

المعسكرات

الحياة الخلوية والهدفاة في الحياام

تأليف

محمد محمد فضائل

مدرس بالمعدين العليا
التربية البدنية

احمد الاربعى

دبلوم في التدليك الطبي
من شيكاغو

الطبعة الأولى

١٩٤٨

فهرس

صفحة

مقدمة	٥
الحياة الخلوية والإقامة في الخيام	٧
الأغراض من إقامة المعسكرات وأنواعها	١٢
إقامة المعسكر والانتقال إليه	١٤
اختيار المعدات	٢٠
الأدوات العامة	٢٢
الشخصية	٢٥
الخيام	٢٨
معدات النوم	٣١
أدوات المطبخ والترتيبات الخاصة به	٣٦
الطعام	٣٧
صندوق الاسعاف	٤١
الإضاءة	٤٢
مثال لمعسكر خفيف	٤٣
مثال لمعسكر متوسط	٤٥

٤٧	اختيار الموقع
٥٠	إقامة المعسكر
٥٢	الحياة في المعسكر
٥٦	تقاليد المعسكرات
٥٨	الشئون الصحية
٥٨	المياه
٦٠	الفضلات
٦٥	الذباب
٦٥	الناموس
٦٦	حل المعسكر
٦٧	بعض الأماكن التي يمكن إقامة المعسكر فيها



مقدمة

نشأت الفكرة التي حدث ربنا إلى إصدار هذا الكتاب عما رأيناه من التدافع الشديد على ارتياد المصايف المصرية والأجنبية بحال لا تعدو نقل مسرح الترفيه من المدن الداخلية إلى السواحل ، فيقضى المصطاف فترة من الزمن لا تغيير فيها ولا تبديل ، عما ألف في بلده الأصيل . فالملاهي هي هي ، والوجوه واحدة تتبعه إلى مقره الجديد ، فلا ينعم خاطره بتجديد ، ولا ينال بدنه قسطاً كافياً من الاستجمام الحق والراحة .

رأينا في الرضا بالاصطياف على هذا النحو رضا بالعرض دون الجوهر ، وبالخيال دون الحقيقة . فالصحة لا تسرى في الجسم والقوة المستهلكة طوال العام في العمل الشاق المضني لا تتجدد إلا بالاستجمام التام جسمانياً وعقلياً ، وبمزاولة الرياضة البدنية والنفسية . ولما كنا قد لمسنا بأنفسنا خلال القيام بهذا النوع من الرياضة الجميلة الذي تقدمه لآخواننا شباب الوادي من الفوائد التي تجل عن الحصر ، فقد شعرنا بواجب الأمانة يطالبنا بتبصرة مواطنينا إلى هذه المتعة الجميلة ، آمليين أن آتياً لهم بذلك الفرصة لاستغلالها على خير وجه .

إن التجوال في أرض الوطن العزيز يعطيك أيها القارىء
الكريم فرصاً عملية لدراسة هذه الأرض ومعادنها ووسائل
الزراعة والرى فيها وعادات أهلها وأخلاقهم . وهذه الدراسة
بالطبيعة تلهمك أفكاراً ناضجة لمشروعات لم تكن لتخطر لك على
بال لو ظللت قابلاً في مدينتك أو اقتصررت على تمضية أيام من
كل عام على ساحل البحر .

إن جميع مشروعات التعمير لم تكن سوى نتيجة لمثل هذه
الرحلات التجوالية الجميلة والدراسات المتغلغلة في أحضان الطبيعة
حيث يصفو الذهن ويشط الفكر .

فإلى اخواننا وأخواتنا أبناء هذا الوطن المجيد ، نقدم هذا
البحث القصير راجين أن يكون لهم من ورائه كل ما نرجوه لهم
من خير عظيم .

المؤلفان

القاهرة في ١٠ جمادى الثانية ١٣٦٧
١٩ أبريل — ١٩٤٨

الحياة الخلوية والإقامة في الخيام

الإقامة في الخلاء هي بلا منازع أحسن الطرق لتمضية أجازة سعيدة. سواء قصرت أم طالت ؛ وهي الوسيلة للحصول على أقصى حد ممكن من الفائدة الصحية والهواء النقي وضوء الشمس — في هذا الوقت الذي تحوّل فيه أسعار الفنادق وشدة ازدحامها وعدم توافر وسائل الراحة في كثير منها دون قيام معظمنا بتدضية أجازة سعيدة على شاطئ البحر أو في الريف — فضلا عما تمتاز به المعسكرات الخلوية من فرص للرياضة والراحة لا تتوافر عادة في أحسن المصايف .

والإقامة في المعسكرات قد تبدو لأول وهلة شديدة التعقيد ، صعبة التنفيذ . والكثير يفهمها على أنها نوم فوق الصخور أو على الأرض وأكل طعام نصف فاضح ... ولكنها على العكس من ذلك معيشة مريحة في ظروف البيئة الأولية البسيطة ، في ميدان واسع للرح واللعب ، وبحال أوسع لنسيان هموم الحياة وآلامها ؛ وهي لا تتطلب سوى تنظيما دقيقا وتسلسلا منتظما في

التفكير . ومع كل ذلك فإذا لم يكن قد سبق لك تجربة هذه الرياضة أو المتعة فيحسن قبل أن تبدأ فيها بمفردك أن تشترك مع جماعة من الأصدقاء ، وفي هذه الحالة لا يشترط أن يكونوا ممن سبق لهم إجراء هذه التجربة ؛ وأنت بذلك ستغلب على مضايقات الوحدة كما أن وجودك في رفقتهم سيهيء لك كثيراً من التبسيط في أمر المسؤوليات والأعمال التي تتطلبها هذه الرياضة .

وعلى العموم فالمقصود بقولنا الإقامة تحت الخيام ، هو مراولة فن الحياة الصحية في الهواء الطلق ، والنوم تحت سقف متنقل ، وتجهيز طعامك وتدير شئون الخدمة لنفسك بنفسك . وهي نوع من الرياضة قبل كل شيء ، بل هي رياضة شاملة لا تقتصر على أناس دون آخرين ، إذ يستطيع كل فرد أن يقيم في معسكر ينشئه بنفسه ، مهما كان عمره ، رجلاً كان أو امرأة . ومن الممكن إقامة المعسكر لعائلة سواء كان ضمن أفرادها أطفال أم لم يكن ، وسواء كان هؤلاء الأطفال صغاراً أم كباراً .

إن فترة نهاية الأسبوع التي تقضيها في مثل هذا الجو المرح الهادئ الذي لا يتوافر إلا حيث يوجد المعسكر ، وحيث ترتع ونلعب ، ونقفز وتندحرج أرضاً دون حرج ، عائدين إلى طهر

الطفولة السعيدة ، والتحرر من قيود المدينة المرهقة للجسم
والأعصاب ، لمن أسعد الفترات التي تمر بنا في الحياة .

وليس هذا هو الغرض الوحيد من الإقامة في الخلاء — فإن
هذا النوع الراقى من أنواع الرياضة يسمح بالقيام بعدة أنواع
أخرى ، كالمشي ، والتسلق ، وركوب الدراجة ، والتجديف ،
والسباحة ، والتسابق ، ولعب الكرة ، وصيد السمك أو الطيور ،
وتسلق المرتفعات ، والاستكشاف ، إلى غير ذلك .

وعلاوة على ذلك فمن أغراضها تغيير منوال الحياة اليومية
ونسيان المشاغل والهموم بطريقة سهلة بسيطة ، هي الابتعاد عنها
في صحبة مرحلة متجانسة ، الأمر الذي لا يتوافر عادة في المدينة
بمشاغلها الدائمة ومتاعها التي لا تنضب . كما أنها تهيم الفرصة
للعودة إلى أحضان الطبيعة — إلى أمنا الأرض — والتمتع
بمباهجها في أبهى الصور ، واستكشاف أراض وبقاع جديدة
لا يتوافر استكشافها في السفريات العادية ، ودراسة عادات
وأخلاق قوم آخرين من أبناء الوطن الواحد .

ويكفي فائدة أنك ستحصل على قسط وافر من الأشعة فوق
البنفسجية ، وهي الأشعة التي تفقد أهميتها في المدن بما يعترض
وصولها إلينا من ذرات الغبار . فأنت إذا سرت في شوارع

القاهرة طوال فصل الصيف وأنت بملابس البحر لما لحق بجسمك
أى تغيير فى اللون — ذلك الاسمرار الجذاب الذى يدل على
تشبع الجسم بالأشعة فوق البنفسجية .

✽ إنك لترى الجماعة قائمة فى طريقها إلى المعسكر وقد اصفرت
منهم الوجوه ، وشحبت الجلود ، وتهذلت عضلاتهم وتبسطت
حركاتهم ووهن منهم العزم والعصب ، وإذا بك تراهم وهم عائدون
بعد أسبوع واحد أو أسبوعين وقد تبدل الحال غير الحال ،
فتمدفق الدم إلى وجوههم ونشطت حركاتهم وارتفعت هاماتهم ،
ناظرين إلى الحياة نظرة كلها أمل وكلها ثقة على مغالبة الأهوال
وتخطى العقبات .

✽ ومصر لحسن الحظ تتوافر فيها فرص لا عداد لها ولا مثيل
لاختيار مواقع متعددة متنوعة تجمع كل مستلزمات المعسكر الناجح
من مناظر جميلة خلابة ووسائل للرياضة وللفائدة العلمية ، وجو
جاف بديع وشمس ساطعة مشرقة .

وكل بقعة تختارها لإقامة المعسكر فيها تتميز بميزات عديدة
لا توجد فى غيرها من البقاع مما يجعل مجال الاختيار أمامك واسعا
مترامى الأطراف .

ولما كانت فرصة الخروج إلى الخلاء لا تسنح لنا كثيرا ،



معسكر ريفي حيث الهدوء الشامل والطبيعة الغنية بالمناظر الجميلة

فيجب أن نبذل قصارى جهدنا في استغلال القليل الذي يسنح لنا إلى أقصى حدود الاستغلال ، ويكون ذلك بحسن الاستعداد ، وإحكام وضع الخطة والدقة في توزيع الواجبات والمسؤوليات ودراسة الموقع دراسة وافية على الخريطة أو بالزيارة قبل التحرك إليه . كما يجب أن يراعى أن ينال كل فرد من الجماعة أكبر قسط من الراحة والفراغ .

وإننا إذ نذكر حسن الاستعداد فلا نقصد ما يختص بالطعام والشراب والمعدات فحسب ، بل نقصد حسن التدريب واختيار أفراد الجماعة بحيث يتوافر بينهم الانسجام التام وحسن التفاهم .

الأغراض من إقامة المعسكرات وأنواعها

قبل أن تصمم نهائياً على الموقع الذى ستقيم فيه معسكرك ، وقبل أن تختار وسيلة انتقالك إليه ، لا بد وأن تحدد الغرض الذى من أجله ستقيم هذا المعسكر ، ثم تختار النوع الذى يصلح لتحقيق هذا الغرض مع مراعاة المدة التى ستقضيها فيه ، وعدد الأفراد المشتركين معك .

وتنحصر الأغراض المشار إليها فيما يلى :

- ١ — الراحة والاستجمام وحسن استغلال الفراغ . وهذا الغرض يجب أن يكون مشتركاً فى جميع الأغراض الأخرى .
- ٢ — المتعة والتسلية والرياضة .
- ٣ — التعارف والتعاون ، وتكييف شخصية الفرد لتندمج مع الجماعة .
- ٤ — ترقية المهارات والسمو بالميول (الموسيقى ، الغناء ، حب الطبيعة ، الشعر ، إلى غير ذلك) .
- ٥ — تربية الاعتماد على النفس .
- ٦ — الاستكشاف أو الدراسات الخاصة .

أما أنواع المعسكرات فلا تتعدى ما يلي :

١ — المعسكرات الدائمة وهي التي يقيم فيها الجنود والمكتشفون .

٢ — المعسكرات المؤقتة وتشمل :

أ — معسكرات عطلة آخر الأسبوع .

ب — معسكرات للتجوال .

ج — معسكرات الأجازات .

ومن جهة أخرى يمكن تقسيم المعسكرات إلى ثلاثة أنواع ،
وذلك بالنسبة لعدد الأفراد المشتركين فيها :

١ — المعسكر الخفيف — ويتكون من فرد واحد إلى
خمسة أفراد .

٢ — المعسكر المتوسط — ويتكون من خمسة أفراد إلى عشرة .

٣ — المعسكر الكبير — وهو ما زاد عدد أفرادها على عشرة .
ويحتاج هذا النوع من المعسكرات
إلى ترتيبات خاصة بالنسبة لضخامة
المعدات التي يجب نقلها وتعددتها .

اقامة المعسكر والانتقال اليه

إذا ما استقر رأيك على قضاء جانب من الوقت في معسكر أى كان نوعه فلا بد من دراسة وافية من جميع النواحي كاختيار الموقع ، وطريقة الانتقال إليه ، ووسائل الحصول على المؤن والمياه ، وقرب مواردها منه أو بعدها . وهناك عدة مراحل يجب أن تمر بها وإجراءات لا بد من اتخاذها .

التصريح بإقامة المعسكر

يجب الحصول على هذا التصريح مبكراً بقدر الإمكان ويحسن دائماً أن يكون التصريح الذى تحصل عليه كتابياً . ومن الأفضل أن تختار مكاناً سبق استخدامه لنفس الغرض سيما إذا كنت حديث عهد بهذه الرياضة . وإلا فلا بد لك (إذا كان المعسكر كبيراً) من زيارة المكان أو تكليف شخص موثوق به بهذه العملية مع تحديد البيانات التى تطلب منه الحصول عليها .

البراج

وقبل الانتقال للمعسكر لا بد من وضع البراج اللازمة لليلة كلها ، ويحسن أن يعلم بها كل فرد من الأفراد المشتركين معك .

وسيسهل ذلك على الجميع إعداد مهماتهم الشخصية على حسب
مواردهم المالية وميولهم الخاصة .

وعند وضع هذه البرامج يجب مراعاة الاحتياط الكافي لجميع
الظروف وشغل جميع أوقات الفراغ بما يفيد .

