sobre la roca corba, una penya rocosa que dona nom al indret de Rocacorba degut a la seva forma.



L'itinerari.

Aquest petit itinerari de 12,5 Km transcorre per la comarca del Gironès, es pot fer tant a peu com amb bicicleta de muntanya, va des del poble de Pujamal a Granollers de Rocacorba. Iniciem al camí per un estret sender, molt tupid de vegetació que va vorejant la carretera. Al cap d'una estona arribem a la famosa "Rocacorba", amb un petit santuari a sobre de la pedra. Després ja comença la baixada que en un moment donat sortim a una pista i ja baixem fins a Granollers de Rocacorba. L'itinerari es perfectament asequible amb 3 o 4 hores i te uns 1300 metres de desnivell acumulat.



Dades tècniques.

Distància: 12,3 Km

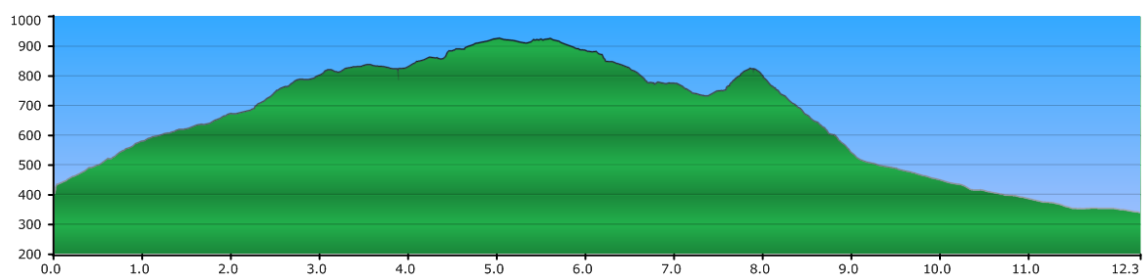
Desnivell acumulat de pujada: 600 metres.

Desnivell acumulat de baixada: 700 metres.

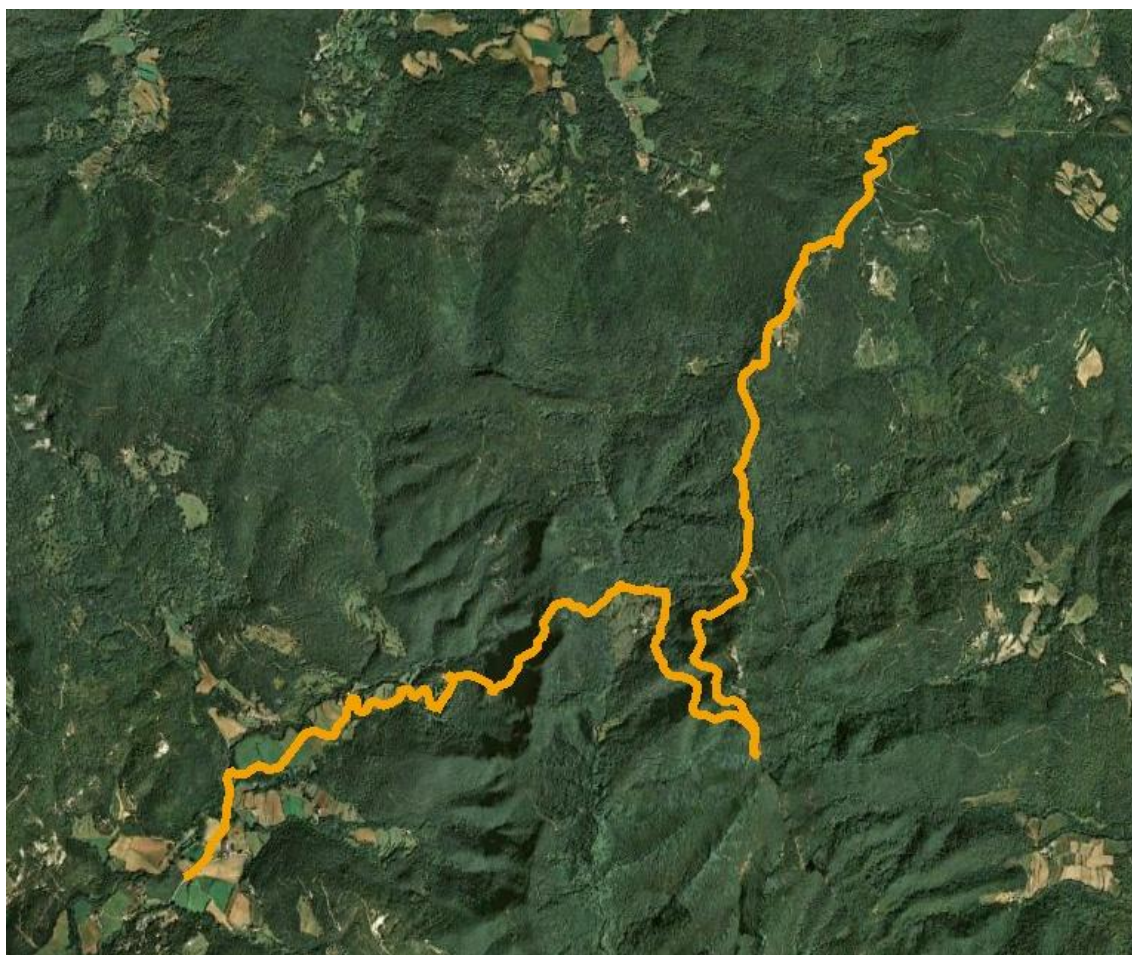
Desnivell total: 1300 metres.

