

**Sempre a Punt!**

**març 2016**

# SAP!!



**C/LL**

**Koatí**

19-22/03/2016

La Carral

**LL/D**

**Baloo**

19-22/03/2016

El Clar del Bosc

**R/G**

**Pasqua Rànger**

19-22/03/2016

Les Tallades

**P/C**

**Pasqua Pionera**

24-27/03/2016

La Carral

**Ró**

**Pasqua Róver**

24-27/03/2016

Avellanes



## Índex

- Editorial
- Escoltisme
- Opinió
- Natura
- Sabies què...?
- Llibre d'or
  - Castors i Lluàdrigues
  - Pioners i Caravel·les
- Racó dels Records
  - Pioners i Caravel·les

## Editorial

Ja s'ha acabat el segon trimestre, el més curt dels tres que teníem enguany. I com no podia ser d'una altra manera, finalitza amb la Koatí, la Baloo i les diferents Pasqües. Aquest trimestre ha estat marcat per les diferents activitats que hem fet del CMS, TEPS, Prebaloo i per les noves amistats que hem pogut trobar en aquestes.

No queda molt lluny el gener quan encetàvem l'any, que no el curs, i el trimestre amb tot de noves il·lusions i ganes de fer encara més que al primer trimestre. Amb els Castors ja sabent que és això de l'escoltisme i començant a anar riu amunt pel seu progrés. Amb els llops, que tenen moltes ganes de fer tant com poden. Els Ràngers animats per un Boom del primer trimestre que els hi va sortir molt bé i amb moltes ganes de seguir sempre a punt per aprendre i jugar. Els pioners que van competir i quasi arribar al podi a la Tep de Mataró i van fer un paper digne, en la línia dels últims anys. I per últim els róvers que van descobrir el que són els serveis i van agafant més responsabilitats.

Hem d'agafar forces perquè ens ve un trimestre trepidant amb una Trobada General a la Conreria i tot d'activitats que ens tenen preparades.

Ara, només ens queda desitjar una bona setmana santa a tothom i que hom agafi forces i ganes renovades per rematar el curs en la part alta i poder fer uns campaments, que ja es comencen a cuinar, i unes rutes que puguin ser recordades.

Andrés Antón

Sempre A Punt!

## Escoltisme

En el darrer número del Sempre a Punt vaig parlar-vos de la Flor de Lis, dins d'una sèrie d'articles relacionats amb els símbols de l'escoltisme.

En aquest us comentaré algun detall sobre la salutació, potser els coneixeu o potser no.... us animo a llegir-lo!!!

### La salutació



Com tots sabeu, quan s'arriba a Ràngers, la salutació és diferent que quan s'és Llop, i enlloc d'aixecar només dos dits de la mà dreta, s'aixequen l'índex, el cor i l'anular, ben junts entre ells, i es deixen el gros i el petit a baix, el gros a damunt del petit. Aquest canvi es fa en aquest moment de la vida escolta perquè es just després d'haver fet la promesa.

El que potser no sabeu és que vol dir aquesta manera de saludar; doncs bé, aquí va l'explicació:

Els tres dits que estan aixecats representen tres coses importants per als Ràngers/Guies: Déu, Pàtria i Llei. I el dit gros està damunt del petit perquè creiem que aquella persona que és més gran (gran no només en edat sinó en experiència ó gran com a persona) ha d'ajudar a aquella persona que és més petita en qualsevol d'aquests aspectes.

Una altra cosa curiosa de la manera de saludar dels escoltes és que aixequem la mà dreta i amb un altre escolta encaixem l'esquerra, quan en realitat tothom, quan veu un amic, el saluda encaixant amb ell la mà dreta. Perquè ho fem al revés de tothom? És per una cosa que li passà a en Baden Powell:

Una vegada va conèixer un cap d'una tribu, Prempeh, Rei dels Ashanti, i el va voler saludar amb la mà dreta, però Prempeh va fer que no amb el cap i digué que els homes de la seva tribu saludaven amb la mà esquerra per demostrar que eren valents i que no tenien por, perquè era la mà on duien l'escut i per poder saludar l'havien de deixar, quedant per uns moments sense cap mena de protecció.

Així que en Baden Powell i el cap indi es van saludar amb la mà esquerra, per demostrar-se que no es tenien por, a partir d'allà tots els escoltes van començar a saludar-se amb la mà esquerra que a més és la mà que hi ha més a prop del cor.

Enric Martín

Sempre A Punt!