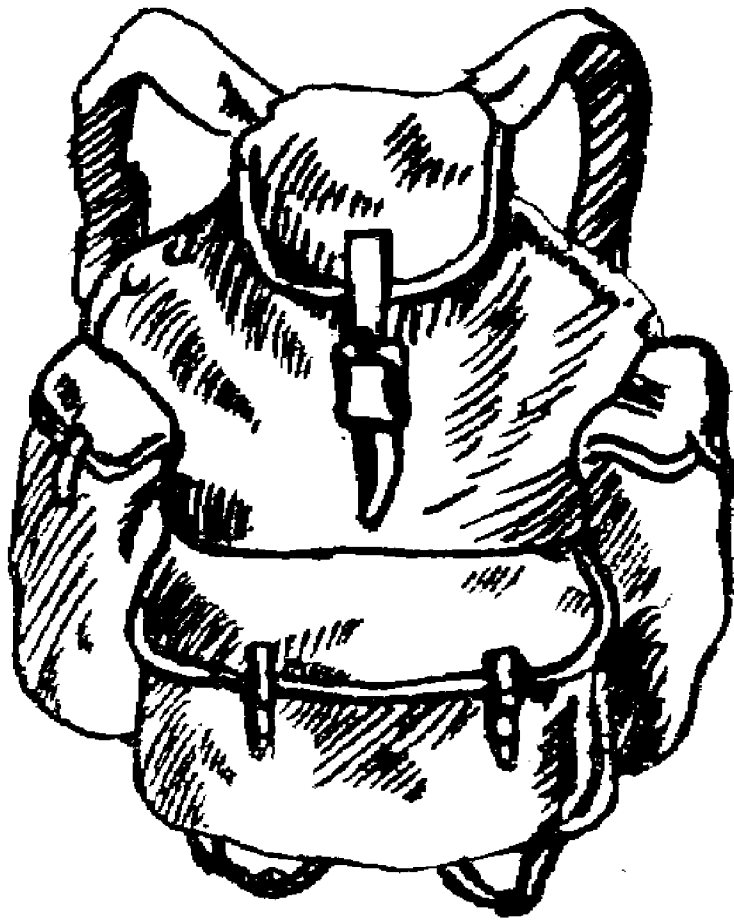
وإعداد البرامج اليومية لا يقتصر على الأعمال بل يتعداها إلى
إعداد قوائم الطعام إذا أمكن ذلك .

الانتقال إلى المعسكر

وهي مسألة هامة . فسواء ذهبت إلى المعسكر سيراً على
الأقدام أو راكباً دراجة أو مستقلاً قارباً أو سيارة ، فإن مسألة
الحمل والمعدات اللازمة لذلك تحتاج إلى الكثير من التبصر
وحسن الإدراك .

الانتقال على الأرجل

إذا كنت ستنتقل إلى المعسكر مترجلاً فليس أمامك سوى
طريقة واحدة وهي حمل أمتعتك فوق ظهرك . وتستعمل لذلك
حقيبة خاصة تشبه إلى حد كبير الحقيبة العسكرية . وأهم
ما يراعى فيها أن تكون من قماش متين خفيف الوزن غير قابل
لنفاذ الماء (ووتر بروف) ذات أحزمة عريضة يسهل تثبيتها على

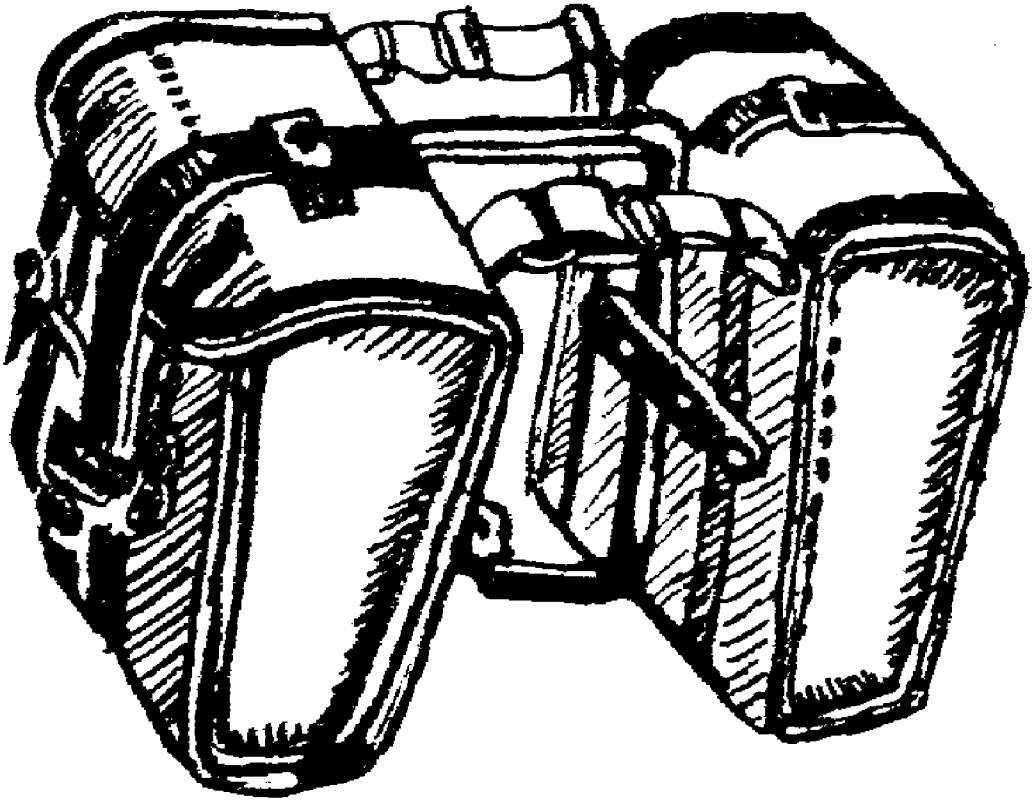


الظهر وجيوب خارجية
كبيرة وأقسام داخلية .
كما يجب ألا يزيد وزنها
على كيلوجرام ونصف
وهي فارغة . ويتراوح
ثمنها في الوقت الحاضر
بين جنيهين وثلاثة
(شكل ١) .

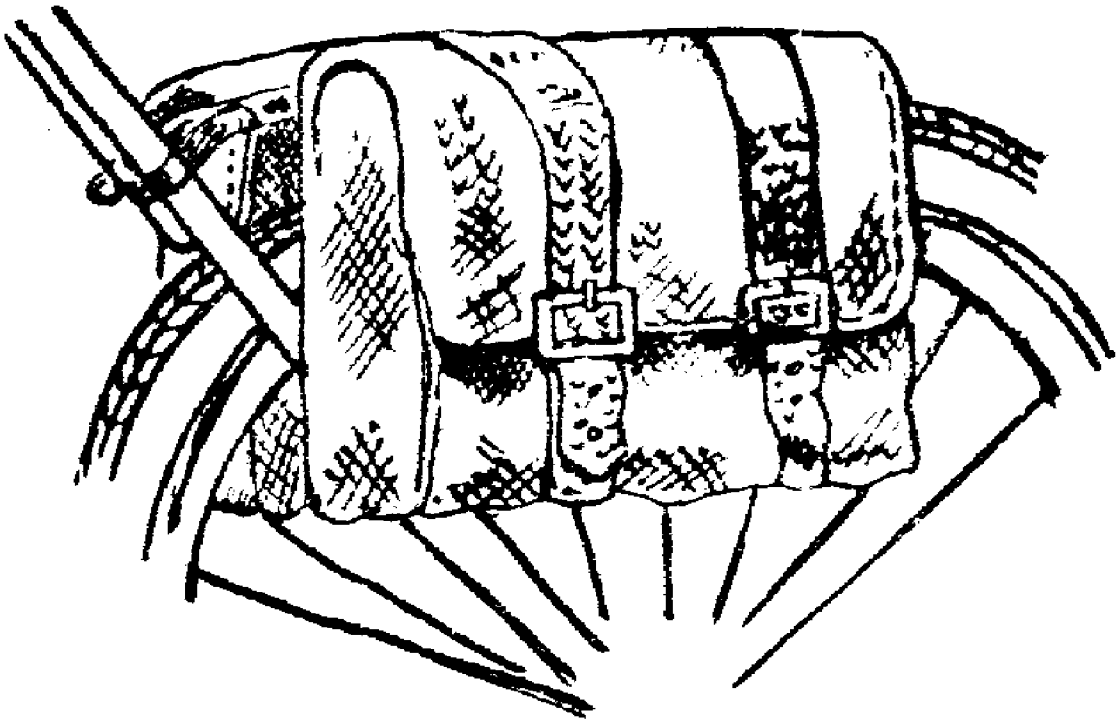
(شكل ١)

الانتقال على الدراجة

أما إذا استعملت الدراجة فيجب أن تجهز حاملها الخلفي بحقيبة
خاصة ذات جانبيين . وترى في الشكل رقم ٢ منظرًا خلفيًا لها وفي
الشكل رقم ٣ منظرًا جانبيًا . ويجب ألا يفوتك تجهيز الدراجة
نفسها بالمعدات اللازمة للطوارئ كأدوات اللحام و نفخ العجل
وربط المسامير إلى غير ذلك . كما يمكن تجهيز مقدم الدراجة
بحقيبتين أصغر حجمًا و بنفس الطريقة (شكل ٤) .



(شکل ۲)



(شکل ۳)

الانتقال بالقارب

وإذا كان انتقالك

بالقارب فاستعمل

لحقيبة حاجياتك المخلاة

المعروفة بمخلاة البحارة

وهي شبيهة بالحقيبة

المستعملة في الجيش

المصرى والتي يضع

فيها الجندي مهماته .

(شكل ٥) . وهذه

الحقيبة بالنسبة

(شكل ٤)

لاستدارتها واستطالتها يسهل وضعها في قاع القارب وتضمن عدم

نفاذ الماء إلى محتوياتها . هذا ويحسن عدم استعمال هذه الوسيلة

في السفر إلا إذا كنت تجيد السباحة . ويجب الاعتناء باختيار

القارب من طراز متين من الخشب أو المطاط . وهذا الأخير

أفضل لإمكان طي القارب وحمله إلى البر في حقيبة . ويتراوح ثمن

مثل هذا القارب حالياً بين ثلاثين وخمسين جنيهاً .

وحيث أنه في الحالتين الأخيرتين — حالتى الانتقال بالدراجة



أو بالقارب — لن تحتاج
لحمل متاعك بنفسك فإنه
يمكنك دائماً أن تزيد من
مقدار المعدات التي تحملها
وخصوصاً الأدوات
الكبالية .

الانتقال بالسيارة

أما إذا استعملت

(شكل هـ)

السيارة فإنه لا حد عندئذ

لمقدار المعدات التي تأخذها معدات معسكر خفيف لنفرين في قارب

معك . وفي حالة المعسكر الطويل المدى يكون من المتعذر نقل
كل ما تحتاج إليه من معدات كالكراسي والمناضد والأسرة
والدواليب والمواقد داخل السيارة نفسها . وفي هذه الحالة
تستعمل مقطورة خاصة تشبه الصندوق الذي يركب على
الدراجات . وأفضل العربات التي تصلح لهذا الغرض هي العربة
طراز محطة (ستیشن واجون) ويمكن الحصول على مقطورة
خاصة لهذا الغرض تتصل بمؤخر العربة .

اختيار المعونات

يجب أن يكون الغرض الأول من اقامة المعسكر كما ذكرنا هو الراحة والاستجمام . وكلما ازدادت خبرتك بهذه الرياضة الجميلة كلما أمكنك أن تحصل على قسط أكبر من الراحة . وليس معنى ذلك أن تحمل معك كل ما يلزم من المعدات لهذا الغرض بل يجب الاقتصاد على الضروري منها وما خف حمله .

وتنقسم الأدوات بصفة عامة إلى قسمين :

١ — أدوات عامة للعسكر .

٢ — أدوات شخصية لكل فرد .

وقبل أن نتكلم عن كل نوع من هذه المعدات يجب أن نلفت النظر إلى ضرورة عدم القيام بجمع الأدوات وتعبئتها في اللحظة الأخيرة قبل التحرك بل يجب التفكير في ذلك ما أمكن كما يجب التفطيش عليها قبل القيام بوقت كاف للتأكد من صلاحيتها وعدم نسيان شيء منها . كما يجب أن تتعود على ترتيب الأدوات التي ستضعها في الحقائب في نفس المكان من الحقبة كل مرة . وتفيدك هذه الطريقة في أنك تستطيع حتى في الظلام أن تخرج من الحقائب ما أنت في حاجة إليه دون العبث بترتيب محتوياتها

الأخرى واجتهد في أن تضع في جيوب الحقيبة الخارجية الأشياء التي قد تحتاج إليها في أثناء الطريق كما يجب أن يكون وضع الأشياء في الحقيبة بحيث تكون الأشياء التي ستحتاج إليها قبل غيرها موضوعة على السطح وإلا فيحسن وضعها في حقائب صغيرة مستقلة . هذا ويحسن أن توضع الخيمة في ربطة مستقلة حتى لا تحتاج لاستخراجها إلى العبث بمحتويات الحقيبة .

هذا وأكثر التكاليف ستخصص للأدوات الدائمة وهي التي يجب الحصول عليها عند العزم على إقامة المعسكر لأول مرة . ثم تستبعد هذه التكاليف عند إقامة المعسكرات التالية ويقتصر الأمر عندئذ على التكاليف الشخصية . ولهذا المناسبة ننصح لك بالألا تشتري المعدات الرخيصة الثمن وكن واثقاً أن الإقامة في المعسكر ستعجبك كثيراً وأذك ستكررها كلما سنحت لك الفرصة وعندئذ ستستخدم نفس المعدات . فإذا أنت لم تبخل عليها بالمال في أول الأمر فقد وفرت على نفسك مبالغ طائلة في المستقبل .

وأهم ما يجب أن تراعيه في الشراء عوامل ثلاث :

أن تكون المعدات من نوع جيد متين

أن تكون خفيفة الوزن بقدر الإمكان

وأن تكون من النوع الذي يمكن طيّه.

وفىما يلى بيان شامل لمختلف الأدوات التى تلزم للمعسكر
نذكرها بصفة عامة دون ذكر الكمية مرجئين ذلك إلى أن تتكلم
عما يلزم لكل معسكر حسب نوعه .