Temps aproximat: 3 – 4 hores.

Perfil de l'itinerari.



Plànol amb el track.



Òscar de Miguel

Tant com puc!

Natura - La guineu

Les guineus, raboses, renards o guilles són mamífers de la família dels cànids. El nom "guineu" no té valor taxonòmic, sinó que pot designar diverses espècies que no pertanyen a un mateix grup. La seva semblança és deguda a una evolució unísona que els ha fet adquirir un aspecte similar.

Cal distingir les guineus autèntiques (que formen un grup propi dins de la família delscànids) dels altres cànids que només reben el nom de "guineu" per la seva semblança física i que en realitat pertanyen a un grup més proper als gossos.

Actualment estan representades per unes 27 espècies que es troben en gairebé tots els continents, encara que la més estesa és la guineu roja o guineu comuna (*Vulpes vulpes*), que habita Europa i Amèrica del Nord. Altres guineus importants són la guineu àrtica, també coneguda com la guineu polar, la guineu grisa i la guineu grisa de les illes Santa Bàrbara.

La majoria de les guineus viuen entre dos i tres anys, encara que poden arribar a aconseguir els deu anys, o fins i tot sobrepassar aquesta edat en captivitat. Són generalment més petits que altres membres de la família Canidae, com ara llops, xacals i gossos domèstics. Els seus trets típics inclouen un fi musell i una espessa cua.

A diferència de molts cànids, les guineus no són usualment animals de manada. Són solitaris caçant la seva presa (especialment rosegadors). Emprant una tècnica de salt practicada des d'una edat molt primerenca, són capaçes de matar la seva presa raudament. S'alimenten així mateix de llagostes, de fruita i baies. Tenen el fenotip de glàndula mamària superdesenvolupada.

En alguns països les guineus són una seriosa plaga. A Austràlia, per exemple, les guineus roges (*Vulpes vulpes*), que van ser introduïdes per l'home en el segle XIX, són probablement l'animal invasiu més nociu, sent responsables de més extincions que fins i tot els gats i els conills. Irònicament, algunes varietats de guineus en altres parts del món han estat declarades espècie en perill d'extinció.

Les guineus poden ser molt útils per a propòsits agrícoles. Han estat emprades per controlar plagues en granges fructíferes, deixant la fruita intacta.



Axel Cols

Sempre a punt!

