

Masse å kose seg med

SPEIDERBLADET

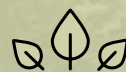
1/2020 • kmspeider.no



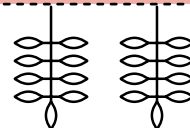
Test dine første-
hjelpskunnskaper:

TA QUIZEN

For foreldre:
VI SVARER PÅ DE
VANLIGSTE
SPØRSMÅLENE



DELTAKERNE PÅ
klimatehelgen
GIR DEG SINE BESTE
MILJØTIPS!



18. årgang
Medlemsblad for
Norges KFUK-KFUM-speidere

REDAKTØR: Katrine Stenerud Andersen
katrine.andersen@kmspeider.no

REDAKSJONSKOMITÉ: Monica Helgesen,
Maria Gran, Astrid-Amalie Hetland,
Tomas Liberg Foshaugen, Håkon
Kristoffersen, Ragnhild Erevik Fosse

UTGIVER:
Norges KFUK-KFUM-speidere
Postboks 6810 St. Olavs plass
0130 OSLO

BESØKSADRESSE: Grubbegata 4, Oslo
TLF: 22 99 15 50

E-POST: post@kmspeider.no

ORG.NR: 971.274.018
BANKGIRO: 3000.16.88487

LANDSSJEF: Gunvor Meling
GENERALSEKRETÆR:

Svein Olav Ekvik
LAYOUT: Strøk design

TRYKK: 07 Media AS

FORSIDEFOTO: Helene Moe Slinning
OPPLAG: 9000



Følg oss, da vel!
@kmspeider

Speiderbladet er trykket
på miljøvennlig papir! ♥



03 **SPEIDERPORTRETET**
Møt Elisabeth fra Ballangen!

04 **KLIMAHJELP**
Tips til en mer miljøvennlig speiderhverdag.

06 **FØRSTEHJELP**
Test dine kunnskaper og ta quizen.

07 **ANDAKT**
Sauen som ble funnet.

08 **DEN SMARTESTE TURMATEN**
Maria kommer med gode mattips.

10 **LITEN OG TØFF**
Klarer du å løse rebusen?

12 **DYREARTER**
Bli kjent med dyrene i skogen og på fjellet.

14 **GRØNN SONE**
Hva er egentlig en rover?

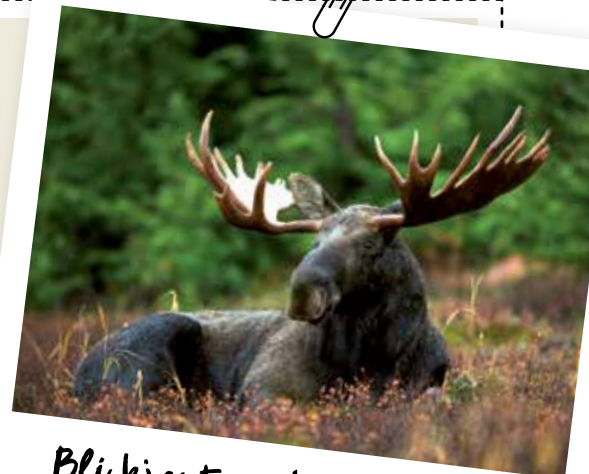
16 **PIONER DEG KLAR FOR LEIR**
Begynn å øve på pionering allerede nå!

20 **INTERNASJONALT**
Besøk de fem verdenssentrene.

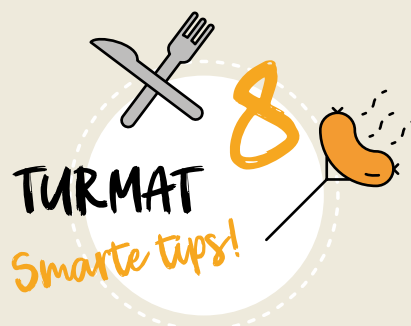
22 **OPPSLAGSTAVLA**
Stort og smått frå KFUK-KFUM-speidarverda.

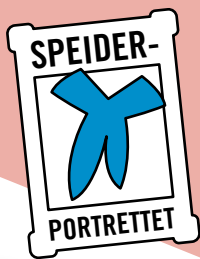
24 **FOR FORELDRE**
Vi gir deg svar på ofte stilte spørsmål.

26 **ARRANGEMENTER**
Arrangementer og opplevelser du
kan være med på.