أولاً - الأدوات العامة

الاقامة

خيام للنوم
خيام للراحة أو الطعام أو الاجتماعات
خيام للمخزن
خيام لدورات المياه والمطبخ

معدات الخيام

مشمع أرضية
أوتاد أصلية وأخرى احتياطية
حبال أصلية وأخرى احتياطية

مهمات خفيفة

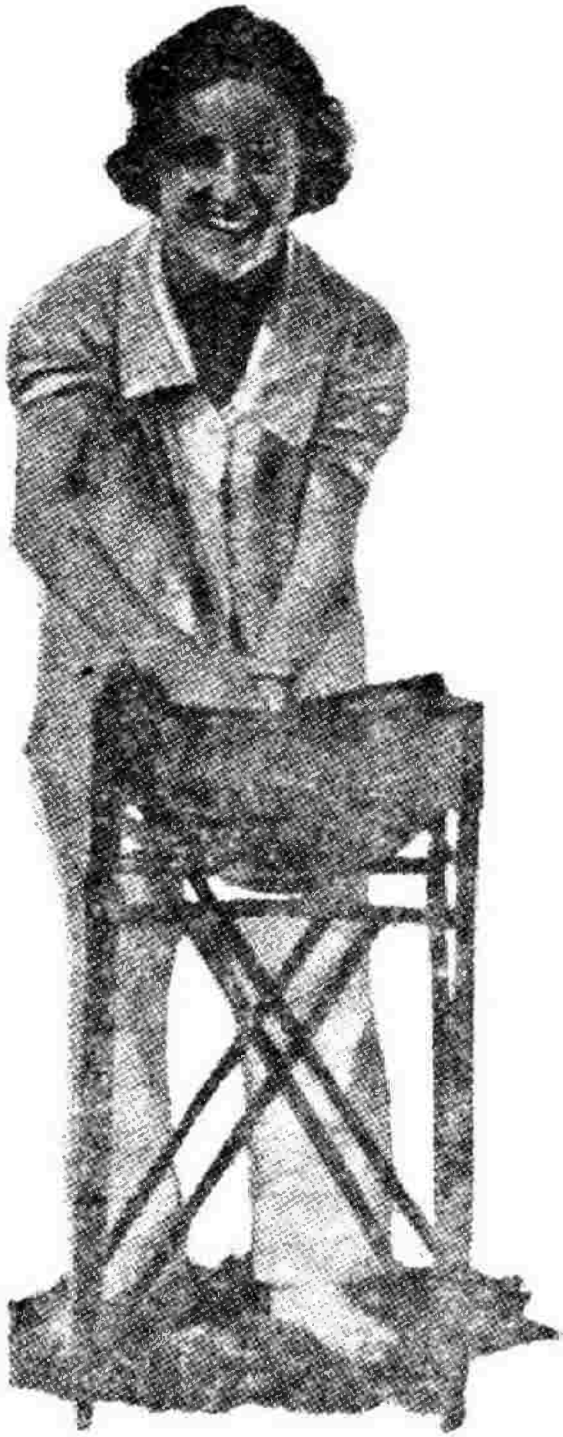
بلطة

جاروف

فاس
شاكوش ومسامير
أعلام
صندوق اسعاف
مصاييح وشمع
بوصلة وخريطة
كبريت شمع
موقد بريموس
مكنسة وأدوات نظافة
فتاحة للعلب ومطواة متعددة الأسلحة

أدوات الطبخ والطعام

أواني الطبخ (حلل)
أطباق وأكواب
شوايات
ملاعق وشوك وسكاكين
شاش لتغطية الطعام



(شكل ٦)

صابون ولوف

تراييزات سفريه

مقاعد سفريه

فوط

جردل قماش

طشت للغسيل من القماش

وحماله له (شكل ٦)

أواني زجاجيه صغيره

(برطمانات)

فنتاس مياه من القماش

ترموس

أدوات الرياضة والتسلية

مضارب

كرات

عصى

صفارات

شباك للفولى بول وكرة السلة

راديو أو جراموفون

ثانياً - الأدوات الشخصية

أدوات النوم

سرير سفرى
بطانيات أو كيس نوم
مخدات ومراتب (تفضل التى تنفخ بالهواء)
ملاعات وناموسية
ملابس النوم
روب

للخروج والرياضة

بدلة كاملة وبنطلون فائلة وشورت
قميص (٣ على الأقل) ورباط رقبة
جوارب (٤ أزواج على الأقل)
أحذية خفيفة وعادية
سترة صوف (جرسى)
قبعة خفيفة ونظارة شمس
غياران داخليان على الأقل
لباس بحر

للنظافة والتواييت

صابون للوجه والأيدي وصبابة

فوطه وجه وحمّام

كریم للشعر

فوطه لليد (اثنان على الأقل)

أدوات الحلاقة أو الماكياج (ويحسن استعمال الكريم

للحلاقة لأنه يغني عن الصابون)

فرشاة للملابس

مناديل يد (عشرة على الأقل)

لوفه

مشط وفرشاة ومقص ومرآة

فرشاة الأسنان والمعجون (ويحسن أن تكون الفرشاة

من النوع المنطوي ولها علبة خاصة)

شباشب خفيف وقبّاب

ورنيش وفرشاة للحذاء

متنوعات

أطباق وكوبه وفنجان وملعقة وشوكة وسكينه خاصة

كتاب ديني وكتب عامة

خريطة وبوصلة

شماعة يد للملابس (ثلاثة على الأقل)

أدوات خياطة

بطارية جيب

آلة تصوير وحامل لها وأفلام

ورق وأقلام وظروف وطوابع بريد

شنطة اسعاف

معدات ألعاب خاصة (أوراق اللعب - دومينو - نرد -

شطرنج)

هذا ويتلاحظ دائماً كتابة الاسم أو الأحرف الأولى منه

على جميع الأدوات الشخصية حتى لا تختلط بغيرها وهناك نوع

من الحبر لا يزول بالغسيل ويستعمل لهذا الغرض ويسهل الحصول

عليه من السوق .

كما يجب مراعاة عدم استعارة أى شيء من أدوات الغير

إلا برضاء صاحبها ولمدة لا تعطل على صاحبها الانتفاع بها كما

يحسن أن يعمل كل فرد على استكمال هذه المجموعة من الأدوات

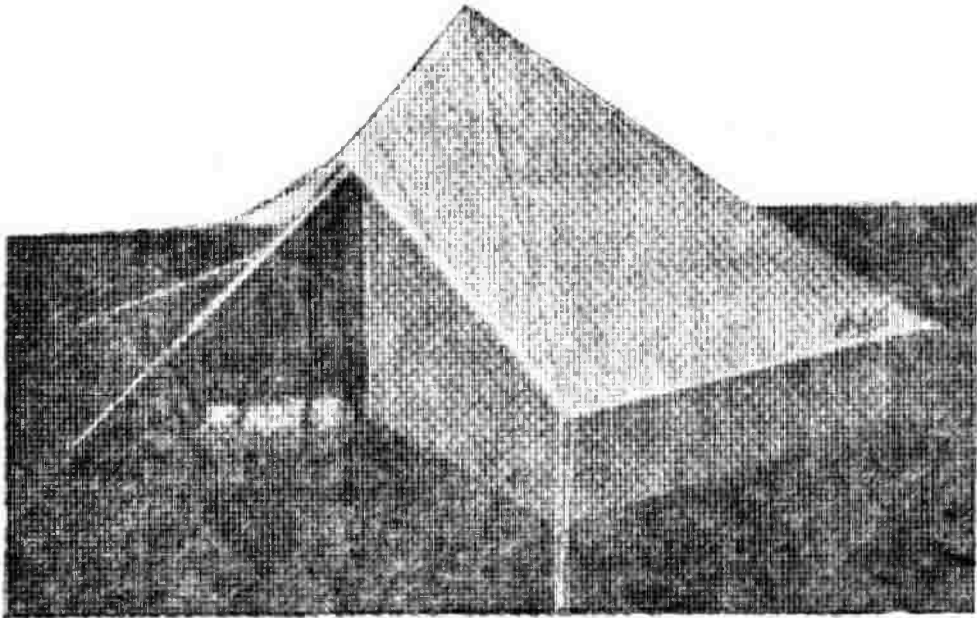
لنفسه .

الخيام

نذكر فيما يلي أكثر أنواع الخيام صلاحية للمعسكرات
الخلوية لتكون كمرشد لك عند الشراء .

الخيمة ذات العامود الواحد

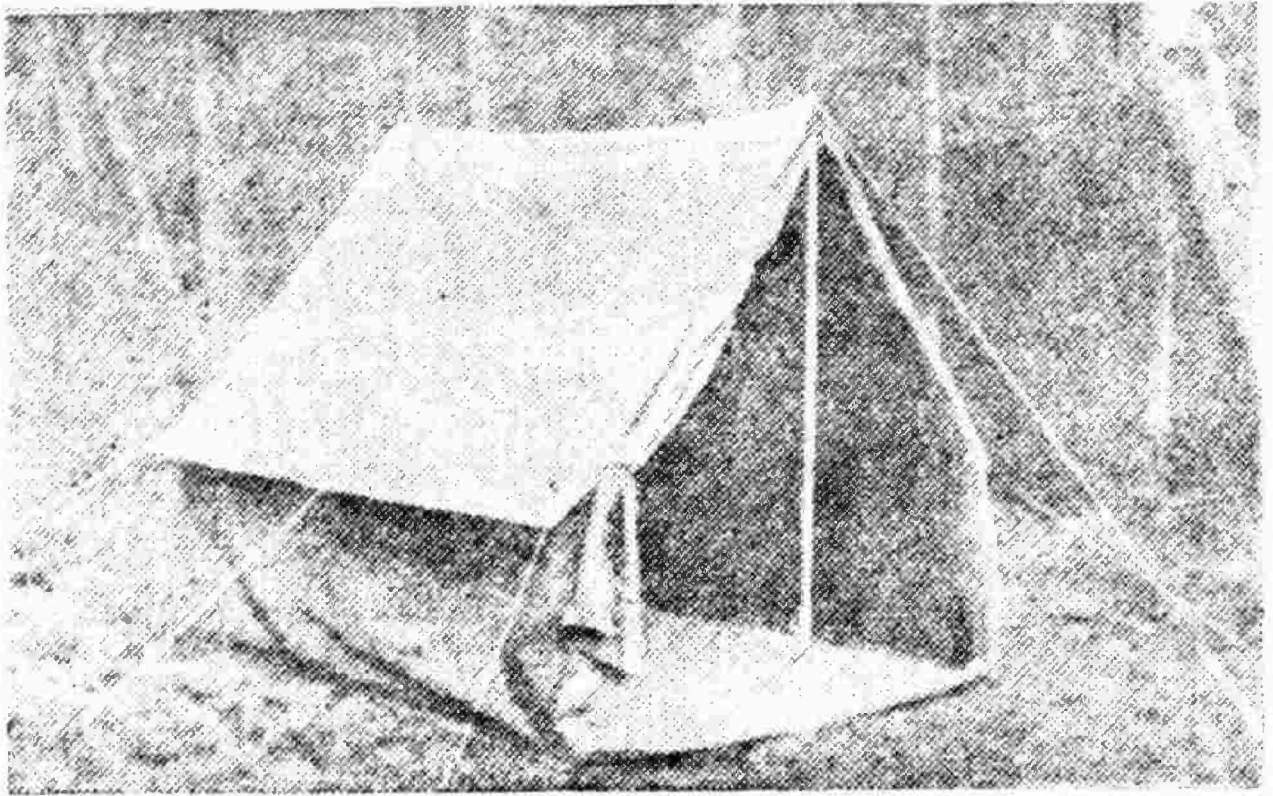
وهي عدة أنواع من حيث الشكل . وينحصر الاختلاف في
شكل القاعدة التي تكون أحياناً مستديرة وأحياناً أخرى مثنّية
أو مربعة أو مستطيلة . وأكثر هذه الأشكال شيوعاً وانتشاراً
هو الشكل المثنّى . وارتفاع العامود في هذه الخيمة من
١٢٠ - ١٥٠ سم ووزنها من ٢ - ٣ كيلو جرام وهي تتسع
لشخص واحد أو لشخصين (شكل ٧) .



(شكل ٧)

الخيام ذات الأعمدة المتعددة

أبسط هذه الأنواع هو المكون من عامودين وقطعتين من القماش للجانبين وأخريتين للمؤخرة وللقدمة . وارتفاع العامود عادة ١٢٠ سم ووزن الخيمة ٣ - ٤ كيلوجرام وتتسع لشخص واحد أو لشخصين حسب اتساعها (شكل ٨)



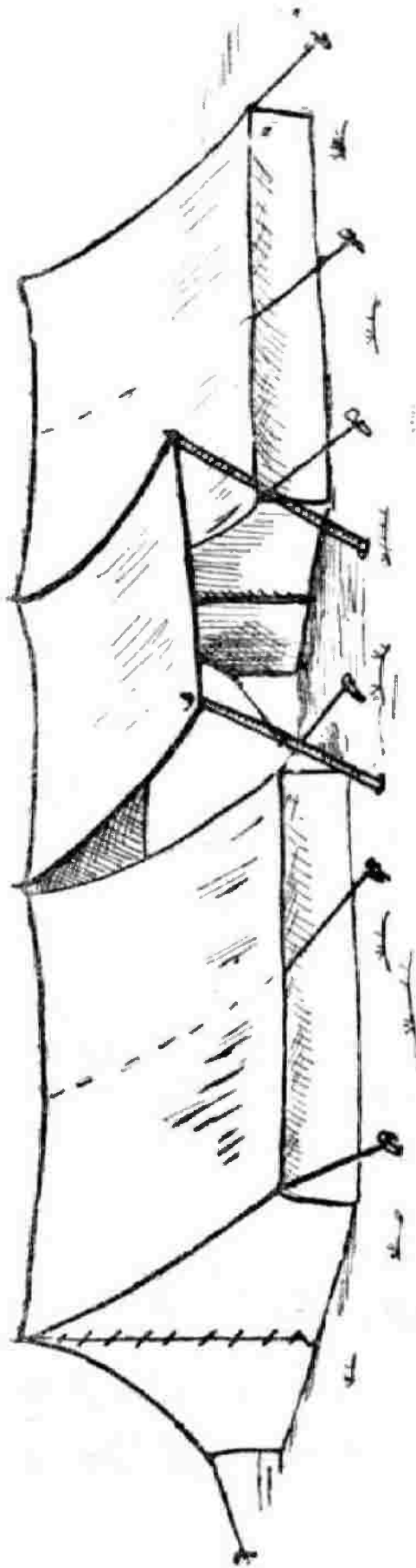
(شكل ٨)

ويمكن أن نبتمكر من هذا النوع ابتكاراً مفيداً يمكن الارتفاع به في حالة التوجه إلى المعسكر بالسيارة . وذلك بإقامة خيمتين من هذا النوع متقابلتين بالمواجهة أو بالمؤخرة ومتصلتان بسقف

مزدوج يشمل الخيمتين معا ، أو
 بقطعة منفصلة من القماش تغطي
 ما بينهما ، وفي أى من الحالتين
 يرفع القماش من المنطقة الوسطى
 ويركز فوق عامودين إضافيين .
 ويمكن استخدام هذا الجزء
 الجديد من الخيمة كحجرة للطعام
 وليلا كجراج للسيارة (شكل ٩) .