Passatemps

SOPA DE LLETRES

- Títol nobiliari de Baden Powell
- 5 coses que t'enduries a un campament
- Nom carinyós dels lobatos
- Cap d'agrupament
- Les 4 seccions

L	O	R	D	X	C	V	G	H	R	K	L	P	O	M
O	I	U	Y	T	R	E	W	Q	C	H	J	G	D	A
C	O	M	P	A	N	Y	S	Q	O	M	N	G	F	N
J	O	A	V	S	G	T	J	S	B	P	A	U	L	A
G	H	I	S	E	S	T	O	R	E	T	A	F	F	D
M	L	O	P	A	H	G	D	S	R	T	U	Y	I	I
R	E	L	P	E	H	O	L	A	T	E	K	O	P	N
A	A	S	A	D	D	F	M	E	S	T	O	L	H	O
P	Z	C	N	N	E	M	N	C	H	G	R	F	G	S
I	X	D	Y	N	T	A	V	V	C	W	E	A	D	F
O	M	V	O	X	C	E	A	M	E	S	T	Z	Q	S
N	T	R	L	C	V	G	R	A	S	L	L	A	N	H
E	P	Q	E	V	N	U	T	N	D	N	H	G	H	J
R	R	T	T	Z	Z	N	E	R	A	D	N	E	T	N
S	G	B	A	E	X	P	L	O	R	A	D	O	R	S

MOTS

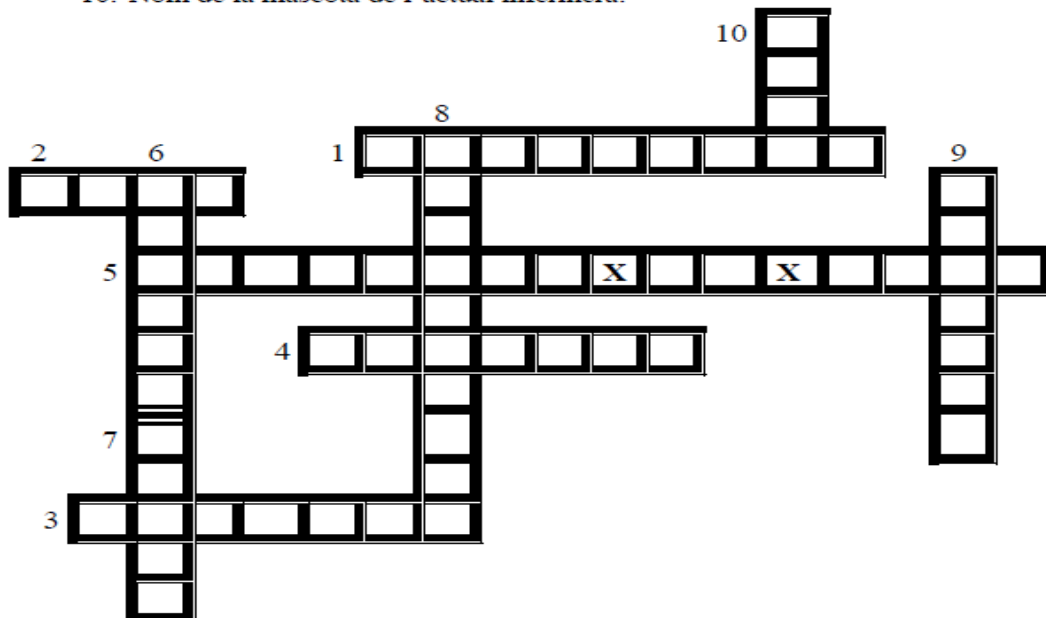
ENCREUATS

Horizontals

1. Animal típic que es busca en els campaments (però només se n'ha trobat 1).
2. Objecte molt sol·licitat i que ens proporciona d'aigua al campament.
3. Famós personatge negre amb una gran dotació protagonista de totes les parides de Ferran.
4. Germà del personatge que apareix a l'apartat anterior.
5. Lloc del primer campament de l'AE Valldigna

Verticals

6. De què són la majoria d'entrepans al campament?
7. Secció que va després de rutes.
8. País on va aparèixer el primer grup scout.
9. Instrument típic dels campaments poc utilitzat però molt escandalós.
10. Lloc on es troba el museu de l'AE Valldigna.



Guille Balongo

Riu amunt!!