## Opinió

És Tailàndia una democràcia? En l'actualitat podem afirmar que si que ho és però desconexim si ho va ser en el període que transcorre entre el 1990 i l'actualitat. Per poder conèixer-ho primer ens centrarem en el seu context històric.

Tailàndia és una democràcia consolidada a partir del any 1980 aproximadament encara que ha patit algunes crisis en el any 1991 amb l'entrada del Real Exercit Tailandès al govern a través d'un cop d'estat i en els anys 2006 fins el 2010 on el Real Exercit Tailandès torna a entrar al govern amb èxit a través d'un cop d'estat aprovat pel rei Bhumibol Adulyadej. Durant aquest anys de dictadura més prolongats el Real Exercit Tailandès succeeixen diferents fets; el primer de tot és l'entrada com a primer ministre del general Surayud Chulanont que proporcionarà un text constitucional provisional que mantindrà la monarquia i entrarà en vigor el mateix dia, en segon lloc el 5 de juliol de 2007 s'aprovarà la Constitució de Tailàndia i poc després de l'aprovació es convocaran eleccions i sortirà elegit com a guanyador el Partit del Poder del Poble (PPP) però que al poc d'haver format govern crearà una crisis que farà que el Real Exercit Tailandès torni al poder fins al 2010 i en tercer lloc al 2010 és realitzaran noves eleccions on sorgirà guanyadora Yingluck Shinawatra líder del Puea Thai (partit democràtic).

Un cop ja coneixem la història és interessant presentar aquesta informació en el següent taula (vegis taula 1). Que hi podem observar? Principalment el ja esmentat en el paràgraf anterior tot i que amb certes diferències amb els diferents indicadors que mesuren la democràcia. Perquè existeixen aquestes diferències? El motiu és clar no tots els indicadors que hem utilitzat per fer el anàlisis de Tailàndia és mesuren ni tenen en compte les mateixes variables:

Tailàndia segons Polity IV → Podem observar a la Taula 1 que Polity IV (mesura el nivell de democràcia de 10 com a plena democràcia a -10 com a plena dictadura) és un dels indicadors menys durs amb l'evolució democràtica de Tailàndia ja que sol considera com a "anocràcia" (no és ni una democràcia plena ni una dictadura) l'any 1991 i els anys 2006 al 2011.

Tailàndia segons Freedom House → En comparació amb “Polity IV” Freedom House (mesura el nivell de democràcia d’1 com un país lliure a 7 com un país no lliure) és el indicador que recull més informació i intenta fer una observació més extensiva de tot el període estudiat; així doncs si ens fixem en la Taula 1 podem observar que considera com a “Partially Free” (parcialment lliure, no és ni una democràcia plena ni una dictadura) tot el període que avarca des de l’any 1991 al 1997 i el que avarca des del any 2007 al 2013 degut als canvis polítics que succeeixen durant aquest períodes de temps que ja hem explicat al principi del article i també observem que l’any 2006 el considera com a “Not Free” (dictadura) ja que és quan el Real Exèrcit Tailandès realitza el cop d’estat per derrocar al govern democràtic.

Tailàndia segons D-D Dataset → És el indicador de mesura més estricte dins dels estudiats ja que sol dona dos opcions de mesura: democràcia, dictadura on dins podem trobar tots els països classificats com a “Type II” (dubtosos). Observant la Taula 1 ens podem fixar en que sol classifica com a dictadura els anys 1991, 2006 i 2007 pels seus cops d’estat mentre que la resta d’anys els considera com a democràtics encara que els altres dos indicadors no ho considerin així.

David Estefanell

Sempre a Punt!

# Natura

## MAL D'ALTURA

Sabem que el mal d'altura és una síndrome vinculat a una pujada massa ràpida en altes altituds, però... Com ens afecta? El podem prevenir? Com deslliurar-nos-en? El podem utilitzar d'excusa durant la pròxima excursió si estem cansats, o se'ns veurà el llautó?



### Quins símptomes té?

El mal d'altura pot causar mal de cap, nàusees i vòmits, insomni, cansament general, vertígens i trastorns de l'equilibri, dispnea (falta d'aire) i inapetència (falta d'apetit), entre d'altres.

Depenent de la sensibilitat de cada persona, els símptomes afecten amb més o menys gravetat, i es poden tenir un o varis a la vegada.

### A quina altura podem estar sotmesos a patir-lo?

La seva incidència és variable, però la probabilitat de patir mal d'altura augmenta molt ràpidament amb l'altitud; seria del 15% a 2.000 metres d'altitud i del 60% a 4.000 metres.

