

# 2011

## Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF



Trond Friisø

Leirsjef

25.07.2011

## 1 Innhold

1.	Introduksjon .....	4
2	Kontaktpersoner.....	5
2.1	Oppgavefordeling på gruppene.....	6
2.2	Andre viktige telefonnumre og adresser.....	6
3	Kurs, opplæring og informasjon før leiren .....	7
4	Transport, toll og grensepassering .....	7
5	Merker .....	8
6	Om besøk fra WSJ.....	8
7	Mat .....	9
7.1	Hygiene.....	10
7.2	Meny.....	11
7.3	Kiosk .....	13
8	Program .....	13
8.1	Flaggheis/morgensamling .....	13
8.2	Ledermøte .....	13
8.3	Programøktene.....	13
8.4	Rulleringsplan for aktivitetsøkter .....	14
8.5	Program oversikt .....	15
9	Sikkerhet.....	16
9.1	Behov for bistand .....	16
9.2	Førstehjelpsutstyr.....	16
9.3	Sanitetsansvarlig i leiren.....	16
9.4	Sanitet i den enkelte tropp.....	16
9.5	Brann .....	17
9.6	Propan .....	17
9.7	Ledertelt .....	17
9.8	Aggregat .....	17
9.9	Bading.....	17
9.10	Flått (skogflåttencefalitt).....	17
9.11	Hygiene.....	18
10	Retningslinjer for gruppeområde .....	18
10.1	Størrelse på gruppeområdene .....	19
10.2	Byggverk .....	19

## Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

10.3	Plassering av telt.....	19
10.4	Kokeplass/bål plass .....	19
10.5	Graving .....	19
10.6	Tips ved sterk vind.....	20
11	Avfall og opprydding.....	20
11.1	Kildesortering .....	20
11.2	Sorteringsguide .....	21
11.3	Opprydding.....	21
12	Leir reglement .....	22

# Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

## 1. Introduksjon

Velkommen til leir. Denne håndboken er laget av undertegnede som info til ledere, speidere, foreldre og andre interesserte. Målet er å få spredd mest mulig informasjon, slik at vi får mest mulig tid til å kose oss under leiren, og ikke bruker alt for mye tid på å rydde i misforståelser. Undertegnede tar det fulle ansvaret for eventuelle feil og mangler. Leiren blir akkurat så bra som vi klarer å få til i felleskap. Dette er vårt (deltakernes) fellesprosjekt, og til sammen tror jeg dette blir kjempebra....

Hvor: Kretsleiren arrangeres på Almö i Ronneby kommune nær Karlskrona i Sverige.

Askim skal arrangere en tilsvarende leir, kalt Nordtreff2011, på samme sted. Vi har derfor innledet et samarbeid med dem.

Når: 30. juli til 6. august 2011.

Hvem: Følgende er påmeldt:

GRUPPENAVN	Under 7 år	7-10 år	11-14 år	15-18 år	Over 18 år	Totalt
Akland FSK		3	6	3	2	14
Arendal MSK			9	1	2	12
1. Bråstad MSK			8	1	2	11
Fevik I			3	4	4	11
Flosta			4		2	6
Grimstad FSK Sjø		1	8	3	9	21
1. Grimstad MSK	2	3	24	9	9	47
1. Risør			9	2	6	17
1. Øyestad			12	3	5	20
<b>TOTALT pr 16/5</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>83</b>	<b>26</b>	<b>41</b>	<b>159</b>

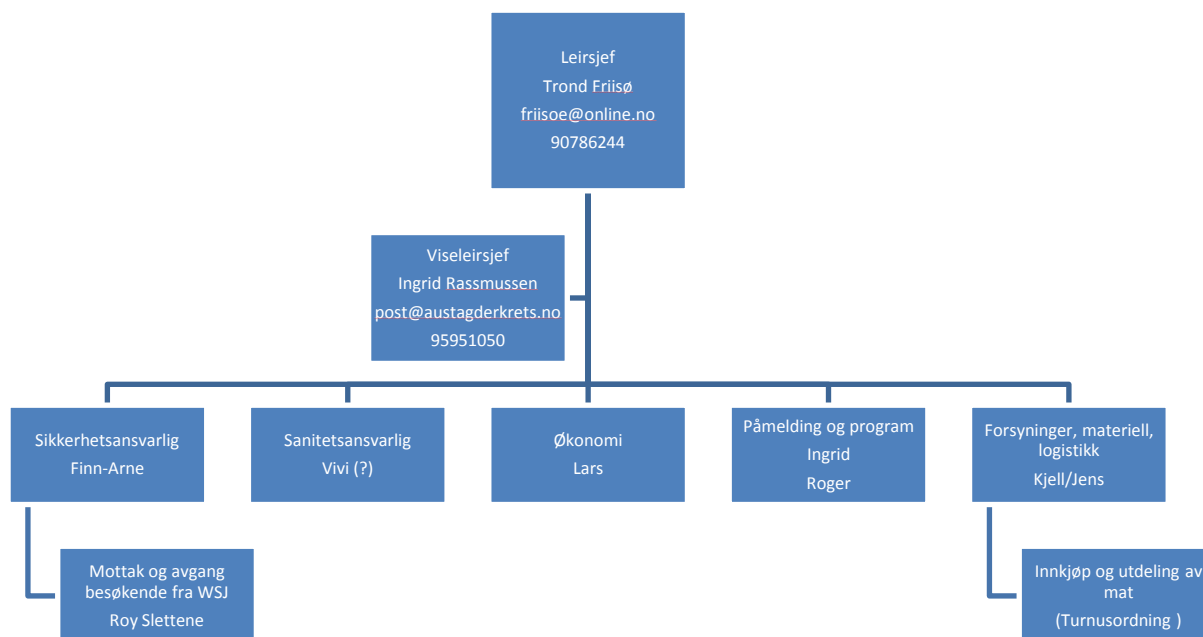
I tillegg skal vi skal motta 150 besøkende fra World Scout Jamboree (WSJ) fra 31. juli til 1. august, og fra 1. til 2. august, og fra 2. til 3. august.