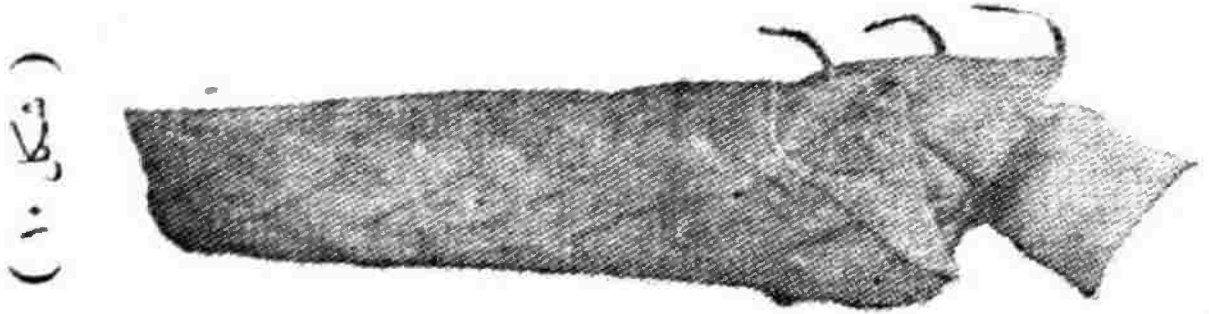
هذا وسواء كنت بمفردك
 أو معك زميل أو أكثر فيحسن
 أن تكون الخيمة ذات حجم
 كاف ، متينة الصنع ، خفيفة
 الوزن ، ذات سقف مزدوج ، كما
 يجب أن تكون سهلة التركيب
 لا تعقيد فيها . والحجم العادى
 الذى يتسع لشخصين هو ١٥٠ سم
 ارتفاعا ، و ٢٠٠ سم عرضا ومثلها
 طولا . ومتوسط الوزن فى هذه
 الحالة ٤ كيلوجرامات ، والثن من
 ٦ - ١٠ جنيهات .

(رطلا)



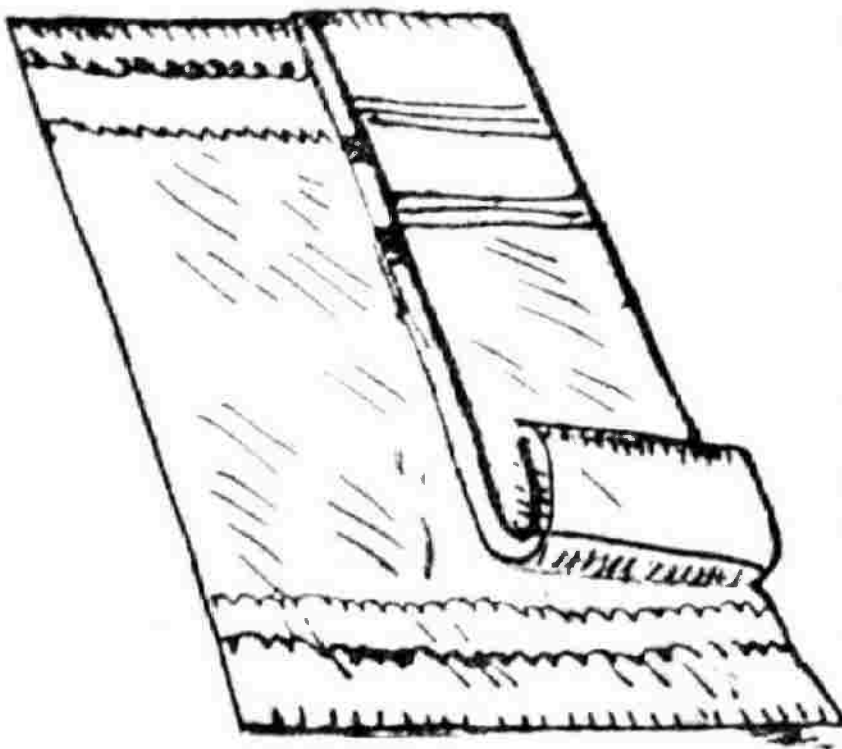
معدات النوم

وتتكون من جزءين مهمين : « المرتبة والغطاء » ، ويمكن الاستعاضة عن الأخير « بكيس النوم » ، ولا غنى عن هذا الكيس



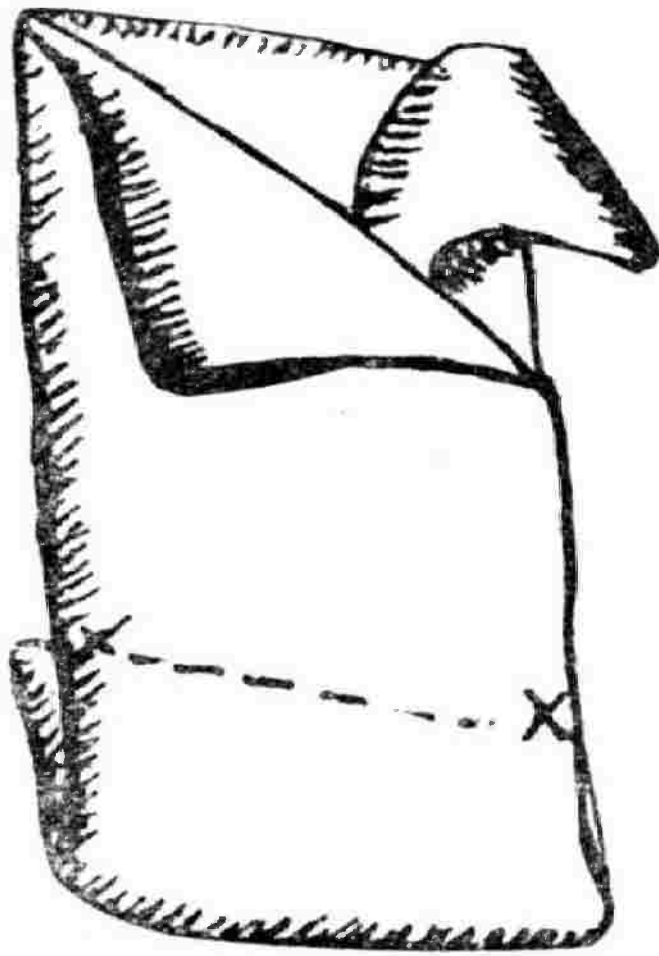
إذا كنت تتوقع أن يكون الليل شديد البرودة . والكيس يتكون من قماش قطني مضغوط مبطن بالبطانية والملاءة . ومتوسط وزنه

كيلوجرام واحد ،
وثمنه ٥ جنيهات .
(شكل ١٠) .



ويمكن الاستعاضة
عن الكيس باستعمال
بطانتين تفرد الأولى
منهما وتوضع فوقها
الثانية وهي مثنية كما
هو موضح (شكل
رقم ١١) ، ثم يطبق

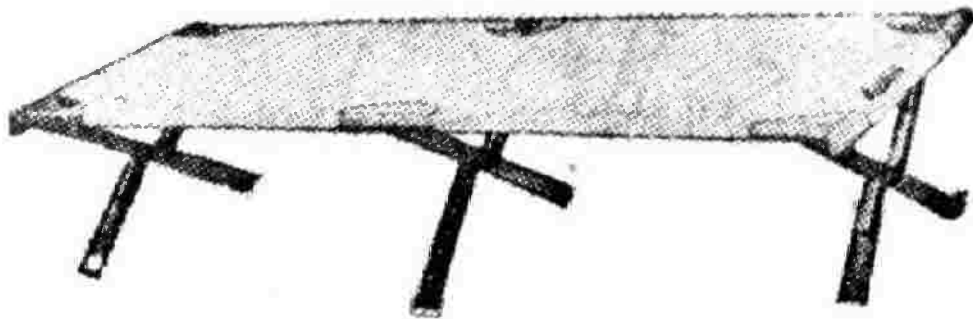
(شكل ١١)



(شكل ١٢)

طرف البطانية الأولى فوق
الثانية وتشبك أطرافها
بدبايس أمن طويلة في
المواضع المؤشر عليها بعلامة
(X) في الشكل رقم ١٢ .
والسرير السفرى لا يستعمل
عادة إلا في المعسكرات
المتوسطة والثقيلة ، وهى التى
يشارك فيها أفراد عديدون .

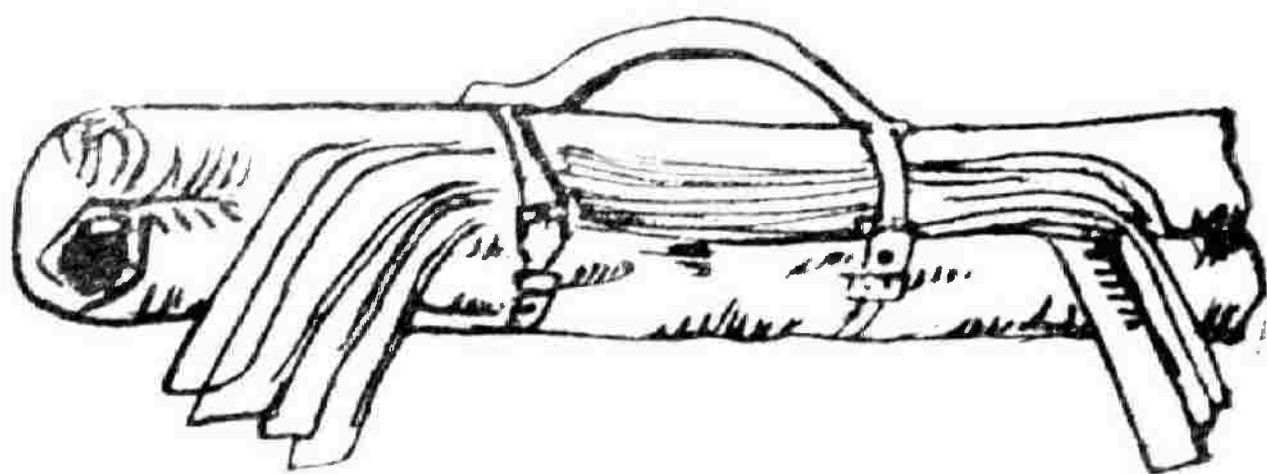
ويبلغ وزن السرير حوالى ٨ كيلوجرامات ، وثمنه يتراوح بين
جنهين وثلاثة (شكل ١٣) .



(شكل ١٣) سرير سفرى مفرد

وللسرير عادة كيس خارجي خاص به (شكل ١٤) .

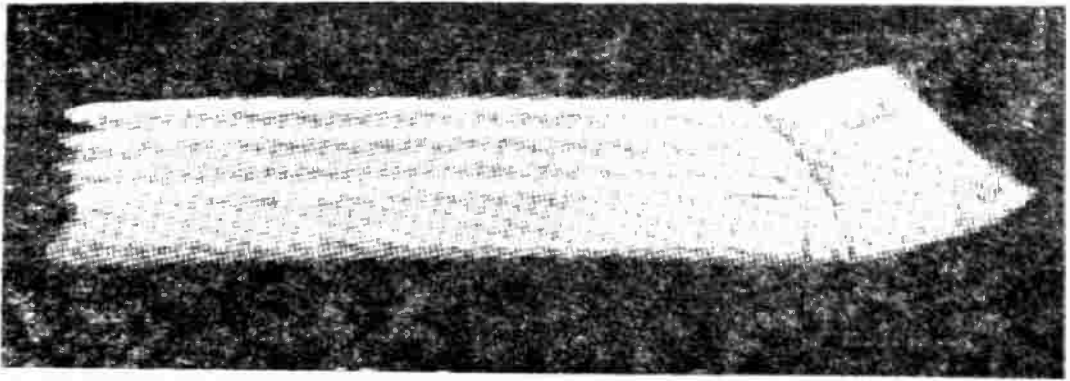
أما المراتب فأفضل أنواعها هي المرتبة الهوائية وخصوصا إذا لم تستعمل السرير السفري . ويتراوح وزنها بين ربع كيلو جرام و كيلو جرامين ، وهي مرتفعة الثمن نوعاً (حوالى خمسة جنيهات)



(شكل ١٤) سرير سفري محزوم

وقليلة الوجود في السوق في الوقت الحاضر . هذا ويتلاحظ عدم نفخ المرتبة الهوائية إلى درجة كبيرة وإلا كنت عرضة للانحلاق من فوقها عند التقلب أثناء النوم . والأساس في درجة نفخها أنه عند ما تجلس عليها يجب أن تشعر بلامسة سطح الأرض في حين أنك لو استلقيت عليها يقل الضغط ويتوزع على سطحها فتشعر بقدر أكبر من الراحة . ومن ميزات تلك المرتبة أنها تمنع الرطوبة

الأرضية في حالة عدم استعمال السرير (شكل ١٥) .



(شكل ١٥) مرتبة هوائية منفوخة

وإذا استغنيت عن هذا النوع من المراتب فيجب ألا تنسى الاحتياط ضد رطوبة الأرض وذلك بفرش بجادة عازلة ، أو طبقة من ورق الجرائد أو من القش الجاف على أرضية الخيمة . وإذا كان انتقالك إلى المعسكر بالسيارة فيفضل أن تحمل معك سريراً سفيرياً ، وفي هذه الحالة تستعمل له مرتبة خفيفة من النوع المنطوى ، كما يمكن الاستعاضة عنها بقطعة أو قطعتين من الفرو السميك . وإذا كان من ضمن أفراد المعسكر أطفال صغار — أى أقل من الخامسة — فهؤلاء يحتاجون إلى ترتيب خاص . وأفضل الوسائل لنومهم هي الأرجوحة وتصنع من الشبك المتين وتشد بين عامودي الخيمة . وقد يصلح لهذا الغرض سبت مناسب الحجم من الجريد يبطن بالفرش اللازم .

وفي الشكل رقم ١٦ تجد مجموعة من الأدوات السفرية عبارة
عن سرير سفرى ، وكرسى سفرى بمسند وآخر بدون مسند ،



(شكل ١٦)

وغلاية للماء من نوع « الفلكانو » ، وهى تتكون من اسطوانتين
متداخلتين من الألومنيوم مملوئة فى القمة وفى أسفل فينشأ
بذلك فراغ له فوهة للملأ ، ويمكن إيقاد النار لتسخين الماء داخل
الغلاية باستعمال كرات من الورق والقش الجاف تلقى خلال القمع
من أعلاه .

أدوات المطبخ والتجهيزات الخاصة به

أول ما يجب الاهتمام به هو دراسة طرق الوقود لاختيار المناسب منها ، فاستعمال الخشب مثلاً أو الفحم طريقة غير عملية كما أنها قذرة . ومواقد الكحول تمتاز بخفة الوزن ، وسهولة الإيقاد ، وسرعة الاستعمال كما لا يخشى عطلها ، ولكنها في الوقت نفسه كثيرة الاستهلاك وضعيفة الحرارة . أما مواقد البنزين فهي أكثر اقتصاداً ، وتنتج حرارة أقوى وأكثر نظافة . وهي أنواع عديدة منها البريموس والرادايوس والأوبتيوموس وغيرها كما أنها ذات أحجام مختلفة .

