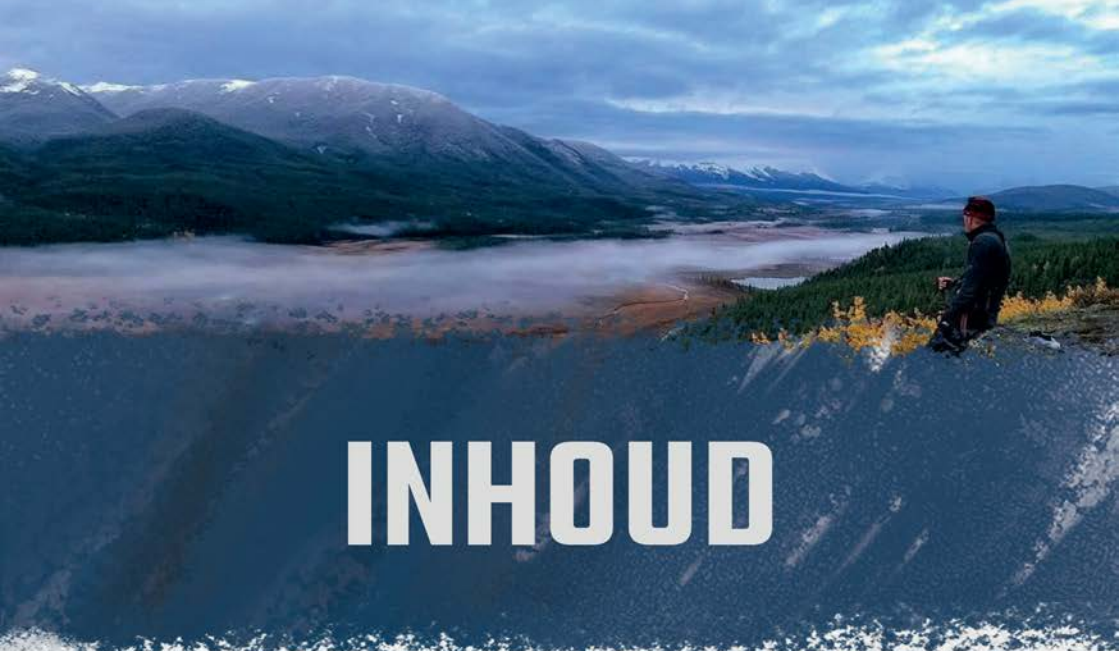




**“THE WORLD
NEEDS MORE
CANADA”**



INHOUD

1.	VOORWOORD	6	16.	ORIËNTEREN MET BEPERKTE MIDDELEN	207
2.	ATTITUDE	12	17.	GPS	213
3.	SHELTER	14	18.	WINTER	221
4.	VUUR	30	19.	DE CANADESE KANO	231
5.	WATER	52	20.	CANADIAN ROCKY MOUNTAINS ACHTERGROND INFORMATIE	236
6.	VOEDSEL	58	21.	KNOPEN EN SJORRINGEN	255
7.	FLORA	82	22.	WILDERNESS FIRST AID	272
8.	FAUNA	89	23.	HYDRATEREN IN DE WINTER EN CALORIEËN	286
9.	SPOREN EN PRENTEN	102	24.	OLD SCHOOL	289
10.	FLORA EN FAUNA VAN DE VOSHAAR	123	25.	KAMP HYGIËNE	300
11.	JAGEN EN VISSEN	141	26.	NAWOORD	305
12.	KOKEN	172	27.	OVER DE SCHRIJVER	309
13.	WERKEN MET NATUURLIJKE MATERIALEN	179			
14.	MATERIAAL	185			
15.	ORIËNTATIE	194			

“ALS JE OP PAD GAAT IS HET AAN TE RADEN OM WAT MATERIAAL MEE TE NEMEN VOOR EEN SHELTER. EEN PONCHO ZORGT DAT JE OVERDAG, TIJDENS HET HIKEN, DROOG BLIJFT EN ZORGT TEVENS VOOR EEN SNEL TE BOUWEN SHELTER.”



Een simpel zeil met ogen is goedkoop en werkt uitstekend als shelter. Een isolatiedeken op de bodem reflecteert de warmte en houdt de kou tegen. Je kunt ook een isolatiedeken als warmte reflectie gebruiken als je een vuur hebt branden. In dat geval zorg je dat je tussen het vuur en de isolatiedeken ligt.



Een mooi kamp geeft een 'thuis' gevoel.



