

Leirhåndbok kretsleir Aust-Agder Kortreist moro Vigeland 3.-9. august 2019



1. Velkommen!

Det er en glede å få ønske deg og din speidergruppe hjertelig velkommen på kretsleir for Aust-Agder krets på Vigeland 2019, Kortreist moro. Vi har skrevet dette veiledningsheftet for at det skal være enklere å være leder på leiren. Vi regner med at du leser gjennom det på forhånd, og at du har det med på leiren. Har du spørsmål som du ikke kan finne svar på her, må du gjerne kontakte leirkomiteen. Du får også opplysninger på ledermøter under leiren. Speiderhilsen fra leirkomiteen

2. Innholdsfortegnelse

| | |
|-------------------------------------------|--|
| 1. Velkommen fra leirkomiteen | |
| 2. Innholdsfortegnelse..... | |
| 3. Kart over området..... | |
| 4. Leirkomiteé, Kontaktpersoner/stab..... | |
| 5. Deltakere oversikt grupper | |
| 6. Kontaktinformasjon grupper..... | |
| 7. Program..... | |
| oversikt | |
| dagsorden..... | |
| 8. Sikkerhet | |
| 8.1 Behov for bistand | |
| 8.2 Førstehjelpsutstyr | |
| 8.3 Sanitetsansvarlig i leiren | |
| 8.4 Brann | |
| 8.5 Propan | |
| 8.6 Ledertelt | |
| 8.7 Aggregat | |
| 8.8 Bading | |
| 8.9 Flått | |
| 8.10 Hygiene | |
| 9. Retningslinjer for gruppeområde | |
| 9.1 Størrelse på gruppeområdene | |
| 9.2 Byggverk | |
| 9.3 Plassering av telt | |
| 9.4 Kokeplass/bål plass | |
| 9.5 Graving | |
| 9.6 Tips ved sterk vind | |
| 9.7 Avfall og opprydding..... | |
| 10.1 Kildesortering | |
| 11. Leder ABC..... | |

3. Kart over området:



1. Leirkontor/matutlevering
2. Teltleiren
3. Leirbål/tasjangsen/bading/padling
4. Sanitetstelt

4. Leirkomite/kontaktpersoner/stab:

| | | |
|-------------------|----------------------|-----------------------------------|
| Leirsjef,teknisk | Jostein Karlsen | 90995137 |
| NK administrasjon | Even Karlsen | 95075829 (annen dekning 92085829) |
| Sikkerhet | Runde Midtbø | 47249424 |
| Forsyning | Jens Tveite | 91738870 |
| Program | Thomas Jensen | 99399912 |
| Program | Madelen Elvebakk | |
| Program,sanitet | Tor Magne Thorsen | 90287660 |
| Sanitet, leirbål | Vivi Haavik Tønnesen | 45000206 |
| | | |
| | | |

5. Speidergrupper:

| | Speidere | Ledere | Rovere | Lederbarn | Totalt |
|-----------------|----------|--------|--------|-----------|--------|
| Akeland FSK | | | | | |
| 1.Risør | | | | | |
| Flosta | | | | | |
| Bråstad MSK | | | | | |
| 1. Grimstad MSK | | | | | |
| 1.Eydehavn | | | | | |
| 1.Øyestad | | | | | |
| Vegårshei MSK | | | | | |
| Åmli | | | | | |
| 2.Tromøy | | | | | |

Totalt:

7. Program oversikt

| | 06:00-09:00 | 09:00-12:00 | 12:00-13:00 | 13:00-16:00 | 16:00-19:00 | 19:00-22:00 | 23:00 |
|---------|--------------------|-----------------------|----------------|---------------------------------|-------------|--------------------------------|-------|
| Lørdag | | | Ankomst | Opprigging | Middag | Åpningsleirbål v/Sagbruket | Ro |
| Søndag | Flaggheis, Frokost | Fortsette opprigg | Lunsj | Speidergudstjeneste v/Sagbruket | Middag | | Ro |
| Mandag | Flaggheis, Frokost | Rundløype m/wakeboard | Lunsj | Rundløype m/wakeboard | Middag | Leirbål i gruppa | Ro |
| Tirsdag | Flaggheis, Frokost | Rundløype m/wakeboard | Lunsj | Rundløype m/wakeboard | Middag | Leirbål v/Sagbruket | Ro |
| Onsdag | Frokost | Peffmøte a/Haik | Haik (avreise) | Småspeidere (ankomst) | Haik | Haik | Ro |
| Torsdag | Haik | Haik | Haik (ankomst) | | Middag | Avslutningsleirbål v/Sagbruket | Ro |
| Fredag | Frokost | Ta-Sjansen | Lunsj | Ta-Sjansen og Avreise | | | |