وفيما يختص بالأواني فهي الأخرى ذات مجال واسع للاختيار . فالمصنوع منها من الألومنيوم يمتاز بخفة وزنه ، كما يمكن وضعه فوق النار ، غير أن العناية به ونظافته أكثر صعوبة من الأواني المعدنية الأخرى التي يمكن أيضاً وضعها على النار ، كما أنها سهلة التنظيف غير أنها ثقيلة الوزن . أما الأواني المصنوعة من البلاستيك فهي خفيفة الوزن سهلة التنظيف ولكنها لا توضع على النار . وعلى ذلك اختر لنفسك من هذه الأنواع الثلاثة ما يناسبك . ويتوقف حجم المطبخ بصفة عامة على عدد الأفراد ، ووسيلة الانتقال للمعسكر ، ومدة الإقامة به .

الطعام

أهم ما يجب مراعاته في تحضير الطعام هو أن يكون بسيطاً للغاية . ويحسن أن يعمل ترتيب نوبتجية بين أفراد المعسكر فيقوم كل منهم بالدور بعملية الطهي . وهذه الطريقة كثيراً ما تظهر بعض الكفاءات المستترة ، كما أنها كثيراً ما تبعث على المرح (شكل ١٧) .



(شكل ١٧) يقبل المعسكرون دائماً على الطعام الذي صنعهوا بأيديهم بشهية شديدة زادت بها العوامل الصحية المتوفرة في المعسكر .

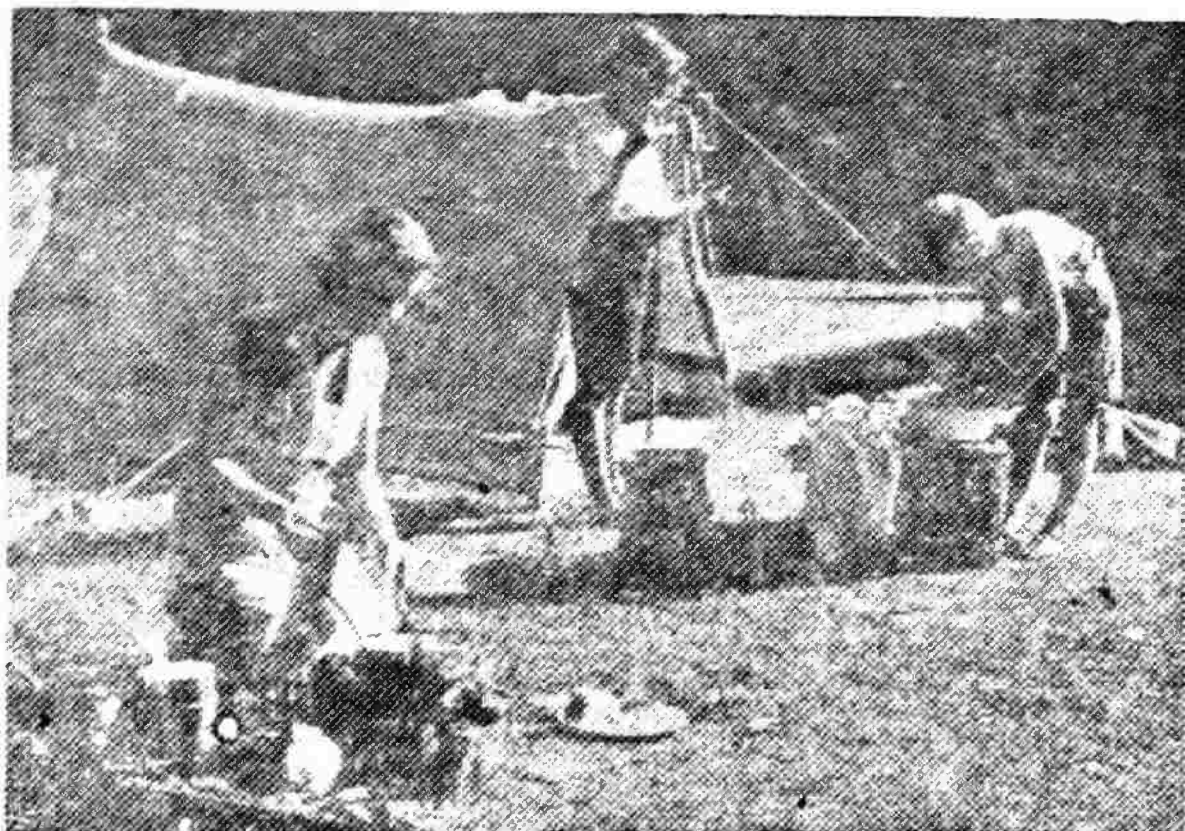
غير أنه فيما يختص بالنظافة وغسل الأواني فيحسن أن يتعاون الجميع معاً بما في ذلك الأطفال إن وجدوا .

ويحسن أن يقوم بعض أفراد المعسكر بزيارة أولية للموقع إذا كانت الرحلة التي سيقومون بها لهذا المكان هي الأولى كما يحسن عدم الاعتماد على معلومات الغير في هذا الصدد . وأثناء القيام بزيارة كهذه يجب أن تتخيل الموقع في أسوأ الحالات والصعوبات ثم قابل بعض السكان القريبين للاستفهام منهم عن أسهل طرق المواصلات إليه واعرف منهم عناوين المحال التجارية القريبة ثم اعمل رسماً تخطيطياً للموقع مبيناً به جميع المعلومات .

ويحسن أن تحضر قوائم الطعام قبل إقامة المعسكر للتمكن من تقدير الكميات اللازمة للتخزين والتي ستشترى محلياً .

ويجب أن تلتق مشكلة الطبخ — ولو أنها ليست مشكلة في الواقع — أكبر قسط من الاهتمام وأن تفكر فيها قبل القيام للمعسكر . هذا وإذا كان الأفراد المشتركون من الجنسين فإن المهمة تسهل كثيراً عند توزيع الأعمال (شكل ١٨) .

كما يجب عمل الترتيبات اللازمة لمقاومة الذباب بعمل مصائد خاصة له أو استعمال المضخة النافثة لمسحوق الددت . كما يجب الاعتناء التام بشئون النظافة العامة .



(شكل ١٨) منظر لمعسكر عائلي خفيف وترى الأم تجهز طعام
الافطار بينما الأطنال يغتسلون .

ويحسن أن تجهز دائماً كمية من الماء الساخن لاستعمالها في
نظافة الأواني . ويستخدم شاش عادي لتحفظ فيه المأكولات
القابلة للتلف كالزبد ، كما يوضع اللحم في قماش مرطب وإن كان
من المستحسن عدم شرائه إلا وقت الحاجة إليه .

وتخصص عادة خيمة خاصة في المعسكرات الكبيرة كمخزن
للبنون وتراعى العناية التامة بها .

- وفىما يلى النقط العامة التى يجب مراعاتها فى عملية الطهى :
- ١ — كن تام النظافة دائماً سواء فى شخصك أو فى الأدوات التى تستعملها .
 - ٢ — لا تلتق بالفضلات إلا فى المكان المخصص لها ، ويجب عدم إغفال تغطيتها طول الوقت .
 - ٣ — لا تأكل أثناء طهى الطعام .
 - ٤ — ركز اهتمامك فى عملية الطهى ، واعلم أنك إذا تهاونت فيها ففساد الطعام لن يعود عليك وحدك بل على جميع رفاقك فى المعسكر .
 - ٥ — لا تلتق بالمياه الزائدة أرضاً بل فى الإناء المخصص لها ثم تنقل إلى الحفرة المعدة لها والتى يجب أن تكون مغطاة دائماً .
 - ٦ — يحسن أن يكون فى المعسكر كتاب مبسط فى الطهى .
 - ٧ — عند تحضير قوائم الطعام مقدما كما أشرنا يجب ملاحظة أكبر قدر من التنويع كما يجب تلافى الطعام المحفوظ فى العلب بقدر الإمكان .
 - ٨ — يجب أن تكون المياه المستعملة فى الطهى فى نظافة مياه الشرب تماماً .
 - ٩ — لاحظ أن الإقامة فى المعسكر تحتاج إلى كمية أكبر من الغذاء وبالتالى إلى كمية أكبر من الطاقة الحرارية .

١٠ - تجنب بقدر الإمكان التيارات الهوائية أثناء الطهي لتلافي وصول الغبار إلى الطعام كما يجب ألا تترك أى إناء مكشوفاً وأن يكون نقل الطعام من المطبخ إلى المطعم فى آنية مغطاة .

صندوق الاسعاف

من المستحسن بعد الوصول إلى المعسكر أن يقوم أحد الأفراد بالاستعلام من السكان عن مقر أقرب طبيب وصيدلية وفى الوقت نفسه يجب أن يحتوى صندوق الاسعاف على الأدوات الآتية بعد على الأقل : —

رباط شاش بمعدل رباط واحد لكل شخصين
كمادة شاش بمعدل واحدة لكل أربع أشخاص
أنبوبة أسبيرين
قطن طبي بمعدل ٥٠ جرام لكل شخص
زجاجة بها مركروم
زجاجة أيودكس
مرهم ضد لدغ الحشرات
شريط مشمع لصق (ويصلح لأغراض أخرى)
ترمومتر

دبايدس أمن
مرهم زنك و مرهم بوريت
ملين

زجاجة قطرة وقطارة
مسحوق التلك
أنبوبة مرهم سلفانا

الاضاءة

في حالة المترجل أو راكب الدراجة أو القارب فأفضل ما يستعمل للاضاءة هو الشمع . ويتلاحظ في هذه الحالة تثبيت الشمعة في طبق صغير منعاً لتلوث المفارش والسجاد بنقط الشمع كما يمكن استعمال فانوس خاص توضع الشمعة في داخله . ويمكن أيضاً استعمال المصباح الهوائى الصغير الحجم وإن كان عيبه الوحيد إنك ستعطر لخل ما يلزم له من البترول أو البنزين في حقيبتك .

ومن الوسائل السهلة العملية استعمال بطارية الجيب وإن كان عيبها إنك لا تستطيع تركها مضاءة لمدة طويلة . أما إذا كان السفر بالسيارة فالمهمة تصبح أكثر سهولة إذ

يمكن حمل المصاييح الهوائية أو مصاييح الاسيتيلين كما يمكن استخدام مصاييح السيارة الكاشفة بعد توجيهه مقدماً نحو الخيام. وفي جميع الحالات يحسن عدم الإضاءة خارج الخيام لمنع تجمع الحشرات كما يجب أن تكون بطارية الجيب في متناول يدك دائماً في أى وقت من الليل .

مثال لمعسكر خفيف لثلاث أنفار مزمعين

المعدات	الوزن بالكيلو	التكاليف
<u>المسكن</u>		مليم جنيه

١ خيمة	٥٠٠	٥	{	٠٠٠	٦
١ سجادة الأرضية	٥٠٠				

معدات النوم

٣ مرتبة هوائية	٣	٠٠٠	{	٠٠٠	١٨
٣ أكياس للنوم	٣	٠٠٠			

المطبخ والملابس

	٢	٥٠٠	١	موقد
	١	٠٠٠	٣	أواني للطبخ (حلل)
		٦٠٠	٦	أطباق
		٦٠٠	٤	علب لحفظ المواد
٧	...	٥٠٠	١	ترموس
		١٠٠	١	قربة ماء
		١٠٠	١	شبكة للمأكولات
			٣	غيار داخلي وبيجاما
	٣	٠٠٠		وشبشب وصندل

الصحة والتواليت

		٤٠٠		مجموعة أسعاف
٢	...	٩٠٠		مجموعة تواليت

متنوعات

١٠ ٠٠٠	{	٤٠٠	بطارية وشمع
		٤٠٠	مجموعة خياطة
		٤ ٥٠٠	٣ حقيبة ظهر
		٦ ٠٠٠	مأكولات

الجملة ٣٣ ٠٠٠ ٤٣ ٠٠٠

وبذلك يخص كل فرد من المحمولات ١١ كيلو جرام .

مثال لمعسكر متوسط الخمسة أفراد (الانتقال بالسيارة)

تقسم المهمات بنفس الطريقة السابقة غير أن وجود السيارة يسمح بأخذ عدد أكبر من المعدات وخصوصاً معدات الراحة مثلاً يمكن أخذ السراير السفرية والكراسي والمناضد. والمجموعة المكونة من منضدة وخمس كراسي تتكلف حوالى خمسة جنيهات . وإليك مجموعة كاملة لمعدات معسكر من هذا القبيل : —

١ — خيمة طراز كندی ارتفاعها متران وعرضها متران
ونصف وعمقها ٣ أمتار بسقف مزدوج وسجادة

جملة التكاليف ٢٠ جنيا

٢ — ٥ سراير سفرية ١٠ جنيات

٣ — ٥ أكياس للنوم ١٠ د

٤ — موقد أيروجاز مزدوج ٢ د

٥ — منضدة وخمس كراسي ٥ د

٦ — خزان ماء معدني ٢ د

٧ — مهمات أخرى ١١ د

الجملة ٦٠ جنيا تقريبا



اختيار الموقع

هذه الناحية من أهم النواحي التي تتعلق بالإقامة في المعسكرات ويجب أن تعطى نصيباً كبيراً من التفكير قبل الشروع في السفر . ومما يجب ملاحظته أنه كلما كان الموقع قريباً من المدينة التي تقيم فيها كلما قلت تكاليف السفر والنقل كما أن اختيار الموقع يتوقف على مدة الإقامة وعلى هذا الاختيار يتوقف نوع المعدات التي تأخذها معك ومقدارها .

والمشاهد أننا في مصر نفضل دائماً المواقع القريبة من الشواطئ ولعل السبب في ذلك أننا لا نقوم بهذه الرياضة الجميلة إلا في فصل الصيف وخلال الأجازات الطويلة السنوية فمن البدهى أن نفر من حر المدينة وجوها الخانق صيفاً إلى جو السواحل البديع . ولكن الواقع أن في مصر مواقع لا تعد ولا تحصى تصلح لإقامة المعسكرات عليها في كل فصل من فصول السنة كما أن كلا منها غني بالمناظر الجميلة ووسائل الهدوء والرياضة .

وبدهى أن المسافر المترجل لن يجد صعوبة كبيرة في اختيار المكان الذي ينوي الإقامة فيه ليلة أو ليلتين في حين أن المسافر الذي ينوي إقامة معسكر كبير لتمضية أجازة طويلة يجب أن

يفكر كثيراً قبل السفر خصوصاً للتأكد من كيفية الحصول على التصريح اللازم من الجهات المختصة لإقامة المعسكر .