Bli kjent med
DYR I SKOGEN 12





Vil du komme i Speiderbladet? Send en e-post der du svarer på alle spørsmålene under, legg ved et gøyalt bilde av deg selv, og send til speiderbladet@kmspeider.no!

Møt Elisabeth!

Elisabeth fra Ballangen KFUK-KFUM-speidere skulle gjerne invitert Lars Monsen på kretsleir.

HVOR LENGE HAR DU GÅTT I SPEIDEREN?

– 5 år.

FAVORITT-TURMAT:

– Kakao og brødskeive med spekepølse og ost.

TINGEN JEG BARE MÅ HA MED PÅ TUR:

– Luna, hunden min, og Freia melkesjokolade.

BESTE SPEIDERMINNE:

– Kretsleir på Herøy i 2016.

JEG GLEDER MEG TIL:

– Kretsleiren Valnesfjord 2020.

HVEM ER DITT FORBILDE?

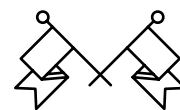
– Lars Monsen, dere må gjerne invitere han til leiren i Valnesfjord!

HVILKEN SUPERKRAFT ØNSKER DU DEG, OG HVA VIL DU BRUKE DEN TIL?

– Jeg skulle ønske jeg aldri kunne bli forkjølet.



Foto: Privat



ELISABETH KRISTIN ARNTSEN

ALDER:

15 år

SPEIDERGRUPPE:

Ballangen KFUK-KFUM-speidere

FAVORITTFAG:

Gym

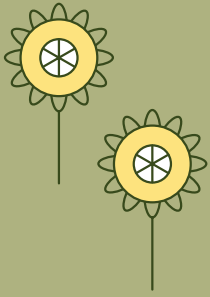
FAVORITT-SPEIDERDINGS:

Kniv

FAVORITTKNUTE:

Båtmannsknop

BALLANGEN



SPEIDERE BRYR SEG OM miljøet!

HVA KAN SPEIDEREN gjøre for klimaet? På Klimahelgen i 2019 samlet speidere fra hele landet seg på Strandheim leirsted for å lære mer om en miljøvennlig hverdag hjemme og i speideren. Etter foredrag fra Naturvernforbundet, Changemaker og KFUK-KFUM Global kom det mange gode forslag til personlige mål for å minske klimafotavtrykket i speiderhverdagen.

DET KAN VÆRE ENKELT å være mer miljøvennlig, og her kommer speidernes beste klima-tips!

KLIMAVENNLIG MAT

- Spis mindre kjøtt - Ha en kjøttfri dag hver uke!
- Lag middager av restematen.
- Kast mindre mat.
- Slutt å spise produkter med palmeolje.
- Ta med, og bruk, egen vannflaske.
- Spis mer økologisk mat.
- Kjøp og spis kortreist mat så langt det er mulig.
- Dyrk grønnsaker og frukt i hagen.



Har du ikke hage? Kanskje du kan dyrke grønnsaker i en kasse på balkongen eller i vinduskarmen?

BRUK MINDRE VANN OG ENERGI

- Ikke la vannet renne når du pusser tenner eller vasker opp.
- Puss tenner i dusjen.
- Bruk kortere tid i dusjen.
- Slå av lyset når du forlater rommet.

Korte dusjer sparer vann!

Epler fra egen hage smaker utrolig godt - og er miljøvennlig!



Foto: Helene Moe Slinning

Denne gjengen deltok på Klimahelgen i 2019 for å sammen lære mer om klima og miljø. Foto: Joakim Rødland



VELG MER MILJØVENNLIG TRANSPORT – OGSÅ FOR LANGE AVSTANDER

- Kjør mindre bil.
- Samkjør, hør om flere skal i samme retning og ta én bil.
- Velg kollektivtransport der det er mulig.
- Sykle mer.
- I stedet for å ta helgeturer til utlandet kan du være på ferie lenger, for eksempel en uke, og dra sjeldnere.

REDUSERE FORBRUK OG SØPPELMENGDE

- Ha med egne poser eller handlenett når du handler.
- Plukk opp to biter med søppel fra bakken hver dag.
- Delta på ryddedager.
- Kildesorter når du kaster søppel.
- Ikke kjøp mer klær og ting enn det du trenger.
- Kjøp færre nye ting og unngå varer som er til engangsbruk.
- Arv klær og utstyr.
- Kjøp klær og ting som er laget av naturvennlige materialer, helst brukt og kortreist.
- Bruk og kjøp mindre klær
- Unngå ting av syntetiske materialer og plast.