Mer detaljert program ligger på www.kretsleir.net og blir hengt opp ved leirkontoret.

Lørdag 3.august

Innrykk

Bygging av leir

17.00 Middag

19.30 Åpningsleirbål

22.30 Samling på eget område

23.00 Ro i leiren

Innrykk skjer etter hvert som gruppene ankommer leirområdet. Biler og tilhengere kan kjøre inn på parkeringsplassen, men dersom det blir for fullt må noen plasseres på en fjern-parkeringsplass.



Åpningsleirbål:

Åpningsleirbål avholdes ved hovedleirbålsscenen. Gruppa må stille på eget område kl 1930 klar for avmarsj. Korrekt speiderdrakt bæres.

Ved til fyring:

Det vil bli ferdig kløyvd ved til fyring i gruppene, hornved som som ligger ved leiren skal ikke brukes til annet en bygging.

Lederkro

Noen kvelder blir lederkroa en kombinasjon av «fristed for stressa ledere», treffsted, lese aviser, personlige samtaler osv..

Ledermøte:

Det blir avholdt ledermøte hver dag kl.12.30 i låven, hvis fint vær er vi ute nede ved stranda. Det er viktig at hver gruppe stiller med minst en leder på alle møtene.

Haik:

Haiken er en tur der patruljen går uten voksne ledere og overnatter under presenning eller under åpen himmel. Under haiken er det ikke andre tilbud til leirdeltagerne. Det er viktig at dere som ledere sjekker sekkene slik at ikke de yngste speiderne sliter seg ut. Husk også å ta ned flagget dersom dere forlater området. De samme sikkerhetsreglene for bading som vi har ellers på leiren, gjelder også på haiken. **Haikematen er Real Turmat, som skal ha varmt vann. NB!! Kun gassbrenner. Det er heller ikke lov til å tenne bål eller bade på denne haiken. Peffen skal ha nok strøm på telefonen under hele haiken. Patrulja skal ta et par bilder under haiken, instruksjer gis. PS!. velge haikrute på søndag 4.august**

Utstyr til haik:

Personlig:

- Mat
- Drikke
- Ryggsekk
- Sovepose
- Liggeunderlag
- Kniv
- Regntøy?
- Gummistøvler?
- Toalettsaker
- Skift av det som trengs (Sokker osv.)

Patruljeutstyr:

Kart
Kompass (+evt. GPS)
Søppelpose
1.Hjelpsutstyr
Presenning/ Haikduk
Tau til presenning
Toalettpapir (+ evt. toalett)
Mobiltelefon
Kokeutstyr med gassbrenner

Haikeruter:

Fotvardheia Øyren (kano) Helleren (kano)



Peffmøte og rovermøte

Her inviteres alle peffer og rovere til et trivelig og nyttig treff med blant annet gjennomgang av haikrutene.

Det vil bli arrangert en flott lederfest for de av lederne som er igjen i leiren. Vi håper dere deltar på denne festen, her blir god mat, sosialt samvær og underholdning. Etter festen møtes vi til kveldsgudstjeneste med nattverd. Kleskode: din fineste speiderskjorte.

Riving av leir:

Det gis ikke tillatelse til å rive leirområdet før fredag morgen. Grupper med lang reisevei, kan etter avtale med leirsjefen, starte deler av rivingsarbeidet tidligere. Raier tæs med hjem igjen ingenting skal ligge igjen i leirområdet. Leirområdet skal rakes for taurester og søppel. Eventuelle hull i bakken skal fylles og torven skal legges på igjen.

Nærmere orientering om riving, rydding og avreise vil bli gitt på ledermøtet.