Hilsen

Trond Friisø

## 2 Kontaktpersoner

Funksjon	Navn	Gruppe	Telefon	e-post
Leirsjef	Trond Friisø	1. Øyestad	+47 907 86 244	<a href="mailto:friisoe@online.no">friisoe@online.no</a>
Viseleirsjef	Ingrid Rasmussen	Fevik 1.	+47 959 51 050	<a href="mailto:post@austagderkrets.no">post@austagderkrets.no</a>
Sikkerhetsansvarlig	Finn-Arne Johansen	Grimstad FSK Sjø	+47 926 40 070	<a href="mailto:faj@bzz.no">faj@bzz.no</a>
Ansvarlig for mottak og avgang besøkende WSJ	Roy Slettene	1. Grimstad MSK	+47 99 15 33 12	<a href="mailto:royslett@online.no">royslett@online.no</a>
Sanitetsansvarlig	Vivi Tønnessen	1. Grimstad MSK	+47 450 00 206	<a href="mailto:vivi@medtekweb.no">vivi@medtekweb.no</a>
Økonomiansvarlig	Lars Grønvold	Akland FSK		<a href="mailto:larsgronvold@c2i.net">larsgronvold@c2i.net</a>
Påmelding og program	Ingrid Rasmussen	Fevik 1.	+47 959 51 050	<a href="mailto:post@austagderkrets.no">post@austagderkrets.no</a>
	Roger Lieng	Arendal MSK	+47 997 22 440	<a href="mailto:roger.lieng@arendal.kommune.no">roger.lieng@arendal.kommune.no</a>
Forsyninger, materiell, logistikk	Kjell Aaberg	1. Bråstad	+47 95 13 47 77	<a href="mailto:kjaaberg@online.no">kjaaberg@online.no</a>
	Jens Tveite	1. Øyestad	+47 917 38 870	<a href="mailto:jens.tveite@skarpnes.com">jens.tveite@skarpnes.com</a>
Utdeling av mat (turnus, se under)	Dag Harald Bratland	Flostad	+47 909 12 627	<a href="mailto:bratland13@gmail.com">bratland13@gmail.com</a>



## 2.1 Oppgavefordeling på gruppene

GRUPPENAVN	Lør	Søn	Man	Tirs	Ons	Tors	Fre
Akland FSK	Toalett						
Arendal MSK	Mat				Toalett		
1. Bråstad MSK							
Fevik I		Toalett		Mat			
Flosta		Mat					
Grimstad FSK Sjø			Toalett				Mat
1. Grimstad MSK			Mat				Toalett
1. Risør				Toalett	Mat		
1. Øyestad						Toalett	

Toalett = Vasking av toalett, påfyll av toalettpapir, såpe og desinfeksjonsmiddel

Mat = Innkjøp gjøres før frokost, eller mellom frokost og lunsj dersom det er kjøpt inn frokost dagen før. Det kjøpes inn til lunsj og middag samme dag, og evt. frokost påfølgende dag. Unntak: Lørdag 30. juli har vi bare middag. Torsdag skal vi bare ha frokost. Frokosten til fredag kjøpes på onsdag dersom det er behov.

## 2.2 Andre viktige telefonnumre og adresser

**Nødnummer:** Sverige har felles nødnummer for Ambulanse, Brann, Politi: **112**

**Brann:** Räddningstjänsten Östra Blekinge. Telefon: 0455-30 39 80. Adresse: Kallingsvägen 8, Ronneby

**Politi:** Telefon: 114 14 for alle henvendelser som ikke er akutte

**Ronneby kommun:** Per Drysén, Säkerhetssamordnare, Tel: 0457-61 89 10

**Legevakt:** NÄRMSTA VÅRDCENTRAL: NÄTTRABY VÅRDCENTRAL (ca 1 mil, 15 minutter bort)

Besøksadresse: Kyrkvägen 16, Nättraby

Postadresse: 370 24 Nättraby

Telefon 0455-73 57 20

Telefontid hverdager: 8.00-17.00

Åpningstid hverdager: 8.00-17.00

**Sykehus/Akuttmottak:** Blekingesjukhuset Karlskrona/Bergåsa (ca 2 mil, 30 minutter bort)

---

# Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

Sjukhusets växeltelefon 0455-73 10 00

GIFTINFORMATIONSCENTRALEN: 08-3312 31

SJUKVÅRDSUPPLYSNING: Riksnummer 1177

**Kontakt for leirområdet:** Dacke Scoutdistrikt, Marcus Svensson

Telefon: 0768-998388

e-post: [marcus.svensson@dackescout.se](mailto:marcus.svensson@dackescout.se)

