

El saco de dormir es otro importante compañero de aventura. Al adquirir uno busca aquel que sea el menos voluminoso al enrollar y que realmente te protege del frío; de tela robusta e impermeable, con costuras firmes y de acolchado parejo. No es necesario que sea tan sofisticado y caro.



Antes de acostarte necesitas lavarte las manos, la cara, los pies y sobre todo los dientes. La excursión no es excusa para permanecer sucio. La higiene personal es la base de la salud del explorador.

Por lo general, uno no puede verse bien en la noche, por la falta de luz, y no alcanza a percibir lo sucio que realmente está. Es importante que al dormir te cambies de ropa por una muda limpia. Si no llevas pijama bastará una polera limpia y un pantalón de buzo que solo ocupes para este fin. Si hace mucho frío puedes colocarte calcetines limpios.



Es buen hábito el hacer guardia nocturna al campamento: desarrolla la paciencia, el valor y la capacidad de moverse en la noche con sigilo y prudencia. La guardia se puede realizar de a dos o individualmente; de vez en cuando, conviene efectuar un recorrido por el campamento puedes llevar una linterna de mano, un silbato (para despertar al campamento en caso de real emergencia) y una vara de madera robusta, que te servirá para ahuyentar a los animales.



El buen guardia debe caminar en silencio y solo utilizar la linterna en caso de apuro. Si la mantiene encendida será un punto de fácil detección y, por tanto, la función de vigilancia será delatada.

La noche se puede dividir en turnos de igual o distinta duración. Al entregar el turno de guardia al compañero de patrulla es recomendable realizar con él un recorrido, con el objeto de indicarle posibles dificultades. Por lo general la noche dramatiza todos los sonidos; hay que mantener cierta calma, no dejándose llevar por la imaginación.

La guardia nocturna es un buen momento para reflexionar y evaluar tus acciones realizadas durante el día. Además el silencio de la noche te permite acercarte al creador, sin estorbos.



TROPA DON BOSCO

FOGATA:

**EL DORMIR
Y
LA GUARDIA NOCTURNA**

"Es el espíritu, no la indumentaria superficial lo que hace al héroe." *BP*