Pakking og avreise

Hver gruppe er ansvarlig for å rydde sine egne områder. Leiren er et felles prosjekt for alle gruppene som deltar. Alle har også ansvar for å få ryddet fellesområder. Det skal også ryddes i "grøftkantene" til leiområdet. Husk å fjerne merkepinner og merketau.

Alle hull skal fylles igjen og torven skal legges på plass. Det er ikke tillatt å grave ned bålrester, søppel, stein som ikke lå på jorden, trevirke eller andre fremmedlegemer. Raier og hunved legges på anvist sted. Spiker, kramper og skruer skal ikke forekomme. Kast søppel - husk kildesortering også når dere rydder. Gå manngard og plukk søppel.

Leiområdet befares og sjekkes før avreise av en i leirkomiteen.



8 Sikkerhet

8.1 Behov for bistand

Ved behov for hjelp ved mindre skader, sykdom, bråk, brann og ulykker så skal sikkerhetsansvarlig og sanitetsansvarlig varsles. Er det åpenbart behov for bistand av nødeter kontaktes disse umiddelbart (brann (110), politi (112) eller helse (113)). Deretter kontaktes sikkerhets- og sanitetsansvarlig varsles umiddelbart.

8.2 Førstehjelpsutstyr

Alle grupper skal ha med seg førstehjelpsutstyr for de mest vanlige skader.. Enkle skader, hodepine og hjemlengsel skal i den utstrekning det er mulig behandles av gruppens egne ledere. Husk rikelig med plaster, tape, kompresser, vaskesprit, ibux, paracet, myggolje og solkrem.

8.3 Sanitetsansvarlig i leiren

Det er en førstehjelpsstasjon i leiren. Sanitetsansvarlig er ansvarlig for førstehjelpsutstyr noe ut over grunnutrustning. Ved større skader eller sykdom benyttes legevakten i Kristiansand. Ta med helsekort til dersom du tar med speideren til Sanitetsansvarlig. Det føres en logg over alle uhell og uønskede hendelser. Ved behov for bistand om natten kontakt helst nattevakten først. Ved akutte situasjoner med fare for liv og helse skal du ringe 113.

8.4 Brann

Alle gruppene skal ha minst ett 6 kilos brannslukkingsapparat og to bøtter med vann i nærheten av bål og kokeplass. Retningslinjene for utforming av leiområder skal følges av alle.

8.5 Propan

Skal stenges av/frakobles helt når den ikke er i bruk. Flaskene skal alltid oppbevares stående i tilfelle brann. Gass lagres i skyggen. Oppbevaring av propan skal merkes særskilt. Propan skal ikke lagres i telt hvor folk sover!

8.6 Ledertelt

Skal være merket med skilt og godt synlig refleks.

8.7 Aggregat

Det er ikke tillatt å bruke aggregat under leiren.

8.8 Bading

Det er badeplass på leirstedet. Leiren organiserer ikke bading. Det er ikke vakthold på stranden og ferdsel skjer på eget ansvar. Bading skal skje i regi av gruppen og det må være to svømmedyktige voksne over 17 år pr 7 speidere.

Skjer det ulykker varsles 113 umiddelbart, deretter leirens sanitetsansvarlig og sikkerhetsansvarlig.

8.9 Flått

Finnes det mye av i skogområdene. I områder med fuktig gress og mye løvskog er det viktig å ta forholdsregler. Vi anbefaler lange bukser og tette sko, putt buksa ned i sokkene. Rist klærne godt (vreng) før de tas inn i teltet. Det er viktig å sjekke kroppen for flått etter tur i områder med mye flått. Flåtten kryper raskt og kan bite seg fast de fleste steder på kroppen, men helst på steder med tynn hud. Fjern flåtten så raskt som mulig. Flått som fjernes innen ett døgn etter at den har bitt seg fast overfører sjelden sykdommer. Bruk gjerne en pinsett når du fjerner flåtten, den sitter ofte godt fast.

- Ta tak og dra flåtten raskt rett ut. Da har du størst mulighet for å få med deg hele flåtten, inkludert munn delene som har bitt seg fast.
- Vask gjerne bittstedet med såpe..
- Gamle råd om å smøre flåtten inn med oljer, fett, sprit o.l. for at den lettere skal slippe taket, virker mot sin hensikt. Slike midler forsinker fjerningen og øker faren for sykdomsoverføring.