### Com desapareix?

Desapareix immediatament amb el descens i retrocedeix amb l'aclimatació.

### **Com prevenir-lo?**

Per prevenir ens hem d'aclimatar al canvi de pressió atmosfèrica. Es recomana l'ascensió lenta, reposar i dormir adequadament el dia abans de l'ascensió, menjar amb mesura i evitar l'alcohol, el tabac i l'activitat física innecessària. Per a ascensions prolongades sobre 3.500 metres, cal progressar en altitud de 500 a 800 metres màxim per dia (segons la sensibilitat que hem comentat anteriorment). Però atenció!: l'aclimatació és quasi impossible a partir dels 5500m.

### **I... les comunitats que viuen en alta altitud, com s'ho fan?**

Tot i que molts habitants estan totalment aclimatats, també hi ha una part dels residents de comunitats que viuen a gran altitud i que han perdut els mecanismes d'adaptació a l'ambient que els envolta. Ells, pateixen l'anomenat mal de muntanya crònic.

És per això, que als Andes (Perú, Bolívia), les propietats de la fulla de coca, consumida en forma de te (mate de coca) o mastegada, ajuda a fer desaparèixer els símptomes.



## Sabies què...?

**1- Per fer un litre de mel, les abelles han de visitar més de dos milions de flors i viatjar uns 80.000 km?!**



**2- Un conjunt de jirafes s'anomena torres?**

**3- El formatge va ser tenyit de color groc i taronja cap al segle XVII, per enganyar a la gent i fer-los pensar que és tractava d'un formatge de bona qualitat**



**4- Tots els dies perds aproximadament entre 50 i 100 cabells?**

**5- Una persona, desbloqueja la pantalla del seu telèfon mòbil fins a 100 vegades al dia.**



**6- Les vaques tenen diferents accents que varien depenent de la regió on viuen, igual que els humans**



**7- Juli Cesar va reformar l'antic calendari romà? Va decidir que el 1 de gener seria el principi de l'any i nomenà el mes de Juliol com ell. Agost va ser nomenat en nom del seu pare August.**



**8- Disney va posar a 500 Stormtroopers a la Muralla Xina per promocionar "Star Wars: El despertar de la fuerza" a Xina?**



**9- La nina Barbie, té un nom real? Aquest és; Barbara Millicent Roberts**

**10- Sempre que et sentis a mirar una foguera, la teva capacitat cerebral augmentarà a l'hora de resoldre problemes?**



# **Llibre d'or**

## **Castors i Llídrigues**

El passat dia 5 de Març els Castors i Llídrigues vam fer una sortida molt esperada: vam anar al Rocòdrom Deu Dits!!! Aquí us deixem les valoracions que alguns dels Castors i Llídrigues han fet de l'excursió:

"M'ho vaig passar molt bé perquè els matalassos eren molt tous" - Dani

"M'ho vaig passar molt i molt bé perquè sempre havia volgut anar-hi" - Alba

"M'agradaria haver anat, però no vaig poder perquè estava esquiant" - Sandra

"El que em va agradar més va ser l'slackline, perquè ho vaig poder fer" - Núria

"No vaig anar al Rocòdrom perquè estava malalt" - Sergi

"M'ho vaig passar molt bé perquè vaig escalar" - Letizia

"Em va agradar molt anar al rocòdrom perquè vaig aprendre a fer la tombarella a l'aire" -  
Paula

"No vaig poder anar al rocòdrom perquè vaig anar a una festa, però m'encantaria haver anat" - Adriana

"Em va agradar la piràmide! Perquè si!" - Lula

"Em va agradar el rocòdrom perquè donaven pegatines gratis" - Bea

Castors i Llídrigues  
Riu Amunt!

# Pioners i Caravel·les

## Ruta Nadal

Quins nervis! Ja arribat per fi el dia en que marxo de ruta amb el CAU! Encara que estic atemorit, hi ha un munt de coses que em fan pensar en que la meva primera ruta serà genial. Agafo la motxilla i em dirigeixo cap al col·legi on es troben la resta dels meus companys.

Pugem a l'autocar després de despedir-nos dels nostres pares i... De ruta que me'n vaig!

L'autocar ens ha deixat bastant a prop del refugi on dormirem, així que haurem de caminar poquet per arribar-hi. Al ser el primer dia, no fem ninguna muntanya i ens quedem pel refugi aprenent tècniques per si anéssim per la neu. A primera vista, el refugi sembla petit i fred, un lloc on no t'hi sentiràs bé, però quan hi entres sents tot el contrari, és un lloc càlid, acollidor, en el qual t'hi sents a gust.