SHELTER // TARP SET UP

HOW-TO

OP DEZE PAGINA EEN AANTAL VOORBEELDEN VAN EEN TARP SET UP. IK GEBRUIK EEN BOUWZIJL VAN 2 BIJ 3 METER EN KIES EIGENLIJK ALTIJD ÉÉN VAN DEZE VOORBEELDEN.

De A-frame, als het koud is of echt takkeweer. De Rain Fly als het wat warmer is en mijn favoriet is de Windshed wedge omdat ik dan leuk naar buiten kan kijken zonder de wind in mijn nek te krijgen en ik er een vuurtje voor kan bouwen.

Moet je kamp maken, zorg dan dat je daar minimaal één uur voor zonsopgang mee begint, liever twee uur. Tel daar voor een natuurlijke shelter één uur bij op, minimaal. Haal hout voor je vuur eerst van ver weg, zodat je later niet ver meer van je kamp weg hoeft. In wildernisgebieden geldt de regel 'verplaats je niet wanneer het donker is'.



A-frame

VUUR // FAKKEL VAN BERKENBAST

HOW-TO



Snijd een rechthoekig stuk berkenbast van ongeveer vijftien bij tien centimeter uit de boom.



7



8

Schraap de bast met een mes naar het midden. Vermeng er eventueel wat hars doorheen.



9



10

Zorg met behulp van een striker voor een vonk waarmee de dunne bast vlam vat.

Met twee gespleten takjes voorkom je dat de berkenbast te snel gaat krullen en de zuurstof wegneemt.



11

De gehele bast zal omkrullen en gaan branden en biedt een mooie manier en genoeg tijd, om het vuur goed aan het branden te krijgen.



TIP



REE



WOELMUIS



SCHAAP

Een woelmuis verdwijnt in de sneeuw.



KONIJN



EEKHOORN



FAZANT

De middelste teen sleept door de sneeuw.



HUISKAT

Bij de huiskat zijn er geen nagels zichtbaar in de prent.



HAAS

Beide sporen zijn van een haas. Op de rechter foto is een versnelling te zien waardoor de spreiding anders is.



De sporen van een boom- en steenmarter zijn moeilijk uit elkaar te houden. Kijk naar de biotoop en het gedrag om de determinatie te bepalen.

BOOMMARTER OF STEENMARTER?



FAZANT

Het spoorpatroon van een fazant in de verse sneeuw. De vleugelafdrukken zijn zichtbaar van waar de fazant is opgevlogen.

1. Stinkende gouwe

2. Ereprijs

3. Grote muur

4. Hondsdraf

5. Brede weegbree

6. Smalle weegbree

7. Gewone paardenbloem

8. Robertskruid

9. Ooievaarsbek





- 1.** Klein hoefblad
- 2.** Groot hoefblad
- 3.** Echte kamille
- 4.** Gewone salomonszegel
- 5.** Duizenblad
- 6.** Ridderzuring
- 7.** Boerenwormkruid
- 8.** Blauw zenegroen



Je kunt een dwarsligger maken, ondersteund door een staander, een twee- of driepoot of een boom. Daaraan kun je een ketel ophangen.



Als je een tak gebruikt met een uitloop in twee takken om te vlechten, kun je beter rond werken in plaats van verticaal.

13

WERKEN MET
NATUURLIJKE
MATERIALEN



LOOPRICHTING BEPALEN MET KAART EN KOMPAS

HOW-TO

**ALS JE DE RICHTING WILT BEPALEN DIE JE MOET
LOPEN VAN START (S) NAAR FINISH (F), DAN ZIJN
DIT DE STAPPEN DIE GEVOLGD MOETEN WORDEN:**



- 1.** Leg het kompas met de lange zijde langs de punten S en F zoals onder aangegeven.
- 2.** Dan draai je de graden boog, totdat de noord-zuid lijnen binnen de gradenboog, parallel liggen aan de noord-zuid lijnen op de kaart. Op het afleespunt kun je dan het aantal graden aflezen wat je moet aanhouden, om op het aangegeven punt (F) van bestemming te komen.

- 3.** Daarna meet je het aantal millimeters van S naar F, in dit geval 55 mm.
- 4.** Dat reken je om, zodat je de af te leggen afstand weet. In dit geval is dat 5 cm en 5 mm in totaal 1375 meter aangezien het gaat om een kaart met de schaal van 1:25.000.