Det kan være lurt å benytte Autan eller andre midler som holder flått borte.

8.10 Hygiene

. Dårlig hygiene kan få uheldige følger. Følgende retningslinjer skal følges:

- Hender skal vaskes etter toalettbesøk og før en tar i mat (spising, matlaging, rydding etc.).
- Pass på at speiderne skifter tøy i løpet av leiren.
- Pass på at alle bruker eget spiseredskap, håndkle, tannbørste og kam/børste.
- Tenner pusses morgen og kveld.
- Full kroppsvask med såpe og sjampo minst en gang under leiren. Lag gjerne en dusj på gruppeområdet.

Hvert gruppeområde skal ha følgende hygiene fremmende installasjoner:

- Fettfelle. Graves et stykke unna matlaging og –oppbevaring og utenfor gressplenen. Det skal være gress på rista. Gresset skiftes daglig. Gammelt gress brennes.
- Vaskestativ for hender. Fortrinnsvis rennende vann og flytende såpe. Det skal også være desinfeksjonssprit til hender tilgjengelig. Det anbefales også å ha neglebørste..
- Oppvaskstativ. Med vaske- og skyllekum. Oppvasken gjøres med varmt såpevann og tørkes ordentlig. Gjøres etter hvert måltid og ellers etter behov.
- Kjøleskap. Kjølemat skal i utgangspunktet ikke oppbevares i leiren, men ved unntak skal dette oppbevares i kjøleskap. Det vil bli muligheter til å levere inn maten etter måltider for oppbevaring i kjøleskap. Matvarer som ikke trenger kjølig lagringsplass, må oppbevares i kasser e.l. for å beskytte dem mot smådyr. Stek/kok maten ordentlig.

9 Retningslinjer for gruppeområde

9.1 Størrelse på gruppeområdene

Gruppeområdene blir målt opp av leirstaben. Områdene fordeles etter gruppestørrelse. Det er tatt hensyn til at alle må ha plass til søppelsorteringsstativ, fettfelle og kjøkkenavdeling. Plass ellers er avhengig av gruppens deltakerantall.

9.2 Byggverk

Det er tillatt med byggverk med maksimal plattformhøyde på inntil 3,0 meter. Oppholdsplattformer over 2 meter skal ha rekkverk (0,9 meter minimums høyde) med åpning mindre enn 0,4 meter. Ved byggearbeider hvor beina til den som arbeider i høyden er mer enn 3,0 meter over bakken, skal sikringsutstyr brukes, inklusiv hjelm. Andre som arbeider innenfor nedfallsområde og kan få fallende gjenstander på seg skal også bruke hjelm.

Presenninger over bord skal ikke festes direkte i bordkonstruksjonen. Presenningen festes direkte i plugger i bakken via tau. Dette for å hindre at bordkonstruksjonen kan bli løftet opp om vinden tar tak i presenningen. Sterk vind kan fort bli en realitet. Presenninger må derfor sikres forsvarlig. Presenninger som ikke oppfattes som forsvarlig sikret kan kreves fjernet av leirstaben. Flaggstenger må forankres godt slik at de ikke utgjør en fare for deltakerne.

9.3 Plassering av telt

Det skal være 2 meter avstand fra telt til grense mot naboområde. Barduner må stå inne på eget område. Telt med ovn skal plasseres med minimum 5 meters avstand til andre telt. Ovn skal ikke benyttes når folk sover i teltet. Stearinlys eller bruk av åpen flamme på andre måter i telt, er ikke tillatt.

9.4 Kokeplass/bål plass

Bål plass/kokeplass skal ligge minst 5 meter fra telt. Det anbefales at kokeplassen legges ut mot gangvei. Bål skal ikke brenne uten tilsyn og skal være helt slukket før siste leder forlater gruppeområdet. Bruk av engangsgriiler er ikke tillatt. Det kan bli restriksjoner og vi følger brannvesenets bestemmelser.

9.5 Graving

Graving er tillatt til:

- fettfelle i utkanten av området,
- nødvendig forankring av byggverk
- oppsetting av flaggstang
- bål

Torv skal tas vare slik at den kan legges tilbake etter leiren. Legg torv på plastduk og vann den jevnlig.