**Speidernes beredskapstelefon:** +47 09 123. Det er mulig dette ikke virker fra utlandet. I så fall kontaktes NSF's generalsekretær, Karen Johanne Strømstad på telefon +47 952 36 561.

**Vår kontakt ved WSJ:** Ole Norland, telefon +47 47 64 86 59. e-post: [olenorland@gmail.com](mailto:olenorland@gmail.com)

**WSJ Emergency Call Center (ECC)** 010-47 14 999

## 3 Kurs, opplæring og informasjon før leiren

Alle ledere må gjennomgå det web-baserte kurset Safe From Harm:

<http://campincamp.safefromharm.se/>

Alle ledere må lese og akseptere følgende policy dokumenter:

1. Jamboreens Policy on Drugs, alcohol and tobacco
2. Jamboreens Code of Conduct for Adults

Ellers finnes det mye nyttig informasjon her:

<http://sverige.worldscoutjamboree.se/category/camp-in-camp/>

Link til leirstedet: <http://www.ssf.scout.se/dacke/fastigheter2/almo>

Link til Nordtreff2011 (våre leirnaboer og samarbeidspartnere):

[http://askimspeidergruppe.no/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=73&Itemid=108](http://askimspeidergruppe.no/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=73&Itemid=108)

Nordtreff2011 på Facebook (mange bilder av leirstedet):

<http://www.facebook.com/pages/Nordtreff-2011/146081142126931>

Link til Finn-Arnes side: [www.gfsk.no](http://www.gfsk.no)

## 4 Transport, toll og grensepassering

Gruppene ordner selv transport til leiren.

Alt utstyr må deklarerer inn ut av Norge for at vi skal unngå problemer ved innreisen igjen. Særlig gjelder dette utstyr og bagasje på lastebil og tilhenger.

---

# Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

Det er lov å ta med rajer fra Norge til Sverige, men disse må være barket.

Fartsgrenser for tilhenger i Sverige:

Se også: <http://www.transportstyrelsen.se/sv/Vag/Fordon/fordonsregler/Slap/Slapvagn--husvagn/Hastighet/>

Du får køre i høgst 80 km/tim med

- bromsad släp- eller husvagn
- obromsad släp- eller husvagn (totalvikt høgst 750 kg)
  - a) om totalvikten inte överstiger bilens halva tjänstevikt eller
  - b) om släp- eller husvagnen är olastad och tjänstevikten inte överstiger bilens halva tjänstevikt.

høgst 40 km/tim med

- obromsad släp- eller husvagn (totalvikt høgst 750 kg)
  - a) om totalvikten överstiger bilens halva tjänstevikt eller
  - b) om släp- eller husvagnen är olastad och tjänstevikten överstiger bilens halva tjänstevikt.

Transport fra Almö til for oss WSJ blir ordnet av WSJ.

Parkering: Det er begrenset parkering nær leiområdet. Kun kjøretøy beregnet for offisiell transport (mat, beredskap) får stå i nærheten. Øvrige kjøretøy må påregne å stå på parkeringsplasser 500-1000 meters borte.

## 5 Merker

Alle deltakerene vil motta et Camp-in-Camp merke fra WSJ.

Vårt eget merke for leiren lages som en aktivitet under leiren.

Det vil bli salg av kretsmerker under leiren så lenge lageret holder.

## 6 Om besøk fra WSJ

Vi får til sammen 450 besøkende fra WSJ. Disse kommer 150 av gangen. De første ankommer søndag 31. august ca. kl. 12, de neste kommer dagen deretter, og dagen deretter igjen. Hver gruppe blir i ca. 24 timer. Hver gruppe stiller på parkeringsplassen med en representant for å ta imot besøkende patruljer på et nærmere angitt tidspunkt. Om noen grupper primært ønsker jenter eller gutter så må Roy Slettene orienteres om dette. Det må også gis melding om gruppen deres mestrer andre fremmedspråk enn engelsk.

De besøkende har med sin egen mat, soveposer og liggeunderlag

Gruppene (vi) må holde telt/lavvo og kokemuligheter for de besøkende.



## Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

De besøkende er organisert i patruljer a 10 personer. En leder og ni speidere. Speiderne i hver patrulje er av samme kjønn. Lederne skal sove i eget ledertelt, evt. I samme telt som lederne til gruppen de besøker. Gutter og jenter skal ikke sove sammen.

Dersom noen av patruljene har spesielle behov eller krav (for eksempel til kokeutstyret) ordner de dette selv.