**“JE HOEFT DE KAART NIET
EERST OP HET NOORDEN TE
LEGGEN!”**

ORIËNTATIE // AZIMUT SCHIETEN

HOW-TO

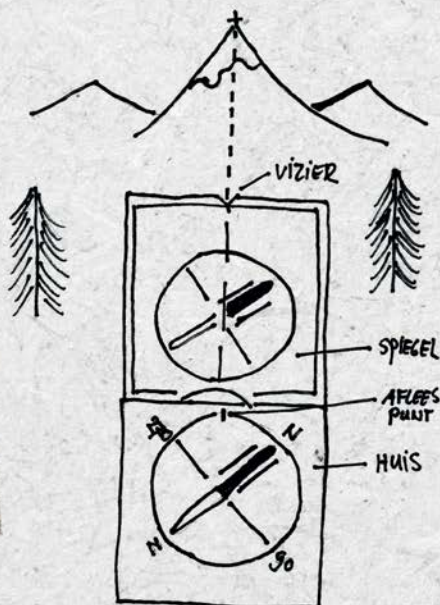
AZIMUT SCHIETEN BETEKENT HET BEPALEN VAN DE RICHTINGSHOEK.

Wanneer je het aantal graden hebt bepaald wat aangehouden moet worden, neem je het kompas en zorg je dat het aantal graden exact op het afleespunt staat. Houd het huis horizontaal en draai net zo lang totdat de noordpijl exact tussen de noord tekens van het kompas staat. Nu kun je de looprichting aflezen op het afleespunt. Bij een vizier kompas kun je nog preciezer werken.

Houd het kompas horizontaal en met een gestrekte arm vast. Met de spiegel kun je controleren of de noordpijl nog tussen de noordlijnen staat. Kijk over het vizier en kies een markant punt uit waar je naartoe kunt gaan. Vanaf dat punt herhaal je het voorgenoemde, totdat je op de plaats van bestemming bent.



Azimut schieten op een markant punt in de omgeving.



22

**WILDERNESS
FIRST AID**



WILDERNESS FIRST AID (WFA) IS EEN ONDERWERP DAT TE COMPLEX IS OM IN ZIJN GEHEEL TE BEHANDELEN IN DIT BOEK. WFA IS EEN OP ZICHZELF STAANDE CURSUS. DE INHOUD VAN DIT HOOFDSTUK IS BEDOELD ALS GEHEUGENSTEUN VOOR DE MENSEN DIE EEN WFA-CURSUS HEBBEN GEVOLGD OF NOG GAAN VOLGEN.

Het grote verschil tussen Standard First Aid (SFA) en Wilderness First Aid (WFA) is, dat er bij SFA hulp normaal gesproken binnen afzienbare tijd aanwezig is en bij

WFA de hulp later, of helemaal niet komt. 'You are on your own'.

Veel termen zijn in het Engels en die heb ik niet vertaald, aangezien Engels meestal de voertaal is in de landen waar je WFA nodig hebt en anders is het hopelijk de taal waar je je ter plekke mee kunt redden.

Bij een situatie waarbij je FIRST AID gaat toepassen zijn er een aantal stappen die gevolgd moeten worden.

- 1.** Emergency Scene Management (Scene Survey & Primary Survey)
- 2.** Secondary Survey
- 3.** Long Term Care



SPECIALE DANK VOOR DE HULP, INSPIRATIE, LESSEN, ONDERSTEUNING, ERVARINGEN EN HET PLEZIER SAMEN:

Margot Visser, Connor Kluivers,
Merrin Kluivers, Kenna Kluivers,
David Holder, Brenda Holder,
Tim Mearns, Tracey Klettli, Ross Hinter,
David Delafield, Alexander Pot,
Milou Peperkamp, Ryan Phinney,
Martyn LeNoble, Jerry Fochler,
Berno Klomp, Tycho Veldhoen,
Tracey Gage, Gerrit Onstein,
Geert Noordeloos, Nathan Fochler,
Cory Beisel, Jay Garland,
Heidi Zajachkovski, Ben Gadd,
Marit Herbet-Coehoorn, Robb Brouwer,
Richard Coulson-Day, Gunbritt Genuit,
Gerrit & Lucy Kluivers en alle
Voshaar Outdoor instructeurs,
studenten en cursisten.



SPECIALE DANK AAN DE VOLGENDE ORGANISATIES:

Mahikan Trails, Painted Warriors,
Interpretive Guides Association,
Bearpaw Bushcraft, Mammut
Bushcraft, Inroads Mountainsports,
Wilderness Guides Association
en het Outdoor Leadership program
van de Burman University.