9.6 Tips ved sterk vind

1. Bruk 6-12 mm tau som legges på kryss over presenningen og igjen festes i bakken. Dette vil stabilisere presenningen.
2. Ikke bruk maljene på presenningen. De er ikke dimensjonert for forankring ved sterk vind.

10 Avfall og opprydding

10.1 Kildesortering

På gruppens eget leiområde har alle et avfallsstativ, og der skal det sorteres matavfall, glass- og metallemballasje, plastemballasje, papp/papir/drikkekartong, elektrisk og elektronisk avfall (EEavfall) og restavfall.

En del emballasje er merket med informasjon om hvordan det kan sorteres. Se om du finner merking på emballasjens bakside/underside.

10.2 Sorteringsguide

Avfallstype

Matavfall

Eksempler

Alle matrester som ikke kan brukes til restmat, som f.eks. bananskall, kaffegrut, tørkepapir og planterester, skal sorteres.

Gjennomføring

Matavfall skal samles i en egen beholder på leiområdet. På returpunktene skal det tømmes i beholder merket «Matavfall». Matavfall bør tømmes hver dag, gjerne rett etter middag.

Glass- og metall emballasje

Hermetikkbokser, syltetøyglass, kaviartuber og

Glass- og metallemballasje samles i egen beholder i

| | | |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | annen glass- og metallemballasje skal skylles, tørkes og sorteres. Husk at for eksempel aluminiumsfolie ikke skal sorteres som metallemballasje hvis den er tilgriset. Dette gjelder også kaviar-tuber etc som er umulig å rengjøre. Dette skal i restavfall. | avfalls-stativet på leirområdet. På returpunktene skal det tømmes i beholder merket «Glass- og metallemballasje». |
| Plastemballasje | Både myk plast (poser, folie osv) og hard plast (flasker, kanner osv) skal leveres. Plastemballasjen skylles i kaldt vann og tørkes før den sorteres. Husk at mange plastflasker kan pantes. | Plastemballasje samles i egen beholder i avfallstativet på leirområdet. På returpunktet skal det tømmes i beholder merket «Plastemballasje ». |
| Papir | Aviser, papirark, pappesker, emballasjekartong, melkekartonger osv skal sorteres og <u>flatpakkes</u> | Papp/papir/drikkekartong samles i egen beholder i avfallsstativet på leirområdet. På returpunktet skal det tømmes i beholder merket «Papp/papir/drikkekartong. |
| EE-avfall | Batterier, mobiltelefoner, lommelykter, musikk-spillere og alle andre produkter som bruker strøm, enten fra batteri eller strømmettet skal sorteres. | EE-avfall bør ikke oppbevares på gruppens leirområde, men snarest mulig leveres På returpunktet skal det tømmes i beholder merket «EE-avfall ». |
| Restavfall | Det som er igjen når alt annet avfall er sortert skal leveres som restavfall. Målet er at minst mulig skal ende i denne kategorien. | Restavfall samles i egen beholder på avfallsstativet på leirområdet. På returpunktet skal det tømmes i beholder merket «Restavfall». |
| Tas ikke i retur | Det blir ikke anledning til å levere inn sofaer eller andre store møbler, utrangerte kjøretøy, umulige speiderledere eller speidere. | Slike ting må man beregne å måtte ta med hjem |

10.3 Opprydding

Hver gruppe er ansvarlig for å rydde sine egne områder. Leiren er et felles prosjekt for alle gruppene som deltar. Alle har også ansvar for å få ryddet fellesområder. Det skal også ryddes i "grøftkantene" til leirområdet. Husk å fjerne merkepinner og merketau.

Alle hull skal fylles igjen og torven skal legges på plass. Det er ikke tillatt å grave ned bålrester, søppel, stein som ikke lå i jorden, trevirke eller andre fremmedlegemer.

Raier og ting dere har tatt med til leiren skal taes med tilbake, så det ikke blir liggende noe igjen på Vigeland.

Kast søppel – husk kildesorteringen også når dere rydder.

Gå manngard og plukk søppel. .

