

# النشرة الإرشادية التوجيهية

“للرحلة الخلوية والمخيمات الكشفية والإرشادية”

رحلتك بأمان..  
وأنت في سلطنة عُمان

إصدار: مايو / 2025 م

# رحلتك بأمان .. وأنت في سلطنة عمان

- الفهرس
- مقدمة
- توصيف المبادرة
- المرحلة الأولى (كن مستعداً )
- بطاقة كن مخططاً
- بطاقة كن واعياً
- كن منظماً ومرتباً
- بطاقة كن عارفاً بمحيطك
- بطاقة كن مستفسراً (اسألني)
- المرحلة الثانية أثناء الرحلة : (أنا متشوق )
- بطاقة ماذا أتوقع ؟
- بطاقة ماذا سأستفيد ؟
- المرحلة الثالثة أثناء التخييم : ( أنا مستمتع )
- بطاقة كن متعلماً ويقظاً
- بطاقة كن معبراً عن مشاعرك بطلاقة
- بطاقة كن مبادراً ومشاركاً
- المرحلة الرابعة رحلة العودة ( عودتي غير )
- بطاقة كن متواصلاً
- المرحلة الخامسة العبر والاستفادة
- بطاقة تذكّر
- بطاقة معرفة

# مقدمة

الاستمتاع بتجربة المخيمات مع جمال الطبيعة وصنع بعض الذكريات المميزة لتدوم مدى الحياة ، مع تعلم بعض المهارات التقنية والفنية الجديدة ، والتركيز على بعض المبادئ الأصيلة والقيم الحميدة ، من هذا المنطلق كان لابد من التخطيط الجيد على نطاق واسع لرحلتك، من هنا نبعت فكرة عمل دليل للكشافة و المرشحات لجميع أنشطة وبرامج الرحلات الخلوية والخروج إلى الطبيعة حيث يحتوى على عدة بطاقات توجيهيه مثل (كن مخططاً ، كن واعياً ، كن منظماً ومرتباً ، كن عارفاً بمحيطك، بطاقة كن مستفسراً واسألني ، بطاقة ماذا أتوقع ؟ ، كن متعلماً ويقظاً، بطاقة كن معبر عن مشاعرك، وكن مبادراً ،كن متواصلاً ، بطاقة معرفة ، بطاقة تذكّر)

# توصيف المبادرة

مبادرة "رحلتك بأمان وأنت في سلطنة عمان" هي عبارة عن (نشرة إرشادية وتوجيهية للكشافة والمرشدات ) حيث تهتم بخلق بيئة آمنة ومشوقة وممتعة للكشافة والمرشدات والقادة والقائدات، كما تركز المبادرة على التمكين من الجاهزية للرحلة والتفكير الجاد في ضمان سلامة الكشافة والمرشدات والسلامة المهنية للقادة والقائدات ومعرفة آليات التغلب على المخاطر بما يضمن لهم تحقيق رحلة رائعة؛ مثمرة بالمغامرات وممتعة بالأنشطة ومميزة بالإتقان وذلك لضمان بلوغ أهداف مخيمات الكشافة والمرشدات ويسير هذا الدليل وفقاً لخمس مراحل وهي :

## المرحلة الأولى: مرحلة التمهيد للرحلة: ( كن مستعداً) وتتضمن البطاقات التالية:

- **بطاقة كن مخططاً** ( مرفق 1 ): هي بطاقة لتحديد الاحتياجات المبدئية .
- **بطاقة كن واعياً** ( مرفق 2 ): هي بطاقة لها محورين.
- **المحور الاول:** يُعنى بالبيانات الأساسية حيث يتم تحديد البيانات الأولية البسيطة تكون مع الكشف أو المرشدة وهي: (الاسم - رقم الهاتف - رقم أحد من أقربائك - الدولة - المنطقة).
- **المحور الثاني:** ويهتم بالوثائق المطلوبة (الجواز - البطاقة الشخصية - تذكرة السفر).
- **بطاقة كن منظماً ومرتباً** ( مرفق 3 ): يُعنى بمتابعة ترتيب الأدوات داخل حقيبة السفر .
- **بطاقة كن عارفاً بمحيطك** ( مرفق 4 ): قراءة البيانات المتوفرة عن برنامج الرحلة، وهدفها , ومعلومات عن المنطقة المزارة والتي يوجد بها المخيم مثال (محافظة ظفار)، وبيانات عن المخيم كالموقع والأعداد التي ستكون فيه، والأماكن السياحية قرب المخيم.
- **بطاقة كن مستفسراً واسألني** ( مرفق 5 ): هي بطاقة للاستفسار عن ما يدور في بالك من أسئلة عن الرحلة وتكون الإجابة من المختصين مع كتابة بعض الأسئلة المتكررة بمثابة ( سؤال وجواب )
- التأكد والاطمئنان على السلامة الصحية للكشاف والمرشدة قبل خروجهم للمخيم.