GRUPPENAVN	Antall besøkende patruljer	Antall besøkende personer
Akland FSK	1	10
Arendal MSK	1	10
1. Bråstad MSK	1	10
Fevik I	1	10
Flosta	1	10
Grimstad FSK Sjø	2	20
1. Grimstad MSK	4	40
1. Risør	2	20
1. Øyestad	2	20
<b>SUM</b>	<b>15</b>	<b>150</b>

### 7 Mat

Det blir mye selvbetjening og det skal være nok mat til alle. Men det er viktig at ingen hamstrer og lager egne lagre i grupper eller patruljer.

**Åpningstider.** Matstasjonen vil åpne kl. 07.30 og stenge kl. 22.30. Det vil bli stengt ca en time for å forberede middagsutdeling. Middagen kan hentes fra ca kl. 15.30 og utover. Første matutlevering er lørdag kl. 14.00. Da kan middag hentes. Avreisedagen stenger matutdelingen kl. 10.00.

**Brødmåltid.** Her blir det selvbetjening på alt. Det kommer påfyll til matstasjonen hver dag. Det er derfor viktig å ikke hamstre. Nye påleggstyper vil dukke opp i løpet av leiren. Det vil være flere forskjellige brødtyper tilgjengelig, også glutenfritt om noen har behov for det.

**Middag.** Også her blir det selvbetjening, men hvor mye det er beregnet av hver av hovedingrediensene til hver gruppe finnes på liste oppslått i matteltet. Andre ingredienser vil kunne plukkes mer fritt. Det er her viktig å ta det en trenger, og ikke mer. Dersom dere under middagslagingen ser at dere har for mye mat i forhold til behov, setter vi pris på retur til matstasjonen raskest mulig. Kanskje har noen grupper fått litt lite mat og setter pris på litt ekstra.

Det skal være nok mat til alle og alle skal bli gode og mette. Men det krever at maten blir fordelt på alle.

Gruppen må selv ordne kasse til å frakte maten fra matstasjonen til gruppeområdet. Traller etc. med hjul skal IKKE tas med inn i matstasjonen. Dette av både hygieniske og plassmessige grunner.

**Kakao på kveldene.** Har gruppen lyst på kakao, kan råvarer (melk, sukker og kakaopulver) hentes fra matstasjonen helt fram til klokken 22.30.

**Krydder.** Det vil ikke bli delt ut krydder og salt i store bokser. De gruppene som har behov for dette kan ta med egen emballasje og hente i matutdelingsteltet.

**Retur av mat.** Det er bedre lagringsforhold i matstasjonen enn i gruppene. Uåpnet mat kan derfor returneres etter måltid. Uåpnet melk kan settes tilbake i kjøleskap. Påfyll kan hentes nesten hele døgnet. Det er derfor ingen grunn til å ha store matlager i gruppene. Vi ønsker ikke store kasser med retur fra enkelte grupper siste dag.

**Diettmat.** Det er meldt inn følgende diettbehov:

- Laktose: 1 (1. Bråstad MSK)
- Gluten: 2 (Akland FSK)
- Gluten- og laktose: 1 (1. Risør)

Disse vil dekkes gjennom innkjøpene.

## 7.1 Hygiene

Mat kan være kilde til oppkast og diaré, spesielt dersom vi får varme dager. Det er derfor viktig at alle har fokus på hygiene og oppbevaring av mat. Ta ikke noen sjanser med fordervet mat.

### Gode råd for matvarehåndtering samt skikk og bruk på kjøkkenet:

- Hent ikke mer mat enn nødvendig, lagringen av mat foregår alltid bedre i matteltet enn i egen leir.
- Vær nøye på å pakke inn maten når emballasjen først er åpnet. Ta med bokser og plastposer for forsvarlig innpakning hjemmefra.
- Leverpostei bør kastes etter hvert måltid.
- Unngå at mat og drikke kommer i kontakt med jord.
- Bruk egnede kasser for matoppbevaring borte fra sol, varme og regn. Mat skal oppbevares kjølig og tørt!
- Merk alle drikkevannskanner tydelig med "drikkevann". Disse skal kun brukes til dette formålet. Rent drikkevann hentes nytt hver dag og holdes unna solen.
- Bruk håndvask med såpe og hånddesinfeksjon før mattilberedning. Husk å påse at alle i troppen er nøye med håndvask/desinfeksjon (desinfeksjonsgelè). Synlig møkkete hender skal ALLTID vaskes rene med såpe og vann i minst 60 sekunder. Deretter kan hånddesinfeksjon benyttes. Hånddesinfeksjon dreper bakterier og mikrober, men fjerner ikke synlig skitt. Vaskes hendene i varmt vann er det ikke nødvendig med desinfeksjon etterpå.