✧ وإذا كان المكان المختار ستنذهب إليه لأول مرة فمن الضروري أن تدرس موقعه جيداً على الخريطة لتعرف منها :

- ١ - إذا كان بالمكان مزروعات أو أشجار
- ٢ - إذا كان بالقرب منه مجرى أو منبع ماء عذب
- ٣ - مقدار ارتفاعه أو انخفاضه عن سطح البحر
- ٤ - قربه من المدن والقرى ومحطات السكة الحديد

ومع ذلك فلا يجب الاقتصاد على الخريطة بل يجب الاسترشاد بمعلومات من يكون قد سبقك إلى الإقامة فيه وعلى العموم يحسن أن تذهب بنفسك قبل نقل المعدات لاستكشاف المكان كما أسلفنا القول .

وأهم النقاط التي يجب أن تراعى توافرها في الموقع الصالح هي :

- ١ - المياه - أن تكون بكمية وافرة وصالحة للشرب والاستحمام وقريبة المنال .

- ٢ - الأرض - يراعى فيها أن تكون :

ذات مساحة مناسبة

جافة

مستوية

بعيدة عن المستشفيات

خالية من الحشرات

تفضل الأرض الخضراء

تجنب المواقع المنخفضة خصوصاً في الصحراء

٣ - المناخ - يلاحظ أن يكون غير قاري (لأن الرطوبة

تزيد من القابلية للأمراض) وأن يكون

محمياً من الرياح بالأشجار أو المرتفعات

٤ - ليكن الموقع على بعد مناسب من قرية أو مدينة ولكن

لا تقترب منها كثيراً .

٥ - في المناطق الساحلية ابتعد عن الشاطئ بنحو ربع كيلومتر

على الأقل .

٦ - إذا كان الموقع على حافة ترعة أو نهر فابتعد عن الحافة

بما لا يقل عن ٢٠ متراً .

٧ - لا تختار مكاناً على حافة منحدر مهما كانت المناظر المحيطة به جميلة .

٨ - أفضل الأراضي ما كانت مغطاة بالحشائش أو حتى

بالأوراق الجافة . وتجنب الأرض المغطاة بالحصى

والأشواك وإن وجدت فأزلهما .

٩ — الأرض الرملية عادة غير مريحة ولكن لا حيلة لك في ذلك إذا كان المعسكر في الصحراء . وأفضل الأماكن بصفة عامة وخصوصاً للبتدئين هي الشواطئ الغير مزدحمة والارياف . هذا وإذا وجدت بالمكان تسهيلات خاصة للسياحة والاستكشاف فلا تغفل درجتها في برنامج الإقامة .

إقامة المعسكر

متى استقر الرأي نهائياً على المكان الذي سينشأ به المعسكر فبادر بالاتصال بالجهات المختصة للحصول على التصاريح اللازمة للإقامة . ثم قم باعداد برنامج شامل للإقامة وبرنامج آخر تفصيلي للحياة اليومية بالتشاور مع جميع أفراد المعسكر كما سبق الذكر . وأول ما تفعله عند الوصول إلى المكان هو تحديد البقعة الملائمة لإقامة الخيام فوقها ثم تهيئتها بإزالة الحصى والأحجار والأشواك إن وجدت . ثم خطط المكان الذي ستقيم فوقه الخيام بحيث تراعى في ذلك اتجاه الرياح والشمس . وفي مصر نجد أن الرياح تهب في الغالب شمالية أو شمالية غربية وهي ميزة كبيرة إذ تجعل مدخل الخيمة أو مؤخرها متجهاً إلى الشرق وجانبيها للشمال والجنوب فتتلقى بذلك أشعة الشمس المفيدة وتتجنب التيارات

الهوائية الضارة . وتجنب وضع الخيام في مواجهة بعضها البعض وأحسن وضع لها أن تكون جنباً إلى جنب مع ترك مسافة لا تقل عن خمسة أمتار بين كل خيمة وأخرى . وعندئذ يمكنك أن تشرع في إقامة الخيام .

وفي هذه الأثناء توجه عناية عاجلة لاختيار أماكن المراحيض وحفر الغسيل بعد التأكد من وقوعها تحت مهب الريح بالنسبة للخيام أى توضع في الجهة الجنوبية الشرقية وعلى بعد أكثر من ٥٠ متراً كما يجب ألا يعارض هذا الوضع مع وجوب بعدها عن مصادر مياه الشرب بما لا يقل عن ١٠٠ متر .

ومتى تمت عملية إقامة الخيام جميعها وحفر حُفَر الترشيع للياه الفاسدة وحفر المراحيض يجب أن يتحول الاهتمام إلى الأمتعة الشخصية وتجهيزها .

وفي جميع الأحوال التي يكون فيها الموقع قريباً من المدن أو القرى يجب أن تهتم بمجرد الانتهاء من تنظيم الموقع بالتوجه إلى أقرب مركز للبوليس وتخطرهم بوصولك كما تقدم لهم كل البيانات الخاصة بعدد أفراد المعسكر وبمدة الإقامة .

الحياة في المعسكر

إن الإقامة في الهواء الطلق ستعلمك أن تنام مبكراً وتستيقظ مع صيحات الديكة — إن وجدت — لتكون في استقبال أول أشعة الشمس الصباحية .

وتخصص فترة الصباح الباكر عادة للهمام الضرورية كالنظافة الشخصية وتهوية الخيام (شكل ١٩) وترتيب شئون الطعام والمياه إلى غير ذلك . فلتبدأ إذن بعمل التواليت الشخصى ثم تجهيز الشاى وطعام الإفطار وهو فى العادة خفيف ولكنه مغذ . مثال ذلك الشاى واللبن والبيض المسلوق والزبد والجبن والفاكهة . واجتهد أن يكون تناول الطعام دائماً فى الهواء الطلق وإن كان من الواجب أن تحترس من التعرض للشمس مدة طويلة قد تسبب لك ضرراً .

وبعد الانتهاء من رياضة الصباح ابدأ بتجهيز طعام الغذاء الذى يتكون من اللحوم والخضروات مع مراعاة البساطة فى الطهى ثم الفواكه والقهوة .

وتخصص فترة بعد الظهر للراحة ثم للألعاب والرياضة كالمشى والكرة والسباحة والتجديف وصيد السمك . ويمكن



(شكل ١٩)

للسيدات أن يلجأن إلى ظل الأشجار للتسوية بأشغال الإبرة .
وقبل حلول الظلام يمكنك الانتقال إلى أقرب الأسواق
للتموّن بما يلزم للمعسكر في اليوم التالي . وهذه العملية يجب أن
تؤدي بقصد الاستفادة من المشي من المعسكر إلى السوق وبالعكس
علاوة على الغرض الأساسي منها .

وبعد العودة قم بتجهيز طعام العشاء وهو يتكون من الخضر
والسمك والجبن وما قد يكون باقيا من طعام الغذاء والفاكهة .
وبعد الانتهاء من تناول العشاء يجتمع أفراد المعسكر أمام
الخيمة الرئيسية في ضوء القمر أو الضوء الصناعي ويبدأون في
السمر إلى أن يغزو النوم أجفانهم .

وإذا كان أفراد المعسكر كثيرين — أكثر من ثلاثة مثلاً —
فيحسن تقسيم الواجبات التي يتطلبها المعسكر فيما بينهم . وأهم هذه
الواجبات هي :

مخزنجى — ويقوم بشراء المؤن والتحفظ على المخزن
الخاص بها وتنظيمه .

ط — اه — القيام بتجهيز الطعام وقد يلزم الأمر تعيين
اثنين لهذا الواجب أو تعيين مساعد للطاه
مراقب صحى — للإشراف على الشؤون الصحية في المعسكر
وخصوصاً عملية حرق الفضلات وردم الحفر
وحفر أخرى جديدة كما يقوم بالإشراف
على صندوق الاسعاف واستخدامه .

حارس — لحراسة المعسكر أثناء تغيب باقى الأفراد
في رياضتهم اليومية .

وفيما يلي أنموذج لبرنامج يوم واحد في حياة المعسكر :

<u>الوقت</u>	<u>العمل</u>
٦ ٠٠ —	استيقاظ
٦ ٠٠ — ٦ ٣٠	التوايت الشخصي وتناول الشاي
٦ ٣٠ — ٧ ٠٠	تجهيز الخيام وتعريض الفرش للشمس
٧ ٠٠ — ٧ ٣٠	رياضة جماعية
٧ ٣٠ — ٨ ٣٠	افطار
٨ ٣٠ — ٩ ٣٠	نشاط حر
٩ ٣٠ — ١٠ ٣٠	رياضة أو استحمام أو استكشاف
١٠ ٣٠ — ١١ ٠٠	راحة وترتيب الخيام
١١ ٠٠ — ١٢ ٠٠	استحمام
١٢ ٠٠ — ١٣ ٠٠	راحة وتجهيز طعام الغذاء
١٣ ٠٠ — ١٤ ٠٠	تناول الغذاء
١٤ ٠٠ — ١٦ ٠٠	راحة ونوم
١٦ ٠٠ — ١٧ ٠٠	ألعاب واستحمام
١٧ ٠٠ — ١٨ ٠٠	تناول الشاي وسمر
١٨ ٠٠ — ١٩ ٣٠	نشاط حر واتموين لليوم التالي وتجهيز العشاء

١٩٣٠ - ٢٠٣٠ تناول العشاء

٢٠٣٠ - ٢٢٠٠ سمر

٢٢٠٠ - نوم

ويمكن عمل ترتيب خاص للقيام برحلات من وقت لآخر
للأماكن القريبة التي تستحق الزيارة .

تقاليد المعسكرات

الواقع أنه لا يوجد قانون موضوع للعسكرات والمعروف
من القواعد الخاصة بذلك يعتبر في حكم التقاليد العرفية وإن
كانت لا تقل أهمية عن القوانين الموضوعية . وسنورد لك فيما يلي
أهم هذه التقاليد وبعض النصائح التي يؤدي اتباعك لها إلى نوالك
أكبر قسط من الفائدة والراحة طوال مدة إقامتك في المعسكر :

١ - لا تحط رحالك في أرض مهما كان شأنها دون الحصول على
تصريح سابق من المالك أو من الجهات المختصة كالعمدة أو
مأمور المركز أو البندر الخ . .

٢ - يجب ألا تنسى أن كل شبر من الأرض تقيم عليه هو ملك
الغير فيجب احترامه احتراما كلياً تاماً .

٣ - لا تترك المكان بعد انتهاء المعسكر إلا بعد أن تعيده إلى

نفس الحالة التي وجدته عليها قبل الوصول . ولا تتعدى
على الحقول المزروعة ولا تقطع الأشجار .

٤ — جميع الفضلات مهما كان نوعها يجب أن تدفن على عمق
كاف (١٥ سم تحت سطح الأرض على الأقل) أو تحرق .

٥ — لا تقيم المعسكر بالقرب من معسكر آخر مقام قبل وصولك .

٦ — لا تثر ضوضاء عالية أثناء الليل .

٧ — لاطف الأهالي القريبين من المعسكر واحترم شعورهم
يحبوك ويسارعوا إلى مساعدتك . واعمل على أن تترك
إقامتك في المعسكر أثراً طيباً في نفوسهم .

٨ — لا تذهب إلى القرية أو المدينة وأنت في ملابس المعسكر
الخفيفة .

٩ — راع الاحتراس التام عند إيقاد النار .

١٠ — راع شعور باقي أفراد المعسكر وتجنب المساس بها وليكن
سلوكك الشخصي مثلاً أعلا أمام الآخرين .

١١ — كن دائم المرح ولكن لا تبالغ في المزاح فإن ذلك قد
يؤذى مشاعر أي فرد من الجماعة .

١٢ — لا تترك باقي الجماعة لفترات طويلة لأن ذلك قد يشعرهم
بزهديك في التواجد معهم . وإذا كنت لا تميل إلى المجتمعات

فيمكنك أن تؤدي هذه الرياضة بمفردك .

١٣ — لا تظهر تأقفا من أى عمل يتفق الجماعة على إسناده إليك بل كن كريما فى خضوعك للأغلبية وليكن اهتمامك ظاهراً بشئون باقى أفراد الجماعة .

١٤ — اظهر ترحابا بالاشتراك فى جميع الألعاب أو النزعات التى يقرر القيام بها .

السُّورَة الحَمِيَّة

المياه

أهم موارد المياه هى الأنهار والآبار . وإذا كان المعسكر قريبا من قرية أو مدينة بها مياه جارية فستعمل أكياس جلدية خاصة (قرب) لنقل المياه منها إلى المعسكر وفى هذه الحالة يمكن عمل ترتيب خاص لاستئجار عامل من الأهالى لنقل الماء مرة أو مرتين فى اليوم نظير أجر يتفق عليه معه . ومعدل الماء اللازم للفرد الواحد فى اليوم يقدر بـلترين على الأقل للشرب ومثلها للطعام . أما مياه الاستحمام فتقدر حسب قرب مورد الماء وسهولة الاستيراد منه وحالة الجو .

وبصفه عامة تعتبر جميع مصادر المياه ملوثة حتى يتم تطهيرها

وإعدادها للاستعمال . وفي حالة استعمال مياه الأنهار نجد أنها تحتاج للترويق علاوة على التطهير . وأهم المواد المستعملة لترويق الماء هو المسحوق الخاص المكون من جزء واحد من كربونات الصودا وجزئين من سلفات الألومنيوم ويستعمل بمعدل ٢٠ جرام من المسحوق لكل متر مكعب من الماء .

وأفضل الآنية التي تستعمل لترويق الماء — في حالة عدم وجود فناطيس من الصاج أو الجلد — هو الزير . ويمكن الحصول عليه محليا من أقرب القرى للمعسكر . وهنا يجب ملاحظة العناية التامة بنظافة الزير يوميا باستعمال الفرشاة والصابون . هذا والزير يرشح الماء فقط ولا يعقمه ويجب عدم استعماله إلا بعد يوم أو يومين من شرائه . كما يجب ملاحظة عدم أخذ الماء من الأماكن الراكدة قرب الشاطئ ولكن من الأماكن التي يشتد فيها التيار .

ولتعقيم المياه يستعمل مسحوق التعقيم وهو مكون من ٨٠ ٪ من مسحوق قاصر الألوان و ٢٠ ٪ من الجير المطفى حديثا . ويجب أن يحوى هذا المسحوق ٢٥ ٪ على الأقل من الكلورين . ويستعمل بمعدل جزءين من المسحوق لكل مليون جزء من الماء . ويلاحظ في هذه الحالة ترك الماء لمدة نصف ساعة بعد وضع المسحوق المطهر قبل البدء في استعماله .