## المرحلة الثانية: مرحلة أثناء الطريق ( أكتشف حولك ):

- **بطاقة ماذا أتوقع ( مرفق 6 ):** هي عبارة عن بطاقة تسعى لإثارة التفكير والعصف الذهني لدى الكشاف والمرشدة وتدعوهم لتوقع ماذا ستجد في المخيم الصيفي؟ كأن تتوقع معرفة مواقع أثرية جديدة، أو معرفة شواطئ بحرية ذات مناظر خلابة أو معرفة أودية وعيون مشوقة أو معرفة أسواق ومجمعات تجارية مميزة، وتستكشف بعض الأنشطة المثيرة والممتعة التي يمكن أن تمارسها، وتتوقع معرفة أشخاص متميزين جدد بالإضافة إلى الاستمتاع بالمناخ الخلاب الذي يهبهم الانتعاش من سحب وأمطار وضباب ورذاذ وجو بارد منعش واخضرار للطبيعة.
- **بطاقة ماذا أستفيد؟ ( مرفق 7 ):** تسعى هذه البطاقة إلى تعريف الكشاف والمرشدة بالفوائد التي ستجنيها من هذه الرحلة مثل التعرف على محافظة ظفار ومواقعها السياحية المختلفة، والاطلاع على ثقافة المجتمع بهذه المحافظة وتقاربها مع عادات المجتمعات المسلمة الأخرى والتي تعزز روح الوطن الواحد، واكتساب المهارات والمعارف المتنوعة الجديدة وخلق علاقات و صداقات جديدة.

## ويتوجب على الكشاف و المرشدة أن يعملوا بالنصائح الإرشادية والأفعال الوقائية التالية:

- الإفصاح عن أي مبلغ محمول لدى القائد/ة .
- التزود بالغذاء المناسب للمشاركة .
- لبس الملابس المريحة مع حذاء مريح.
- تلقي التعليمات من قائد/ة الرحلة دون الإنزعاج لتكون الرحلة ممتعة.
- اصطحاب كتيب صغير للقراءة والتسلية أثناء الرحلة.
- النزول بانتظام وفي مجموعات في أثناء الاستراحات وأداء الصلوات وعدم الابتعاد عن المجموعة.
- الإفصاح للقائد/ة في حالة الشعور بالمرض وفي حالة تناول أي أدوية.
- الحفاظ على المظهر اللائق للكشاف والمرشدة في أثناء المسير وعدم التصرف بالسلوكيات غير المحببة.
- التواصل مع الخط الساخن في حاله أي طارئ لا قدر الله ( من قبل القائد/ة )
- التأكد من قائمة الأسماء ( الاسم الثلاثي مع القبلية ) والتواصل مع لجنة الدعم في حاله وجود أي خطأ (القائد/ة )
- عدم المبالغة برش العطور مما قد يسبب الإنزعاج لبقية المجموعة في الحافلة.
- للوقاية احضر معك مرهم طارد للبعوض إذا كانت بشرتك تتحسس من البعوض.
- إحضار عدة الإسعافات الأولية.

## المرحلة الثالثة : الوصول إلى المخيم (أنا مستمتعاً):

- تفقد حقائبك وعدم الاعتماد على الغير في التأكد من أمتعتك .
- الاستيقاظ باكراً وفقاً للأوقات المحددة، والالتزام بقواعد الطابور.
- احرص على قواعد السلامة عند استخدام دورات المياه أو الطبخ الخلوي.
- إعلام قائد/ة المخيم في أثناء المرض وسوف يتم التنسيق مع العيادة الموجودة بالمخيم.
- الاهتمام بالصحة وتناول الوجبات المخصصة لك في الموقع المحدد والوقت المناسب.
- كن مستعداً للتغيرات المناخية.
- الاستمتاع بجمال الطبيعة أثناء الرحلات الخارجية.
- الالتزام بالبرنامج المعد من قبل اللجنة المختصة.
- الالتزام بالزي الرياضي في اليوم الرياضي.
- احترام خصوصيات زملائك وعدم التدخل فيهما.