- Meieriprodukter holder seg svært dårlig i varmen på speiderleir. Bruk en kartong/pakke om gangen og kast melk etter hvert måltid om du ikke har tilfredsstillende lagring (kjølig og i skyggen). Husk maks ett døgn.
- Alle grupper skal ha merkede områder i "kjøkkenet" for UREN og REN sone. Oppvask og skitne kasseroller etc. skal ikke oppbevares der ren mat tilberedes!
- Mat og redskaper må ikke komme i kontakt med oppvasken. Brukte kniver (bestikk) og møkkete fjøler skal legges til oppvask i uren sone med en gang og ikke ligge rundt på området.
- Eget bestikk/tallerkner bør ikke oppbevares hengende uten tildekking. De bør oppbevares i en lukket pose (ikke plast grunnet fuktighet og muggdannelse).

## 7.2 Meny

### Lørdag

Dagens middag er hamburger.

Det utleveres: karbonader, hamburgerbrød, dressing, salat, tomat, agurk og ketchup.

Karbonadene stekes/varmes. Del opp salat, tomat og agurk.

Til dessert er det sjokolade-banan: Bananene snittes på langs (ikke skjær gjennom begge skallene) og fylles med litt sjokolade. Pakkes i aluminiumsfolie og legges i grillen inntil sjokoladen er smeltet. Spises rett fra skallet med skje. Alternativt kan bananen og sjokoladen spises som den er.

### Søndag

Frokost: Brødmatt

Lunsj: Brødmatt

Dagens middag er koteletter.

Forslag: Kotelett-wok med grønnsaker og ris.

Det utleveres: koteletter, ris, purre, sopp, mais, paprika, matfløte

Kok ris slik det står på pakken. Del paprika og purre opp i små biter. Del kotelettene i terninger og stek dem i wok/panne/gryte sammen med purrebitene.

Tilsett sopp, mais, paprika og matfløte. La det trekke litt. Serveres med ris.

Til dessert er det frukt.

### Mandag

Frokost: Brødmatt

Lunsj: Brødmatt

Dagens middag er fiskekaker med poteter.

# Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

---

Det utleveres: Fiskekaker, poteter, gulrøtter.

Kok poteter. Fiskekakene stekes/varmes. Server med rå (raspet) eller kokte gulrøtter.

Til dessert er det vannmelon.

## **Tirsdag**

Frokost: Havregrøt

Lunsj: Brødmatt

Dagens middag er Taco.

Det utleveres: Kjøttdeig, tacokrydder, tacosaus, tacoskjell eller tortillas, tomat, gulost, agurk, mais, salat, rømme.

Kjøttdeig brunes i stekepanne. Bland tacokrydder med vann etter oppskrift på pakken. Tomater, agurk og salat skjæres i små biter. Ingredienser settes fram i hver sin bolle på bordet.

Til dessert er det sjokoladepudding med vaniljesaus

## **Onsdag**

Frokost: Brødmatt

Lunsj: Brødmatt

Dagens middag er laks eller ørret.

Det utleveres: Hel laks/ørret, poteter, gulrøtter, rømme, sitron og purre

Forslag: Grillet laks/ørret i folie

Vask og rens gulrøtter og purre, og kutt dem i biter. Dryss salt på begge sider av fisken. Legg alt i aluminiumsfolie. Fordel halvparten av grønnsakene under fiskestykkene og resten oppå. Det kan være lurt å ha litt smør i folien. Stekes på grill i 35-50 minutter. Husk å koke poteter samtidig som fisken grilles. Er ferdig når fisken løsner lett fra hverandre (pass på når du sjekker, det er varmt). Serveres med kokte poteter og rømme.

Til dessert blir det gele med vaniljesaus.

## **Torsdag**

Frokost: Brødmatt

På grunn av tur til WSJ beregnes det ikke lunsj og middag denne dagen.

## **Fredag**

Frokost: Havregrøt

Lunsj: Brødmatt

Dagens middag er kyllingfilet med ris og salat.

Til dessert er det "lapskaus" av eple, banan, appelsin og rosin med vaniljesaus.

## Lørdag

Frokost: Brødmat.

Dette er leirens siste måltid.

## 7.3 Kiosk

Det vil være en kiosk på området. Denne er åpen to ganger om dagen. Kun kontanter i form av svenske kroner kan benyttes.

## 8 Program

### 8.1 Flaggheis/morgensamling

Flaggheis/morgensamling skjer gruppevis (eller sammen med nabogruppene om dere ønsker det).

### 8.2 Ledermøte

Det blir et kort ledermøte i lederkroa hver kveld fra kl. 20-20:30. Her blir det anledning til å ta opp det smått og stort, og spre informasjon.

### 8.3 Programøktene

Programøktene blir organisert som "speiderrama".

Hver økt er laget for antall i egenrepe x 2

Hver gruppe kjører aktiviteten 6 ganger

Rullering i henhold til planen under.