11. Leder ABC

A

AVFALL:

Hold eget leiområde og tilgrensende leirgater fri for søppel. Gruppa skal ha et eget søppelstativ. Søppelsekker kastes i container på anvist plass. Vær spesielt nøye med matrester. Fluer og andre småkryp trives godt i maten, og kan dermed spre infeksjoner i leiren. Vi sorterer selvsagt avfallet. Papir, plast, glass, metall og restavfall sorteres hver for seg.

B

BADING:

Hovedregelen når det gjelder bading er at dette alltid skjer på gruppas eget ansvar.

Badeplassen vil ikke være bemannet med badevakt.

Gruppa går samlet til badeplassen, og må stille med to svømmedyktige ledere for hver 7. speider. Lederne er de siste som forlater badeplassen.

Bading må kun foregå innenfor de avgrensede områdene.

BESØK:

Venner og familie er velkommen til å komme på besøk i leiren.

BRANN:

Hver gruppe skal ha med seg eget brannslukningsutstyr. Stearinlys i telt er ikke tillatt.

D

DOVASK:

Det vil bli satt opp vaskeliste for vask av toaletter. De skal vaskes tre ganger hver dag.

F

FETTFELLE:

På alle gruppeområdene skal det finnes en fettfelle til avfallsvannet. Lag den skikkelig slik at den ikke blir tett. Skift rist ofte. **Tannpuss skjer her.**

FORSIKRING:

Speiderne er forsikret gjennom NSF, fra de reiser hjemmefra til de kommer hjem fra speiderleiren. Gruppen er selv ansvarlig for at speiderne har betalt kontingent til NSF. Familiemedlemmer som ikke er medlem i NSF må ha egen forsikring. Utstyret er ikke forsikret gjennom leiren. Gruppene må derfor selv ordne med forsikring av dette.

FLAGGET:

Flagget heises hver morgen kl. 08.00.. Flagget fires kl. 21.00 uten parade. Gruppa er ansvarlig for korrekt behandling av flagg på eget område.

G

GASS

Mange speidergrupper lager mat ved hjelp av gass, og da er det viktig å ta forhåndsregler. Gassbeholdere skal aldri oppbevares i det samme teltet som noen sover i. Gassbeholdere skal aldri ligge ned, men alltid stå oppe.

GRAVING

Det er tillatt å grave nødvendige hull på leirstedet. Disse skal fylles ved leirens slutt. Spar på torven slik at den kan legges på til slutt.

H

HELSEKORT:

Medbringes ved besøk til saniteten

HITTEGODS:

Hittegodset leveres leirkontoret. De som savner noe kan spørre på leirkontoret.

HOGST:

Det er ikke lov til å hugge små trær og busker på eller rundt leiområdet.

HYGIENE:

Vi ønsker en så ren og ryddig leir som mulig. En god leirhygiene er viktig for trivsel og for at vi skal redusere risikoen for infeksjoner, diaré og andre «unødvendige» sykdommer. Vær derfor nøye med å vaske hender etter do besøk og før matlaging. Alle gruppene skal ha en hygieneansvarlig Dennes

oppgave er å sørge for tilfredsstillende hygieniske forhold på gruppeområdet og blant leirdeltakerne.

I

IDRETT: Det blir satt opp volleyballnett så vi kan ha en turnering mellom troppene eller innad i gruppa.

INSPEKSJON:

Gruppa må selv bestemme når og hvordan dere skal foreta inspeksjon av patruljeområdene. Leirledelsen kan foreta inspeksjon til ubestemte tider - mest for å sjekke matoppbevaring o.l.

K

KANO/KAJAKK

All bruk av kano og kajakk skal kun forgå under oppsyn av leder. Det er påbudt med redningsvest.

KIOSK

Kioskens åpningstider vil variere gjennom leiruka.

KJØRING OG PARKERING:

Tilhengere kan kjøres inn på leirområdet, men må kjøres ut når utstyret er lesset av.

L

LEDERMØTE

Ankomstdagen –Lørdag 03.August blir det ledermøte (minst en leder fra hver gruppe) i låven. Alle gruppene må møte med minst 1 leder.

LEDERKRO:

Lederkroa blir en uformell kombinasjon av «fristed for stressa ledere», treffsted, lese aviser, personlige samtaler osv. Lederkroa har åpent hver dag hele dagen. Uten fast bemanning.