TIPS TIL SPEIDERGRUPPA:

- Arv speiderskjorter og turutstyr av hverandre.
- Ta sykkel til speideren på våren, sommeren og høsten.
- Samkjør eller ta kollektivtransport til speideren.
- Ta mer tog, unngå å fly til leir hvis det finnes alternativer.
- Arranger og dra på leirer og turer som er i nærheten.
- Spis vegetarmat på turer og leirer.
- Fordel matrester for å unngå matsvinn.
- Bruk handlenett.
- Kildesorter.
- Kjøp og bruk mindre plast.
- Forsøk å kjøpe kortreist mat og utstyr, og minst mulig fra utlandet.



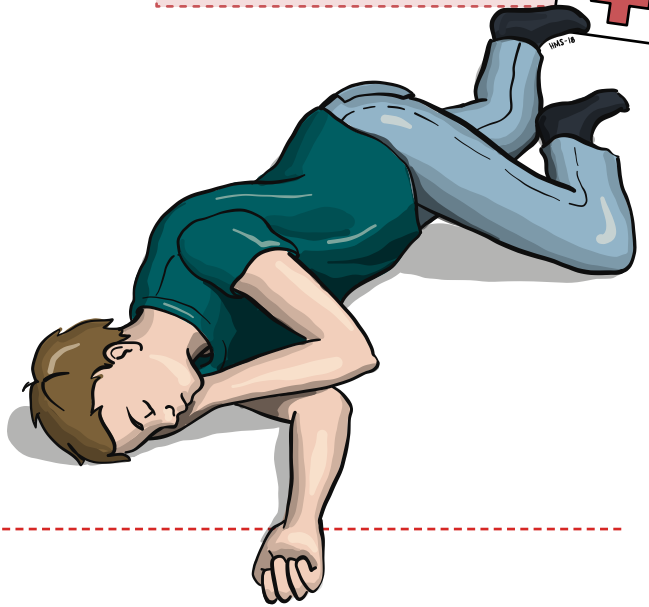
Ha med eget
handlenett - og
bruk det!

Ta toget
til leir!



SOM DU KANSKJE SER er viktige ting du kan gjøre å velge kortreist mat, vurdere mulige transportmidler og velge det mest miljøvennlige alternativ som er gjennomførbart, begrense forbruk og minske søppelmengden.

Ønsker du å være mer miljøvennlig?
Ett av tipsene er å ta tog i stedet for fly.
Foto: Lars Røraas



Hvor mye kan du om

FØRSTEHJELP?



Ta quizen og se hvor mye du kan!

- 1** Hva står HLR for?
- Helsepersonell og legers rettigheter.
 - Hjerne- og luftveisredning.
 - Hjerte- og lungeredning.

- 2** Hvem kommer du til når du ringer 113?
- Ambulanse.
 - Politiet.
 - Ingen.

- 3** Når legger du noen i stabilt sideleie?
- Når personen har vondt i magen.
 - Når en person er bevisstløs, men puster normalt.
 - Når noen har kjærlighetssorg.

- 4** Du mistenker at en våken person er dårlig på grunn av diabetes. Hva gjør du?
- Får personen til å spise karbohydrater, det vil si sukker og for eksempel brødslike.
 - Gir personen vann.
 - Venter og ser an hva som skjer.

- 5** Hva heter dette?
- Fatle.
 - Bandasje.
 - Spjelking.



- 6** Hvor mange kompresjoner og innblåsninger gjør du når du gir hjerte- og lungeredning?
- 10–10.
 - 30–2.
 - 15–2.

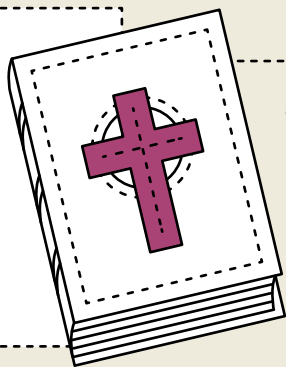
- 7** Hva er det du skal gjøre når du kommer til et ulykkessted?
- Trekke meg tilbake, noen andre tar nok kontroll over situasjonen.
 - Gå ut i skogen og se om noen er på bærtur.
 - Sikre – varsle – hjelpe.