## 8.4 Rulleringsplan for aktivitetsøkter

	Gruppe/Aktivitet														
	Akland FSK	Arendal MSK	1. Bråstad MSK	Fevik 1	Flosta	Grimstad FSK Sjø	Grimstad FSK Sjø	1. Grimstad MSK	1. Grimstad MSK	1. Grimstad MSK	1. Grimstad MSK	1. Risør	1. Risør	1. Øyestad	1. Øyestad
<b>Patruljer</b>	Hinderløype m.m.	Hengekøye	Bomerang og praktisk hjernetrim	Knuter til nytte	Katapult	Brobygging	Fenderknyting	Tinnstøping	Pioneerings\ Hinderløype	Spikking	Treslått tyrkerknop	1. hjelp	1. hjelp	Lage leirmerke	Lage leirmerke
<b>Akland FSK</b>		Økt 2 søndag		Økt 1 mandag		Økt 2 mandag		Økt 1 tirsdag				Økt 2 tirsdag		Økt 1 onsdag	
<b>Arendal MSK</b>	Økt 2 søndag		Økt 1 mandag		Økt 2 mandag			Økt 2 tirsdag				Økt 1 tirsdag			Økt 1 onsdag
<b>1. Bråstad MSK</b>				Økt 1 onsdag		Økt 2 tirsdag			Økt 1 tirsdag	Økt 2 mandag			Økt 1 mandag	Økt 2 søndag	
<b>Fevik 1</b>	Økt 1 onsdag				Økt 2 tirsdag	Økt 1 tirsdag				Økt 2 mandag		Økt 1 mandag			Økt 2 søndag
<b>Flosta</b>					Økt 1 onsdag		Økt 2 tirsdag	Økt 2 søndag	Økt 1 mandag				Økt 2 mandag	Økt 1 tirsdag	
<b>Grimstad FSK Sjø 1</b>		Økt 1 onsdag		Økt 1 tirsdag					Økt 2 mandag	Økt 1 mandag		Økt 2 søndag		Økt 2 tirsdag	
<b>Grimstad FSK Sjø 2</b>		Økt 2 tirsdag	Økt 2 søndag					Økt 1 mandag			Økt 1 tirsdag	Økt 1 onsdag		Økt 2 mandag	
<b>1. Grimstad MSK 1</b>	Økt 1 mandag	Økt 2 mandag	Økt 1 tirsdag		Økt 2 søndag	Økt 1 onsdag							Økt 2 tirsdag		
<b>1. Grimstad MSK 2</b>			Økt 1 onsdag	Økt 2 tirsdag			Økt 2 mandag			Økt 2 søndag			Økt 1 tirsdag	Økt 1 mandag	
<b>1. Grimstad MSK 3</b>	Økt 2 mandag				Økt 1 tirsdag		Økt 2 søndag		Økt 1 onsdag		Økt 2 tirsdag				Økt 1 mandag
<b>1. Grimstad MSK 4</b>		Økt 1 mandag	Økt 2 tirsdag				Økt 1 tirsdag		Økt 2 søndag				Økt 1 onsdag		Økt 2 mandag
<b>1. Risør 1</b>				Økt 2 mandag		Økt 1 mandag			Økt 2 tirsdag	Økt 1 onsdag	Økt 2 søndag				Økt 1 tirsdag
<b>1. Risør 2</b>	Økt 2 tirsdag				Økt 1 mandag	Økt 2 søndag		Økt 2 mandag		Økt 1 tirsdag	Økt 1 onsdag				
<b>1. Øyestad 1</b>	Økt 1 tirsdag			Økt 2 søndag			Økt 1 mandag	Økt 1 onsdag				Økt 2 mandag			Økt 2 tirsdag
<b>1. Øyestad 2</b>		Økt 1 tirsdag	Økt 2 mandag				Økt 1 onsdag			Økt 2 tirsdag	Økt 1 mandag		Økt 2 søndag		

## Leirhåndbok - Kretsleir 2011 for Aust-Agder Krets av NSF

### 8.5 Program oversikt

TID	LØRDAG	SØNDAG	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG
Kl. 07.30	Ankomst/ Bygge leir	Revelje	Revelje	Revelje	Revelje	Besøke Jamboreen	Revelje	Rive leir/ Hjemreise
Kl. 08.00		Flaggheis/ morgensamling	Flaggheis/ morgensamling	Flaggheis/ morgensamling	Flaggheis/ morgensamling		Flaggheis/ morgensamling	
Kl. 09.00		Frokost	Frokost	Frokost	Frokost		Frokost	
Kl. 10.00		Bygge leir	Økt 1	Økt 1	Økt 1		Økt 1(volleyball el)	
Kl. 13.00		Lunch	Lunch	Lunch	Lunch		Lunch	
Kl. 14.00		Økt 2	Økt 2	Økt 2	Økt2(Patroljekonk)		Økt 2(volleyball el)	
Kl. 17.00		Middag	Middag	Middag	Middag		Middag	
Kl. 20.00-20.30		Ledermøte	Ledermøte	Ledermøte	Ledermøte		Ledermøte	
Kl. 21.00		Flaggfiring	Flaggfiring	Flaggfiring	Flaggfiring		Flaggfiring	
Kl. 21.15		Åpningsleirbål	Leirbål	Leirbål	Leirbål		Avslutningsleirbål	
Kl. 23.30	Lang tone	Lang tone	Lang tone	Lang tone	Lang tone	Lang tone		

## 9 Sikkerhet

### 9.1 Behov for bistand

Sikkerhetsansvarlig og sanitetsansvarlig koordinerer vakter og førstehjelpere. Ved behov for hjelp ved skader, sykdom, bråk, brann og ulykker så skal Sikkerhetsansvarlig og sanitetsansvarlig varsles.