- الالتزام بزي الكشافة / زي المرشدات في أثناء رحلات التسوق والخروج بالرحلات الخارجية.
- احترام البيئة الخضراء وعدم الإضرار بها وعدم ترك المخلفات مثل القمامة في أي مكان نزوره وفي المخيم.
- شارك في الأنشطة المختلفة.
- أثناء برنامج المسارات نرجو لبس حذاء رياضي مريح.
- سوف يتم تخصيص وقت للتواصل مع أسرته.
- تتولى اللجنة الإعلامية مسؤولية التغطية الإعلامية وتوثيق الصور التذكارية.
- احترم العادات والتقاليد المحلية.
- تناول الوجبات الصحية والعصائر .
- **بطاقة كن متعلماً ويقضاً ( مرفق 8 ):** ( بطاقة يسجل فيها الكشافة والمرشدة المعلومات أثناء قيامها في الأنشطة المختلفة والرحلات الخارجية.
- **بطاقة كن مبادراً ( مرفق 9 ):** سجل مشاركتك الداخلية والخارجية.
- **بطاقة عبر عن مشاعرك ( مرفق 10 ):** (كتابة بعض المعلومات بالرسم أو بالحديث أو بكتابة مقال أو قصة، واسعى لتدوين بعض الذكريات الجميلة لتكون راسخة لديك) .

## المرحلة الرابعة: رحلة العودة ( عودتي غير ):

- بطاقة كن متواصلًا ( مرفق 11 ): (الاسم / الدولة أو المنطقة / الرقم / صفة جذابه في من تعرفه).
- التأكد من تسليم العهدة المستلمة
- التأكد من حزم الأمتعة

## المرحلة الخامسة: خلاصة الرحلة ( دروس وعبر):

- بطاقة تذكّر ( مرفق 12 ): لكتابة ما الاستفادة من المخيم على النطاق الشخصي.
- تعبئة الرابط أثناء الرحلة.
- التأكد من توديع الزملاء والقادة وترك المكان أفضل مما كان.
- التحدث مع الأصدقاء والزملاء عن إيجابيات المخيم والتجربة الجميلة.

## ( مرفق 1 ) بطاقة كن مخططاً

تخطيطك يدل على نجاحك وقدرتك على إدارة وقتك، ارسم خارطة طريقك بما يخص احتياجاتك

م	احتياجاتي الأساسية بالمخيم	مهم جداً	مهم	مهم ولكن يمكن الاستغناء عنه	ملاحظات
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

## ( مرفق 2 ) بطاقة كن واعياً

شعارنا كن مستعدا دائما، فلا بد التأكد أثناء سفرك من بياناتك وأوراقك الرسمية لتكون رحلتك آمنة ومطمئنة

### أولاً : البيانات الأساسية

الاسم الثلاثي مع القبيلة:	الرقم المدني:
الدولة:	رقم الهاتف:
المنطقة:	رقم هاتف أحد الأقرباء:
هل تعاني مرض معين	نوع المرض ان وجد:
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
فصيلة دمك:	

### ثانياً : يجب أن تكون بصحبتني ...

م	الأوراق الثبوتية	مدى تواجدها	الملاحظات
1.	الجواز أو البطاقة الشخصية		
2.	التذكرة		
3.	التأشيرة (متى تطلب الأمر ذلك)		

### ( مرفق 3 ) كن منظماً ومرتباً

الكشاف الذكي والمرشدة الذكية يجب أن تكون لوازم سفرك  
جاهزة لكي لا تنزعج في أثناء تخيمك ..

ضع علامة ✓ أمام كل مستلزم وضعته في الحقيبة:

لوازم السفر	✓	لوازم أخرى للسفر لم تذكر	✓	الملاحظات
الزي الكشفي والإرشادي.				
ملابس محتشمة للفترات المسائية.				
الملابس الداخلية.				
ملابس رياضية ساترة مع حذاء رياضي مناسب.				
حذاء مقاوم للماء (حسب الأنشطة).				
أدوات العناية الشخصية (الصابون، المعجون، فرشاة الأسنان، مزيل العرق، وغيرها).				
المنشفة الخاصة.				
طارد الحشرات.				
المبالغ المالية ، ويفضل فئات.				
حقيبة صغيرة للإسعافات الأولية (مثل الضمادات والمسكنات).				
مصباح يدوي أو كشاف مع بطاريات احتياطية.				