وهناك طريقة أخرى لتعقيم الماء وهي تستعمل إذا كانت كمية المياه لا تتجاوز ٥ جالوناً . وهذه الطريقة هي استعمال اقراص نسفيلد وهذه الاقراص على ثلاثة ألوان وطريقة استعمالها كالآتي :

- ١ — أذب القرص الأحمر في قليل من الماء وأضفه إلى الخزان .
- ٢ — أذب القرص الأبيض في قليل من الماء وأضفه للخزان ثم اتركه لمدة نصف ساعة فتجد أن لون الماء قد أصبح محمراً .
- ٣ — أذب القرص الأزرق وضعه في الخزان فيصبح الماء رائقاً وصالحاً للشرب .

وفي حالة الاضطرار لاستعمال مياه الآبار يجب عمل ترتيب إستحضار طلبة ماصة كابسة لهذا الغرض ويلاحظ أن تدق إلى عمق ٢ مترأ على الأقل وهو البعد الكافي للحصول على ماء نقي .

الفضلات

١ — القمامة

تجمع في أوعية مغطاة وتدفن في حفر مناسبة لا يقل عمقها عن ١٥ سم . وأفضل الطرق هي حرقها . ويتخذ لها مكان مناسب في أقصى موقع الجنوب الشرقي للعسكر .

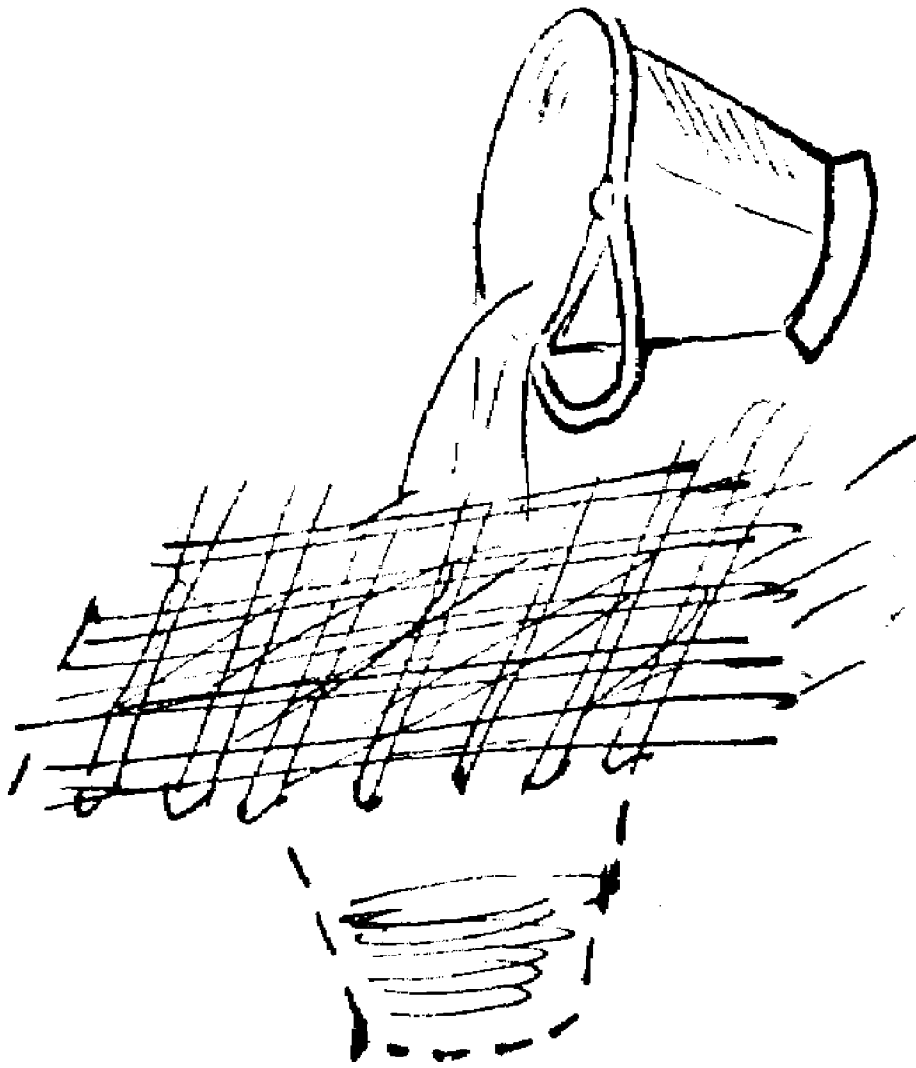
٢ - مياه المطبخ والحمام

يصعب تصريف هذه المياه عادة لاحتوائها على الكثير من المواد الدهنية والصابون . غير أنه يمكن التغلب على هذه الصعوبة باستعمال حفر الترشيح وهى عبارة عن حفر ابعاد الواحدة منها متر طولاً ومتر عرضاً ومثله عمقاً . ويلاحظ فى اختيار موقعها أن تكون فى أرض نضاجة غير صخرية أو طميية وألا يكون الماء فى جوفها قريباً من السطح . وبعد أن يتم حفر تلك الحفرة يوضع أسفلها طبقة من الأحجار الكبيرة الحجم تليها طبقة أخرى من أحجار أصغر حجماً ثم طبقة أخرى من الزلط حتى يصل ارتفاعها إلى بعد ١٥ سم من سطح الأرض ثم تغطى بطبقة من السبلة . وتكفى هذه الحفرة لمعسكر متوسط لمدة من أسبوع إلى أسبوعين (شكل ٢٠) . أما إذا طالت مدة الإقامة عن ذلك فيمكن تجهيز حفرة أخرى بعد عشرة أيام مثلاً من استعمال الحفرة الأولى .

هذا ويجب ملاحظة إبقاء الحفر دائماً مغطاة وذلك باستعمال لوح مناسب من الخشب أو قطعة من قماش الجوت . كما يحسن أن يرش على سطحها مادة مطهرة مرة كل يوم .

٣ - المراحض

إن التصرف
في الفضلات
الآدمية هو في
الواقع مشكلة
معقدة ولكنها
إن تقف حجر
عثرة في سبيل
الاستفادة من
حياة المعسكر
إلى أقصى حد
صحيا واجتماعيا.



(شكل ٢٠)

وليس في الاستطاعة في كثير من الأحيان حرق هذه الفضلات
وعندئذ يستعاض عن ذلك بطمرها في حفر . وطريقة ذلك احدى
الوسائل الآتية :

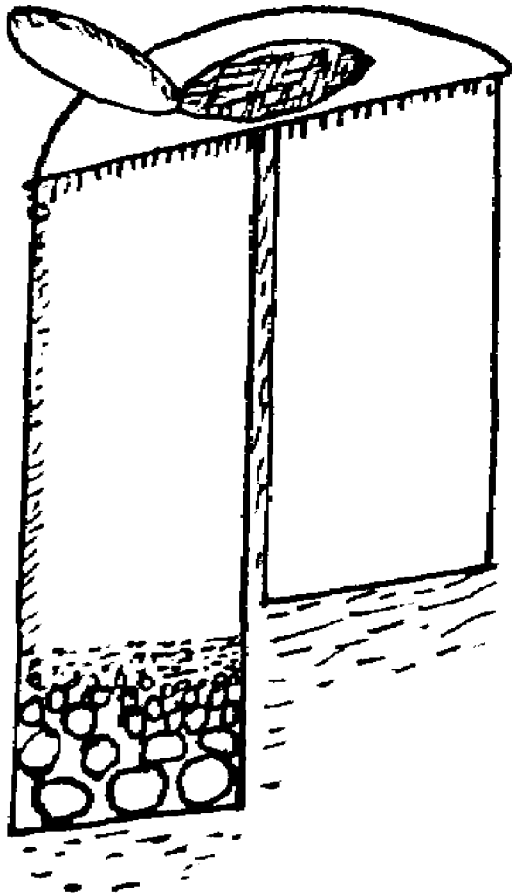
أولا - الخندق العميق وهو عبارة عن حفرة طولها ثلاثة أمتار

وعرضها متر وعمقها من متر ونصف إلى مترين .
وتستعمل في المعسكرات الدائمة .

ثانياً — الخندق الغير عميق وهو عبارة عن حفرة طولها متر
وعرضها ٣٠ سم وعمقها نصف متر . وتعمل عدة حفر
متجاورة حسب عدد أفراد المعسكر وتبعد الواحدة عن
الأخرى بنحو نصف متر كما يفصل بينها بحواجز قائمة
من القماش .

ثالثاً — استعمال الجرادل ونقل محتوياتها إلى حفر خاصة .
ولكن هذه الطريقة غير عملية في بحثنا هذا .
وأفضل هذه الوسائل لما نحن بصدده هي الطريقة الثانية
وسندخل عليها بعض التعديل مراعاة للراحة والنظافة ،
وذلك كالآتي :

تعمل حفرتان متلاصقتان كل منهما بحجم صفيحة البنزين
العادية ويمكن استعمال صفائح قديمة دون قاع لهذا الغرض .
وسنطلق على إحدى الحفرتين الحفرة الأمامية وعلى الحفرة
الأخرى الخلفية . ويلاحظ أن يكون عمق الحفرة الخلفية أكثر
من عمق الحفرة الأمامية بنحو ٢٠ سم تقريباً . ثم يوضع في هذا
العمق الإضافي بعض الأحجار ويعمل للحفرتين معاً غطاء واحد



من الخشب بوسطه فتحة بيضاوية
الشكل يقع نصفها فوق الحفرة
الأمامية والنصف الآخر فوق
الحفرة الخلفية ويعمل لهذه الفتحة
البيضاوية غطاء متحرك
(شكل ٢١) .

والغرض من الحفرة
الأمامية هو استقبال البول أما
الخلفية فللبراز . وفي نهاية اليوم
يلقى بقليل من البنزين أو البترول

(شكل ٢١)

فوق الحفرة ويوقد وبذلك تحترق الفضلات . ومن الواضح أن هذه
هى أفضل الطرق من الوجهة الصحية لمنع توالد الذباب وتساعد
الروائح الكريهة .

ومتى لوحظ أن الحفرة قد بدأت تمتلئ أى عند ما تصل
محتوياتها إلى حوالى ٢٠ سم من سطح الأرض يصير ردمها وإنشاء
حفرة أخرى . ويتوقف عدد الحفر على عدد أفراد المعسكر ، غير
أنه يمكن فى المتوسط إنشاء حفرة واحدة لكل خمسة أشخاص .

الذباب

للتخلص منه يجب مراعاة النظافة التامة وتغطية جميع
المأكولات وعمل باب من السلك أو الشاش لخيمة المطبخ لتظل
دائماً مغلقة دون دخول الذباب إليها . ويجب تغطية حفر المياه
والمراحيض والمواظبة على حرق القمامة أو طمرها يومياً .
وتستعمل الأوراق اللصاقة أو المصائد لاصطياد الذباب
وكذلك يمكن رش مسحوق الدود . ويحسن أن يكون الرش
بعد الغروب إذ يكون الذباب قد تجمع فوق الجدران فتسهل إبادته .

الناموس

إذا لوحظ وجود الناموس في المرقع الذي يقام عليه
المعسكر فيجب منع وصوله إليك باستعمال الكلة كما يمكن تركيب
ستارة من الشاش على مدخل الخيمة حتى لا تضطر لإفقاها أثناء
النوم . وعلى العموم فمن المستحسن دائماً أخذ كلة قبل السفر من
باب الاحتياط .

ولمنع توالد الناموس يتلاحظ رش حفر المياه بمسحوق أخضر
باريس بنسبة ١ / ٠ كما يحسن تجنب الإضاءة خارج الخيام بقدر
الامكان .

مل المعسكر

يجب أن يبدأ في ذلك اليوم السابق ليوم التحرك حتى يمكن التحرك في الصباح الباكر قبل أن تشتد حرارة الشمس .

وأول ما يجب عمله في اليوم السابق هو القيام بزيارة القرية أو المدينة القريبة لتقديم الشكر لأصحاب الأرض وللأهالي الذين أظهروا نحوك كرمأ أثناء الإقامة وكذلك للقيام بدفع ما قد يكون في ذمتك من ديون لأصحاب المحال التجارية . وبعد ذلك :

١ — تحرق الفضلات وتردم جميع الحفر عدا حفرة واحدة يربأ ردمها للحظة الأخيرة .

٢ — تحل الخيام الخاصة بالمخزن والمطبخ ودورات المياه وتحزم .

٣ — تحضر وجبة جافة لطعام الافطار ثم تنظف جميع أدوات المطبخ وتجمع .

٤ — وزع ما بقي من المؤنة الطازجة وما يمكن الاستغناء عنه من المواد الغذائية الأخرى على الأهالي .

٥ — اجمع جميع الأدوات التي لن تحتاج إليها بعد العشاء ، وبعد الاستيقاظ في الصباح وتناول طعام الافطار تحل باقي الخيام وأخيراً تحزم الأمتعة ويبدأ التحرك .

بعض الأماكن التي يمكن إقامة المعسكر فيها

يمكن بصفة عامة الاستفادة من هذه البيانات بالاطلاع على المواقع المذكورة في الخرائط التي يمكن الحصول عليها من مصلحة المساحة المصرية وخصوصاً خريطة القطر المصري من
مقاس ١/٢,٠٠٠,٠٠٠

المناطق الساحلية

وهي أشهر المناطق في مصر وأكثرها متعة من الناحية الصحية وأوسعها مجالاً للرياضة والألعاب. وأهم هذه المناطق هي:

أولاً - منطقة قنال السويس

١ - شواطئ البحيرات المرة وبحيرة التمساح وهي قريبة من مدينة الاسماعيلية كما تقع على طريق السيارات من السويس إلى بورسعيد وتتميز بمناظرها الجبلية الخلابة ومياهها الكبريتية وهدونها العظيم وأشهر المواقع على هذه البحيرات هي :

أ - محطة الدفرزوار وتقع عند المدخل الشمالى للبحيرة المرة الكبرى حيث يوجد خليج بديع ذو رمال كبريتية .
والشاطئ هناك قريب من طريق السيارات الرئيسى
السويس - الاسماعيلية .

ب — محطة قايد وهى فى منتصف الساحل الغربى للبحيرة المرة الكبرى ولها نفس الميزات السابقة .

ج — محطة كبريت وهى على ساحل البحيرة المرة الصغرى والوصول إليها من طريق متفرع من الطريق الرئيسى السويس / الاسماعيلية وعلى بعد حوالى ٢٥ كيلومتر من السويس .

٢ — منطقة جبل عتاقة وهى قريبة جداً من مدينة السويس كما أنها قريبة نسبياً من القاهرة وتتميز بمناظرها الجبلية الفريدة وساحلها المنبسط العديم الأمواج وبها معامل تكرير البترول الأميرية كما أن بها فندق جميل على الشاطئ ومياه عذبة وهى قريبة من طريق السيارات الرئيسى القاهرة — السويس .

٣ — بورسعيد وهى تشبه الاسكندرية فى أن سواحلها تقع فى نفس المدينة .