L'endemà, ens aixequem, com va dir en Pep Guardiola "Ben d'hora ben d'hora", per poder aprofitar el dia i sobretot per no caminar amb el sol a les nostres espatlles. Al començar a caminar notes com els ulls se't van tancant per culpa de la son, però penses que segur que val la pena al arribar dalt i agafes més energia. Amb un bon ritme arribem al coll entre les dues muntanyes que pujarem, que ara mateix no em ve al cap el nom, així que deixem les motxilles en un lloc on no molesten i ens dirigim cap a la primera. A baix de tot dona una mica d'impressió, però dalt d'aquesta et sents com si fossis el rei del món, una experiència única. Estem uns cinc minuts contemplant les vistes úniques que des de Barcelona mai es tindria i tornem a baixar. Per la tarda ens quedem al refugi jugant a jocs de taula i fent els consells que a tothom li agrada fer.

Al matí següent vam despertar-nos de nou a les sis per pujar aquesta vegada el pic de la dona, una muntanya que impressiona bastant però que és bastant assequible per a tothom. La primera part és bastant fàcil i pugem fent alguna broma que altra, però ve la segona part i ja se senten menys veus. I a la tercera ens animem tots entre tots per donar-nos força i confiança. Al pic hi ha boira i no podem admirar les precioses vistes, tot i això comentem la jugada entre tots i, com no, fem bromes i riem. Baixem ràpidament perquè la boira pot arribar a ser perillosa i tornem al refugi, allà fem una guerra de neu i ens ho passem d'allò més bé.

I arriba el dia en que hem de dir adéu al refugi per anar a veure les altres branques a la casa on estan situats.

Per ser la meva primera ruta, crec que ha sigut de les millors que faré, tant per la companyia com per la ruta en si.

Pau Menta

## **23 de gener del 2016**

Avui a les deu del matí ja estàvem tots a la biblioteca per fer la motivació que l'havien preparat la Laura i la Marta per a tots nosaltres. Aquesta tractava de ficar-nos gomets al front sense poder-los veure i fer els grups segons els colors o les formes dels gomets.

Després de treure una conclusió hem passat a preparar l'extrajob. Aquest trimestre el que volem fer és vendre roses per Sant Jordi, per això ens hem dividit en grups de quatre o cinc persones per fer una pluja d'idees i proposar més activitats pel dia de Sant Jordi, com ara fer un mercat boig de llibres, vendre punts de llibre, fer tallers pels nens, preparar disfresses per fer un centre d'interès i motivar la gent...

Després de treballar una estona i del temps lliure hem arribat a un poble anomenat Gold Nugget De Arriba on hem conegut tres gran vaquers de l'oest que ens han ficat a prova per poder passar dins al seu bar.

Després, al final del dia, hem fet la revisió.

Maria Mei

## **6 de febrer del 2016**

El dissabte 6 de febrer va començar amb futbol a les 8 del matí, a les 10 vam començar a preparar el extrajob, vam repartir les comissions, i vam decidir que fer, vam acabar a les 11:30.

I per acabar ens vam dividir en dos equips per jugar al *pichi* fins al final del dia, després vam fer la revisió.

Alejandro González

## **5 de maig del 2016**

Avui hem començat el dia fent una miqueta d'esport. A les vuit els pioners i caravel·les estaven esperant a que els monitors obrissin la porta del Passeig Sant Joan i poder entrar al col·legi. Un cop a dins hem tret la pilota de futbol i hem fet un partit fins les nou. Avui no estava muntat el camp d'hoquei, així que hem tingut el pati sencer per moure'ns!

Ja a les deu, hem pujat tots a una aula de primària. El Pau Viñas ens a preparat una motivació molt xula però no ha assistit avui al cau i la Carme ens l'ha explicada per ell. La moti era una dinàmica per conèixer-nos més i saber més dels gustos dels nostres companys de la branca.

Després, durant la resta del dia hem estat preparant l'extrajob. Des de casa ja havíem preparat coses i avui ho hem acabat de parlar per ficar-nos tots d'acord. Hem creat fins i tot un compte a l'Insta!! Seguiu a: pionersantjordi.

Finalment, hem acabat el dia amb la revisió

Maria Mei

Pioners i Caravel·les  
Sempre A Punt!



# Racó dels Records

## Pioners i Caravel·les

Pessebrada 2k16





## Ruta Nadal



Pioners i Caravel·les  
Sempre A Punt!