### 9.2 Førstehjelpsutstyr

Alle grupper skal ha med seg en grunnutrustning av førstehjelpsutstyr for å avhjelpe de mest vanlige skader selv. Flottpinsett anbefales. Enkle skader, hodepine og hjemlengsel skal i den utstrekning det er mulig behandles av gruppens egne ledere.

### 9.3 Sanitetsansvarlig i leiren

Det vil være en førstehjelpsstasjon i leiren, hvor det også vil være et telt som fungerer som sykestue. Her vil det være noen senger. Sykestua er bemannet av helsepersonell. I kommunen finnes tannlegevakt.

Sanitetsansvarlig er ansvarlig for førstehjelpsutstyr som noe ut over grunnutrustning.

Ved større skader eller sykdom benyttes lokal helsetjeneste, i så fall skal sanitetsansvarlig, sikkerhetsansvarlig, leirsjef eller viseleirsjef varsles.

Dersom noen av gjestene fra WSJ skader seg eller blir syke skal WSJ ECC kontaktes. Alle skader og uhell skal meldes til Sanitetsansvarlig, Sikkerhetsansvarlig, Leirsjef, eller Viseleirsjef. 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**.

### 9.4 Sanitet i den enkelte tropp

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

Småskader/sykdom er for eksempel sår/kutt som ikke må sys, insektstikk, 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 matlaging. 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 å følge speidere som skal til behandling på sykestua. Hvis pasienten ikke selv kan gå finnes bære på sykestua og i leirvakta.

5. Ved henvendelse til sykestua - ta med det utfylte helsekortet.

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.

**Helsetrygdkort:** Alle bør ha med seg helsetrygdkort. Dette får man ved å søke på

<https://tjenester.nav.no/helsetrygdkort/forside.do>

Mer info på <http://www.helfo.no/privatperson/europeisk-helsetrygdkort/Sider/default.aspx>

## 9.5 Brann

Alle gruppene skal ha minst ett 6 kilos brannslukkingsapparat og to bøtter med vann i nærheten av bål og kokeplass. I tillegg skal det stå en bøtte vann ved hvert telt.

Brannslukningsapparatet skal stå lett synlig/tilgjengelig fra gruppens inngangsportal.

Det anbefales at gruppa i tillegg har med seg et brannslukningsapparat som kan plasseres ved kokeplass.

Retningslinjene for utforming av leirområder skal følges av alle.

## 9.6 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!

## 9.7 Ledertelt

Skal være merket med skilt og godt synlig refleks.

## 9.8 Aggregat

Det er ikke tillatt å bruke aggregat under leiren.

## 9.9 Bading

Det er en badeplass på Almö. Leiren organiserer ikke bading. Det er ikke vakthold på stranden og ferdsel skjer på eget ansvar. Skal bading skje i regi av gruppen må det være en svømmedyktig voksen over 18 år.

Skjer det ulykker varsles **112** umiddelbart, deretter leirens Sikkerhetsansvarlig.

## 9.10 Flått (skogflåttencefalitt)

Finnes det mye av i kystområdene i Sør-Sverige. Flotten i området vi skal til kan være bærer av viruset TBE. Dette er betydelig mer utbredt i Sverige enn i Norge. Det finnes vaksine mot dette, men ingen behandling dersom man skulle få viruset. Vaksinen kan ha bivirkninger. Hver enkelt deltaker må vurdere, gjerne i samråd med sin fastlege, om denne skal vaksineres. Lokale råd finnes på:

<http://bit.ly/j0ALIU>

I områder med fuktig gress og mye løvskog er det viktig å ta forholdsregler. Vi anbefaler lange bukser og tette sko, putt bukse 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 bakterier. 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 munndelene som har bitt seg fast.
- Vask gjerne bittstedet med såpe og legg på litt antibiotikaholdig sårsalve.
- 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 flott borte.

## 9.11 Hygiene

For at ikke sykdom skal oppstå er det viktig med god leirhygiene. 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.

Lag gjerne en dusj på gruppeområdet.

Hvert gruppeområde skal ha følgende hygienefremmende installasjoner:

- Fettfelle. Graves et stykke unna matlaging og –oppbevaring. Det skal være gress på rista. Gresset skiftes daglig. Gammelt gress brennes.
- Vaskestativ for hender. Fortrinnsvis rennende vann og flytende såpe. Det anbefales også å ha neglebørste tilgjengelig.
- Oppvaskstativ. Med vaske- og skyllekum. Oppvasken gjøres med varmt såpevann og tørkes ordentlig. Gjøres etter hvert måltid og ellers etter behov.
- Sørg for nok rene koppehåndklær
- Kjøleskap. Mat skal i utgangspunktet ikke oppbevares, men ved unntak skal dette oppbevares i kjøleskap. Stek/kok maten ordentlig.