ثانياً — منطقة البحر الأبيض المتوسط

١ — الجميل وتقع على الشاطئ الشمالى لبحيرة المنزلة وفى الوقت نفسه على ساحل البحر الأبيض المتوسط كما أنها على الطريق البرى من بورسعيد إلى دمياط . وتتميز بالهدوء الكامل .

٢ — رأس البر وهي معروفة ويحسن إقامة المعسكر على البر الشرقى للنيل أى فى منطقة الفنار .

٣ — بلطيم وهى مصيف جميل يقع على بحيرة البرلس وقريبة من البحر وصعوبتها الوحيدة عدم توفر الماء العذب بها .

٤ — رشيد وتقع على النيل كما أنها قريبة من ساحل البحر الأبيض المتوسط وهى مكان هادئ جميل أخذ يحتل مكانة ممتازة بين المصايف المصرية . والمدينة ذاتها بها كل وسائل المعيشة .

٥ — الاسكندرية وساحلها مترامى الأطراف وبها أماكن عدة تصلح لهذا الغرض مثل أبى قير والرملة والدخيلة .

٦ — العامرية وتبعد حوالى ٢٠ كيلومتر شرقى الاسكندرية وهى بلدة صغيرة بها استراحة ملكية ومزارع وحدائق وبالقرب منها بئر عذبة وعلى بعد نحو ٦ كيلومترات من البئر مرتفع من الأرض يشرف على منظر من أجمل المناظر الطبيعية هو بحيرة مريوط . وبالبلدة مكتب بريد ومستشفى وفناد .

٧ — مرسى مطروح وهى مصيف ملوك مصر القدماء وقد أقامت بها كليوباترة ردها من الزمن مع مارك أنطوان . وبها آثار رومانية أهمها حمام كليوباترة كما أن بها كل وسائل الراحة

والمعيشة وتبعد عن الإسكندرية بنحو ٢٩٠ كيلومتراً وتروج
بها صناعة صيد الاسفنج والسماك .

٨ - السلوم وتبعد عن مرسى مطروح شرقاً بنحو ٢٠٠ كيلومتر
وبها كل ما يحتاج إليه الزائر كمكتب التلغراف والتليفون
والبريد كما أن بها مستشفى ومرصد وطايرة مرتفعة . ومياها
العذبة متوفرة ويمكن فيها صيد السمك والغزال .

ثالثاً - منطقة البحر الأحمر

ساحل البحر الأحمر الغربى متراعى الأطراف فهو يمتد على
طول حدود مصر الشرقية غير أن المناطق المأهولة فيه والتي
تصلح لاقامة معسكرات لمدد طويلة قليلة العدد وأهمها :

١ - سفاجة وبها مناجم النترات والوصول إليها بالسيارات من
قنا وطول المسافة ١٥٢ كيلومتراً وهى ميناء صغير .

٢ - الفردقة وبها آبار البترول وتبعد ٧٠ كيلومتراً شمال سفاجة
وبها معهد للأبحاث المائية .

رابعاً - المناطق الصحراوية

١ - سيوة والوصول إليها من الطريق الصحراوى من
مرسى مطروح وهو صالح للسيارات وطوله حوالى ٣٠٠

كيلومتر ومرصوف منه نحو النصف وبالواحة تليفون وتلغراف
وبريد ومستشفى . وعلى طول الطريق المذكور آبار يوجد بها
أحياناً مياه متجمعة من الأمطار وكذا بعض الآثار الرومانية
ومن أغرب ما يشاهد في هذا الطريق بعض القواقع البحرية
رغم بعده عن ساحل البحر الأمر الذي يؤدي بنا إلى تذكر
النظرية الجغرافية التي تقول بأن ساحل البحر الأبيض المتوسط
كان يمتد إلى الداخل حتى الخرطوم وأن بحيرة قارون قد تخلفت
عن امتداد الأرض شمالاً .

وبما يجب الالتفات إليه قبل السفر أن الطريق ليس به
محطات للبازين ولذا يجب على المسافر أن يتزود منه بالقدر
الكافي قبل التحرك .

والواحة نفسها ، وقد كان يطلق عليها قديماً اسم واحة آمون ،
غنية بالمناظر الجميلة والمياه المتدفقة من عيونها كما تكثر بها
زراعة الفواكه على اختلاف أنواعها وخصوصاً البلح وبها
الكثير من الآثار القديمة التي تستحق المشاهدة كما وأن أهلها
يحفظون بعاداتهم وتقاليدهم الخاصة التي تختلف كثيراً عما
ألّفناه في الحضر .

٢ - شبه جزيرة سيناء وهى غنية بالآماكن التى تستحق الزيارة
وتصلح لإقامة المعسكر فيها . وفيما يلى وصف لبعض الآماكن
التى تصلح لهذا الغرض :

عيون موسى

تعتبر قناة السويس من عند الكوبرى ، على بعد حوالى
٨ كم شمال السويس ومن هناك يبدأ الطريق جنوبا حتى
« الشط » حيث يتفرع شرقا إلى العيون . وهى عبارة عن
واحة صغيرة فى سهل رملى جميل على بعد نحو ١٢ كم جنوب
السويس . وبها عدة ينابيع وحدائق ومنازل للصيف أكثرها
ملك لأهالى السويس . وأكثر ينابيعها فوار ومأوها ساخن
قليل الملوحة ولكنه إذا برد ساغ شربه . وتزرع بالواحة
أشجار الفاكهة وبعض الزهور والخضرة .

وادي الغرندل

على امتداد الطريق جنوبا من « الشط » . وهذا الوادى
يبدأ من جبال التيه فى قلب سيناء ويصب فى خليج السويس
وبه نخل قليل وعين غزيرة الماء قرب « حمام فرعون » .
وهناك بعض الينابيع الساخنة الكبريتية يقصدها الناس
للاستشفاء من الروماتزم .

وادی الفیران

بعد أن تغادر وادی الفرندل جنوباً نصل إلى وادی «فیران»
فنخترقه ونستمر جنوباً مارين بأبی زنیمة . ويتفرع الطريق
بعدها عند نقطة تعرف بـ «فرق فیران» . والوادی المذكور هو
أشهر أودية سیناء وأغزرها ماء ونخیلاً ويسمى أحياناً
واحة الجزيرة .

دیرسانت کاترین

يتجه الفرع الشرقي من الطريق سالف الذكر بمحاذاة
الوادی حتى يصل إلى دیرسانت کاترین حيث نجد أشهر القمم
الجبلیة وهی جبل موسی الذی يبلغ ارتفاعه أكثر من ٣١٠٠
متر والواقف علیه يشرف علی منظر من أجمل المناظر
الطبیعیة . وبالمناطقة کثیر من الآثار الاسلامیة والقبطیة .

حمام موسی والطور

إذا عدنا إلى مفترق فیران واتبعنا الطريق جنوباً وصلنا
إلى حمام موسی وهو ينبوع کبریتی حار يشبه نبع فرعون السابق
ذکره . وبقربه حدائق متسعة وكثیر من الآثار . وإلى الجنوب
من الحمام توجد الطور ومحجرها . وهناك بئر عذبة غزيرة

الماء تسمى بئر مراد يشرب منها أهل المدينة والمحجر وتكثر
بها زراعة النخيل وأشجار الفاكهة . هذا وطول الطريق من
الكوبرى إلى مفترق فيران حوالى ١٨٦ كم . ومن المفترق إلى
الدير حوالى ٨٥ كم ، وإلى الطور حوالى ٦٨ كم . وتقطع السيارة
المسافة من الكوبرى إلى الدير أو إلى الطور فى حوالى ١٢
ساعة للسائق المتعمر .

وأهم ما تجب ملاحظته أن يتزود المسافر بكميات كافية من
الماء العذب وذلك أطول المسافة بين المحطات التى يمكن
الحصول منها على الماء .

٣ — الواحات البحرية وبها آثار مصرية قديمة ورومانية وقبطية .
والطرق الموصلة إليها هى :

من أهرامات الجيزة وطوله ٣٧٠ كيلومتراً
من برج العرب وطوله ٣٢٥ كيلومتراً
من الفيوم وطوله ٢٧٠ كيلومتراً .

وجميع هذه الطرق خالية من محطات البنزين والمياه .
وبالواحات تليفون وتلغراف وبريد ومستشفى .

خامساً — المناطق الداخلية

١ — بحيرة مريوط وبها ملاحات شركة الملح والصودا ويكثر بها البط .

٢ — وادى النطرون وبه مصانع الصودا الكاوية . ويبعد طرفه الجنوبي الشرقى بحوالى ٨٠ كيلومتراً عن القاهرة وطرفه الشمالى الشرقى بنحو ٨٥ كيلومتراً من الاسكندرية وبه آثار وملاحات وتكثر به زراعة الحلفا .

٣ — بحيرة قارون وهى تجمع بين المناظر الساحلية والمناظر الصحراوية وبها فندق فخيم ولا تبعد كثيراً عن مدينة الفيوم .

٤ — المطرية وتقع على الساحل الجنوبى لبحيرة المنزلة وتصل إليها السيارات والسكة الحديد الضيقة من المتصورة وتمتاز بوقوعها على بحيرة المنزلة المترامية الأطراف القليلة العمق فى معظم أنحاءها . والبلدة تتوافر بها جميع وسائل المعيشة وتنتشر بها صناعة صيد السمك . ويمكن منها زيارة بورسعيد ودمياط .

٥ — حلوان وهى قريبة جداً من القاهرة وبها عدة مناطق تصلح لإقامة المعسكر بها أهمها :

أ — معسكر فاروق الأول التابع لمراقبة التربية البدنية وهو مزود بكل ما يلزم للمعسكرات من خيام وأدوات كما أن

به مطعماً دائماً ومياه عذبة ويقع على الطريق الرئيسي للسيارات . وإدارة المعسكر على استعداد لقبول أى طلب يصلها كتابة من هيئات الجواله والكشافة وغيرها ويقدم الطلب باسم « حضرة مفتش معسكر فاروق الأول بحلوان » .

ب — منطقة الحقول المقابلة لمعسكر فاروق الأول وتقع على النيل وتمتاز بالمناظر المائية والأمن حيث أن لها خفراء مخصصين لحراستها .

ج — المنطقة القريبة من العين الجديدة وإلى الشرق منها مباشرة وقد أصبح الوصول إليها سهلاً بعد أن خصصت محطة على خط حلوان اسمها محطة « عين حلوان » . وتمتاز هذه المنطقة بتوافر المياه وقربها من المزارعات . وقد أصبحت الآن مقصد كثير من فرق الجواله بمختلف المدارس والمعاهد .

د — الأرض الفسيحة الواقعة إلى الشرق من الحدائق اليابانية وإلى الشمال من الفندق الذى كان فيما سبق مصحة حلوان . وهى مرتفعة نوعاً عما يحيط بها وتتوافر بها الأمن والمياه .

هـ — القناطر الخيرية وبها مناطق عديدة حول الحدائق ولا سيما قرب الكوبرى الجديد وجميعها ملك لمصلحة الري ولذا يجب ملاحظة أن التصريح اللازم لإقامة المعسكر يكون الحصول

عليه من المصلحة المذكورة . والمياه هناك متوفرة وتوجد نقطة لبوليس .

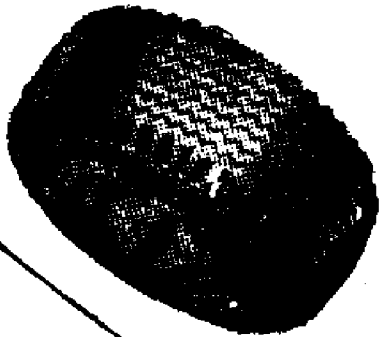
وهناك منطقة أخرى واقعة شرق محطة السكة الحديد وبها أراض عديدة تصلح للنزول .

v — منطقة أهرامات الجزيرة وبها موقعان يصلحان لإقامة المعسكر الأول وهو الواقع شرق معبد خفرع (أبي الهول) وهناك هضبة مرتفعة بها بعض مزدوعات جميلة يزيد من جمالها وقوعها وسط تلك المنطقة الصحراوية . كما أنها قريبة من عزبة عرب السمان وبها نقطة بوليس . وهذه المنطقة يقصدها كثيرون في فصل الصيف لعمل حمامات الرمل العظيمة الفائدة . ففي ذلك الفصل تجد مجموعات عديدة من الخيام يقيمها الرواد ويحفرون حفراً عديدة لعمل الحمامات الرملية . وتتوافر المياه العذبة في عزبة عرب السمان القريبة . والمنطقة الثانية تقع على جانبي الهرم الأكبر شرقاً وغرباً ، ففي الشرق قريباً من الاستراحة الملكية وهناك توجد نقطة بوليس أخرى . وفي المنطقة الثانية الواقعة غربى الهرم بوفيه صغير كامل الاستعداد كما توجد نقطة بوليس أيضاً .

لكل جو

ولكل ارض

Firestone
De Luxe
CHAMPION
LE PNEU DE QUALITE



الوكلاء :

اخوان سولزر

الاسكندرية

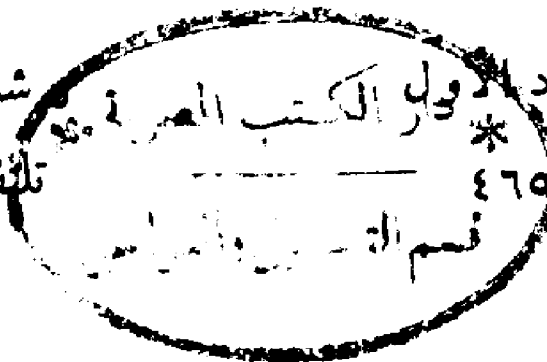
القاهرة

شارع محطة مصر

تليفون ٢٣٨١٥

٣٠ شارع فؤاد الاول الكتب المصرية

تليفون ٤٦٥٤٨





فن التحمیل

الصحة والجمال

كتاب

٣٢٠ صفحة من الحجم الكبير

موضحة بالصور والرسوم

ثمان النسخة ٥٠ عدا البريد

تأليف

أحمد الأرسلي

دبلوم في التدليك الطبي والتجميل من شيكاغو

يطلب من المؤلف : ١١ شارع عباس يوسف - الدقي - جيزة

تليفون ٩٦٩٥٨

المكتبة الرياضية

١ — سلسلة الألعاب الرياضية الحديثة وقد ظهر منها :

كرة اليد

• السرعة

تنس الطاولة

كرة الشبكة

الكرة الطائرة

٢ — قوانين ألعاب القوى الدولية

٣ — القوانين الرياضية وتطبيقها — جزآن

٤ — كرة القدم للناشئين

٥ — الميادين الرياضية وأدواتها

تطلب هذه الكتب من المؤلف : محمد محمد فضالى

٢٣ شارع حسين شاكر — جيزة بلد