LEIRVAKTER:

Fra rosignal til reveltje vil det være vakter tilstede i leiren, som skal håndtere uønskede hendelser, og spesielt ha et fokus på brannfare. Ved større hendelser/problemer kontaktes sikkerhetsansvarlig.

LEIRBÅL:

Det er åpent for gruppene å delta med innslag.

LEIRKONTORET:

Dersom du har spørsmål om noe, oppfordrer vi deg til først å spørre gruppens leirkontakt. Hjelper ikke

det, må du gjerne kontakte leirkontoret. Bemanning varierer.

M

MATUTDELING:

Første ordinære måltid blir middag kl 1700 lørdag 03.august. Gruppa må selv sørge for medbrakt mat fram til dette måltidet.

Første matutdeling blir lørdag kl 1500. Vanlig matutdeling er hver dag mellom kl 0730 – 0830 (frokost), 11.30 – 12.30 (lunsj) og 1600 - 1700 (middagsmat).

Hver gruppe finner selv den maten de skal ha i selvbetjeningsdelen av intendanturen. Noen varer leveres beregnet etter deltakertall, andre etter ønske. Det er viktig at speidere som henter mat blir **fulgt av ansvarlig leder**. Om noen tar mer en tiltenkt kvote blir det ikke nok til alle.

Alle troppene må selv ha med en tralle/kasse som maten skal hentes/bringes i.

MATRESTER:

Alle uåpnede pakninger må leveres tilbake til intendanturen, da uåpnede pakninger for det meste kan leveres tilbake til leverandøren. Kjølevare kan også leveres tilbake for oppbevaring til neste måltid. Dette må gjøres så raskt som mulig.

MOBILTELEFON

Leirkomiteen vil ikke sette noen restriksjoner på mobiltelefoner utover at det ikke blir aktuelt å ha den på de forskjellige speideraktivitetene. Det er selvsagt heller ikke aktuelt å ha med mobiltelefon under leirbålene. Dette er dere som ledere ansvarlig for at blir overholdt, og vi ber om at dere går foran som gode eksempler. Lading av mobiler skjer på troppsområdet

N

Norsk flagg har vi med på leiren.

O

OPPBEVARING AV MAT:

Det vil bli muligheter til å levere inn maten etter måltider for oppbevaring i kjøle. Matvarer som ikke trenger kjølig lagringsplass, må oppbevares i kasser e.l. for å beskytte dem mot smådyr.

OPPVASK:

Gruppene må selv sørge for oppvaskmiddel. Oppvask skal skje umiddelbart etter hvert måltid. Bruk så varmt vann som mulig. God oppvask er viktig.

P

PERSONLIG HYGIENE:

Gruppene skal ha en egen vaskeplass for håndvask. Håndsåpe må gruppa kjøpe inn etter eget behov. Vask alltid hendene før tilberedning av mat, måltider og etter toalettbesøk.

Se til at klær, fottøy, soveposer og telt luftes og tørkes.

Q

QUESTIONS:

Any questions you might have can be directed to the leirkontor.

R

Ro:

Gruppene har ansvar for ro på eget området - også gjennom natta

RUS

Det er ikke tillatt å nyte noen former for rusmidler eller alkohol på leirens område.

RØYKING

Det er ikke tillatt å røyke på leirens område. (Husk at speiderskjorte skal brukes hver gang du forlater leiområdet.)

S

SANG OG MUSIKK:

er vi glad i og det liver opp leiren:)

SANITET I TROPPENE:

1. Troppen er ansvarlig for å ha med førstehjelpsutstyr slik at de selv kan ta hånd om småskader/sykdom. Førstehjelps-utstyr i tropp og patrulje bør bestå av enkeltmanns-pakker, sårplaster, heftplaster, sterile kompresser, gasbind, elastisk bind, trekanttørkle, saks, sikkerhetsnåler, paracetamoltabletter og skrivesaker.

Småskader/sykdom er for eksempel sår/kutt som ikke må sys, insektsstikk, sykdom/uvelfinnende som lege ikke trenger å se på. Er leder i tvil oppsøkes sykestue.