## 10 Retningslinjer for gruppeområde

Retningslinjene er utformet for å ivareta alles sikkerhet.

Retningslinjene gjelder for alle på Kretsleir for Aust-Agder 2011; grupper, gjester, stab og familieenheter.

Det vil bli gjennomført sikkerhetsinspeksjoner av det enkelte gruppeområdet.

## 10.1 Størrelse på gruppeområdene

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

## 10.2 Byggverk

Det er tillatt med byggverk med maksimal høyde på inntil 3,5 meter. Dette inkluderer ikke flaggstenger, men flaggstenger over denne lengden skal godkjennes av gruppeleder. 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 pluggen 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.

Oppholdsplattformer over 2 meter skal ha rekkverk (0,8 meter minimums høyde) med åpning mindre enn 0,4 meter.

Raiene på Almö skal sannsynligvis gjenbrukes. Det er derfor ikke tillatt å bruke spiker, kramper, ståltråd etc. i raiene.

## 10.3 Plassering av telt

Det skal være 1 meter mellom hvert telt innad i gruppa. Det skal være 1,5 meter avstand fra telt til grense mot nabo område. Barduner må stå inne på eget område. Telt med ovn skal plasseres med minimum 3 meters avstand. RETTES TIL SVENSKE REGLER

Stearinlys eller bruk av åpen flamme på andre måter i telt, er ikke tillatt.

## 10.4 Kokeplass/bålplass

Bålplass/kokeplass skal ligge minst 5 meter fra telt (svenske regler sier minst 8 meter fra bebodde telt, men det tror vi er vanskelig å få til). Det anbefales at kokeplassen legges ut mot gangvei. Bålplasser kan etableres direkte på bakken. Det er ikke tillatt å hente stein andre steder på området for å avgrense bålplass.

Bål skal ikke brenne uten tilsyn og skal være helt slukket før siste leder forlater gruppeområdet.

Bruk av engangsgriller er ikke tillatt.

## 10.5 Graving

Graving er tillatt til:

- fettfelle
- grue/leirbålplass
- nødvendig forankring av byggverk
- oppsetting av flaggstang

Torv skal tas vare slik at den kan legges tilbake etter leiren. Legg torv på plastduk og vann den jevnlig. Det er ikke tillatt å bruke stein for å stabilisere byggverk. Det er tillatt å bruke treverk.

Graving i grunnen må begrenses til det absolutt nødvendige. Det er derfor ikke tillatt å grave kjeller.

## 10.6 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.

## 11 Avfall og opprydding

### 11.1 Kildesortering

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

Elektrisk og elektronisk avfall (EEavfall) og farlig avfall skal sorteres, men det er hver enkelt gruppes ansvar å håndtere dette. Det skal ikke kastes i restavfallet.

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

## 11.2 Sorteringsguide

Avfallstype	Eksempler	Gjennomføring
Matavfall	Alle matrester som ikke kan brukes til restmat, som f.eks. bananskall, kaffegrut, tørkepapir og planterester, skal sorteres.	Matavfall skal samles i en egen beholder på leirområdet. 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 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.	Glass- og metallemballasje samles i egen beholder i 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.	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, musikkspillere 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 godkjent mottak
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».
Taes 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.

## 11.3 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 hunved legges på anvist sted. Spiker, kramper og skruer skal ikke forekomme. Pass spesielt på å få med evt. nedgravde barduner og pluggen. Dette er et beiteområde og vi må ikke forlate noe som kan skade dyra.

Kast søppel – husk kildesorteringen også når dere rydder.

Gå manngard og plukk søppel.

Gruppen melder fra til leirstaben når området er ryddet.

Ingen kan dra før området er godkjent.

## 12 Leir reglement

1. Speiderdrakt (minimum skjertif) skal benyttes på reisen og ved alle arrangementer og aktiviteter utenfor leiren.
2. Speidere skal ikke forlate leirområdet uten tillatelse fra leder i egen gruppe.
3. Bading må kun skje under oppsyn av leder og aldri alene.
4. Bruk av kano/båt må bare skje med leders tillatelse. Flyte-/redningsvest SKAL brukes til enhver tid!
5. Ved rosignal skal alle speidere befinne seg i sitt eget telt og opptre stille og hensynsfullt.
6. Mobiltelefoner og musikkanlegg skal ikke benyttes under leiren, kun i friøkter så lenge det ikke sjenerer speidere, dyreliv eller andre brukere av området. Ledere forbeholder seg retten til å inndra både mobiltelefoner og musikkanlegg, som leveres tilbake til speideren ved hjemkomst.
7. Uforsvarlig eller ikke-godkjent bruk av ild er strengt forbudt og fører til umiddelbar hjemsendelse for egen regning.
8. Nytelse av alkohol eller andre rusmidler fører til umiddelbar hjemsendelse for egen regning. Røyking foregår kun på anvist sted - IKKE i teltene.
9. Speiderne må være minst tre sammen om de skal forlate leirområdet.
10. For øvrig gjelder leirstedets eget reglement.