## ( مرفق 4 ) بطاقة كن عارفاً بمحيطك

التخييم فرصتك الذهبية لتتعلم كل شي جديد

م	كن عارفاً بمحيطك
1.	موقع تنفيذ الفعالية (المخيم أو النشاط)
2.	الموقع الجغرافي للفعالية
3.	اسم الفعالية
4.	شعار الفعالية
5.	موقع الفعالية
6.	العدد الإجمالي للمشاركين
7.	عدد المخيمات الفرعية
8.	معرفة القائد/ة المهمة (الفعالية)
9.	عدد الدول المشاركة
10.	اسم المشرف /ة ( القائد/ة )

## ( مرفق 5 ) بطاقة كن مستفسراً و اسألني

الاستفسارات هي الطريق إلى معرفة كل شيء، فلا تتردد في الاستفسار عن كل ما يدور في ذهنك:

م	الأسئلة الشائعة	الأجوبة	أسئلة أحتاج لها إجابة
1.	أين ستكون الفعالية؟		
2.	مدة الفعالية ؟		
3.	كم عدد المخيمات الفرعية؟		
4.	كم العدد في كل مخيم؟		
5.	متى وقت المغادرة؟		
6.	هل التغذية متوفرة؟		
7.	هل توجد عيادة في المخيم؟		

## ( مرفق 6 ) ماذا أتوقع

من مهارات الكشف والمرشدة الاستكشاف بالمخيمات والرحلات  
الخلوية والخروج للطبيعة فاكتب عن المواقع التي ستكتشفها

م	نوع الموقع	اسم الموقع	مكان الموقع
1.	أثري		
2.	بحري		
3.	عيون		
4.	أودية		
5.	سهول		
6.	أسواق		
7.	مجمعات تجارية		
8.			
9.			
10.			



## ( مرفق 7 ) ماذا سأستفيد

نحن مطلعون لغد أفضل وأجمل  
هل يمكنك التنبؤ بالاستفادة التي ستحصل عليها في رحلتك؟

م	نوع الاستفادة	درجة الاستفادة (5-1)
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

1=ممتاز    2=جيد جداً    3=جيد    4=ضعيف    5=ضعيف جداً

( مرفق 8 ) بطاقة كن متعلما ويقضاً

التعلم في مخيمي .. لتخيم ممتع ومثير، كن مخططاً له، اكتب ما تحتاجه لسفرك للتخيم

المكان	معلومات سأبحث عنها	شخصيات لا تنسى
المكان:	معلومة تهملك:	1.
المكان:	معلومة تهملك:	2.

( مرفق 9 ) بطاقة كن مبادراً

اكتب مشاركاتك الجميلة لتحصل على نقاط أكثر ضمن المسابقات المطروحة بالمخيم

مشاركة داخلية ( داخل المخيم )	مشاركة خارجية ( خارج المخيم )
1.	1.
2.	2.
3.	3.

## ( مرفق 10 ) بطاقة عبر عن مشاعرك

عبر عن مشاعرك بكل الحب واكتب ما يسعدك وعن كل شيء جميل يصادفك في رحلتك:

اكتب أفكارك المستقبلية ورغبتك التطويرية	اكتب عن شعورك الداخلي الجميل بالمخيم	عبر عن محيطك بالمخيم بسعادة
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.
4.	4.	4.

عبر عن الجمال الذي تراه بعينك بطريقتك " (كن جميلًا ترى الوجود جميلًا )"

( مرفق 11 ) كن متواصلاً

الأثر الجميل يبقى خذ تذكراً من زميلك تبقى على مدى الزمن

م	الاسم	الرقم	الدولة أو المنطقة	نوع التذكار (عبارة - صورة - هدية - أخرى)
1.				
2.				
3.				
4.				

( مرفق 12 ) تذكّر

أجمل الذكريات تكون بكتابتها ..... اكتب استفادتك ولا تتردد في  
إخبار الجميع عنها

م	تذكّر ( ما الاستفادة من المخيم )
1.	
2.	
3.	

## **الإشراف العام**

**الدكتور يعقوب بن خلفان بن عبدالله الندابي**

المدير العام للمديرية العامة للكشافة والمرشدات

## **إعداد**

**بدرية بنت حمد بن سعيد الشبلية**

رئيسة قسم الخدمة العامة وتنمية المجتمع

## **المراجعة اللغوية**

**زكي بن ياسر بن منصور التوبي**

أخصائي علاقات عامة في دائرة العلاقات العامة

## **التصميم والإخراج الفني**

**أميمة بنت راشد بن علي الحراصية**

مصممة جرافيك في قسم التوثيق والنشر الإلكتروني



OMANSCOGUI

+968 92062677