2. Troppen er ansvarlig for at hygieniske regler følges når det gjelder matoppbevaring og utslag av spillvann. Troppen sørger for at de som lager mat har mulighet for å vaske seg ordentlig på hendene før matlagning. La oss unngå oppkast og diaré !

3. Troppen er ansvarlig for at kniv, sag og øks brukes på forsvarlig måte. Likedan må ild brukes med varsomhet. Ikke ild i eller nær telt. Vær forsiktig ved bruk av brennbare væsker.

4. Troppen er ansvarlig for at hver patrulje som skal på haik med seg førstehjelpsutstyr.

5. Troppen er ansvarlig for å følge speidere som skal til behandling på sykestua. Hvis pasienten ikke selv kan gå finnes bære på sykestua og i leirvakta.

6. Ved henvendelse til sykestua - ta med det utfylte helsekortet. Finnes på

NB! Alle patruljer må ha utstyr og kunnskap til å utføre enkel førstehjelp.

SPEIDERDRAKT:

Speiderdrakt skal brukes av leirdeltakerne på reise til og fra leiren, ved flaggparader, bibeltimer, leirbål, åpnings- og avslutningsseremoni og på haiken. Hvis speiderne skal utenfor leiområdet under leiren, må de også ha den på.

SYKESTUA:

Det vil være mulig å opprette ei sykestue med noen senger dersom det skulle bli behov for det. I kommunen finnes tannlegevakt.

OBS! Ledere er ansvarlig for at alle speidere har med seg helsekort i utfylt stand. Helsekortet oppbevares i troppen og medbringes ved eventuelt besøk på sykestua.

T

TELEFON

Det er ikke noe fast telefon på leirstedet. Hvis deltakernes pårørende har behov for å komme i kontakt med «sin speider», anbefaler vi at en av lederne i gruppa oppgir sitt telefonnummer.

TILLATELSE TIL Å DRA UT AV LEIREN:

Dersom noen ønsker å reise på utflukt utenfor leiområdet, må det gis tillatelse fra ansvarlig leder i gruppa. Dette gjelder alle slags turer. Utenfor leiområdet må alle deltakere bære korrekt speiderdrakt.

TID FOR ETTERTANKE MED GRUPPA:

Kl 22.30 er det hver kveld satt av en ½ time før rosignal til «tid for ettertanke med gruppa». Denne halvtimen skal alle speiderne være på eget område. Tiden er tenkt som en stille stund i gruppa der man kan oppsummere dagens inntrykk.

TOALETT/LATRINE:

Speidere kan bli rekruttert til toalettrensjøringen. Dette vil bli fordelt på gruppene.

Husk å vaske hendene etter toalettbesøk

Tyveri

Tyveri av leirflagg er ikke OK.

U

Ut på tur-aldri sur

V

VEIBESKRIVELSE

Veibeskrivelse til leiren adresse: Vigelandsveien 884, 4821 Rykene

VAKT:

Gruppa bli bedt om å stille mannskap til leirvakta i enkelte perioder.

VANNPOSTER:

Ved vannpostene skal det bare hentes vann! Oppvask eller personlig vask må ikke forekomme ved vannpostene. Det skal heller ikke søles med vann.

W

WALKIE-TALKIE:

LK, leirvakta og enkelte etater vil bruke walkie-talkie på leiområdet. Hvis andre bruker egne apparat kan det forstyrre dette sambandet.

X

ROMERSK TALL

Det romerske tallet X tilsvaret 10

Y

YOGHURT:

Yoghurt [ˈjåggurt] en slags surmelk som ansees for å være særlig sunn.

Z

ZLOTY

Zloty [ˈslåti] polsk myntenhet.

Æ

ÆRESORD:

Bryter man dette mister man litt av æren sin.

Ø

ØKS OG KNIV:

Kasting og annen lek med kniv og øks er ikke tillatt.

Å

ÅPNINGSLEIRBÅL:

Felles for hele leiren.

Oversikt over oppgaver som er fordelt på gruppene:

Vakt 1 = 23 til 03

Vakt 2 = 03-07

Mvask = morgen vask- før kl 07.30

Midt på dagen vask = mellom kl 12 og 13

K-vask = Kveldsvask = mellom 18 og 19