- 8** Hvordan behandler du en som har havnet i sjokk?
- Ro ned personen, få han/henne til å legge seg ned, pass på at personen er varm og hev gjerne bena.
 - Ingenting, de roer seg som regel av seg selv.
 - Be de ringe hjem og snakke med noen de kjenner.

- 9** Hvorfor er det så viktig å vaske hendene?
- Fordi det er godt å vaske hendene i varmt vann på tur.
 - Fordi bakterier spres ofte via berøring av hud. Smittefaren minimeres ved håndvask.
 - Lurespørsmål! Det er ikke viktig.

- 10** Hva er vanlige matallergier?
- Sjokolade, frukt og grønnsaker.
 - Rosiner, hveteboller, pølser og ost.
 - Gluten, skalldyr, egg, nøtter, melk og fisk.

1–3 RIKTIGE: Har du droppet alle førstehjelpsmøtene? Det er masse spennende å lære seg der, bli med neste gang!
4–7 RIKTIGE: Øvelse gjør mester. Du har ganske god kontroll på førstehjelpen din, men det er alltid rom for å lære mer!
8–10 RIKTIGE: Skal si du har kontroll på sakene. Hvis jeg havner i en ulykke håper jeg at det er du som kommer til unnsetning!



TEKST Åste Dokka. Andakten er hentet fra Andaktsboka for oppdagere og stifinnere. **FOTO** Lars Røraas

Sauen som ble funnet

Alle tollerne og synderne holdt seg nær til Jesus for å høre ham. Men fariseerne og de skriftlærde murret og sa seg imellom: «Denne mannen tar imot syndere og spiser sammen med dem.» Da fortalte han dem denne lignelsen:

Sauen som ble funnet igjen

«Dersom en av dere eier hundre sauer og mister én av dem, lar han ikke da de nittini være igjen ute i ødemarken og leter etter den som er kommet bort, til han finner den? Og når han har funnet den, blir han glad og legger den på skuldrene sine.

Straks han kommer hjem, kaller han sammen venner og naboer og sier til dem: 'Gled dere med meg, for jeg har funnet igjen den sauen som var kommet bort.' Jeg sier dere: På samme måte blir det større glede i himmelen over én synder som vender om, enn over nittini rettferdige som ikke trenger omvendelse.

Lukas 15, 1–7



HAR DU NOEN GANG mistet noe du var glad i?

Kanskje katten rømte hjemmefra eller bamsen din ble borte, eller ballen du skulle spille fotball med. Jeg tipper du begynte å lete etter det som var borte. Jesus forteller om en gjeter som hadde mistet sauen sin. Selv om han hadde hundre til, ble han så fortvilet at han lot dem være igjen mens han lette etter den som var borte. Han ville så gjerne finne sauen sin.

JESUS FORTELLER DETTE for å forklare oss hvem Gud er. Gud er som den gjeteren som gikk ut for å lete. Gud er som den gjeteren som kom tilbake for å ha fest da han fant sauen sin.

GJETEREN ER SAUENS LEDER og beskytter. Han eller hun passer på dyra og ser til at de har det de trenger. Derfor er gjeteren på mange måter sauens sjef, den som bestemmer. Men denne lederen er ikke bare en som bestemmer. For gjeteren lever sammen med dyra sine, går med dem til beitet og

sover nær dem. Gjeteren er på mange måter en av sauen. Derfor kan vi forstå at gjeteren var så veldig glad i dem. Uten sauer ville ikke lenger gjeteren være gjeter for noen. Sauene gjorde at gjeteren kunne være gjeter, kunne være seg selv, og ga livet og dagene mening.

JEG TENKER AT sånn er Gud også. Gud er ikke en som sitter på avstand og bestemmer. Gud ble menneske da Jesus ble født. Det gjorde Gud for å være nær oss, for å leve sammen med oss, kjenne på alle de følelsene og opplevelsene vi har. Gud vet hvordan det er å være menneske. Gud er også en som leter etter oss hvis vi roter oss bort og en som gleder seg og holder fest når vi kommer til rette.

GUD ER DEN GODE GJETER. Vi er som sauer. Og hvis det først er sauer vi er, kan vi være glade for at vi har en gjeter som er glad i oss, går sammen med oss og vil gå til oss der vi er.



Den smarte



turmaten

Uten mat og drikke duger helten ikke, derfor er det viktig å planlegge nøye før vi drar ut på tur. Hva er den beste maten å ta med seg på tur?

Er turmat annerledes fra vanlig mat?

Nei, egentlig ikke. På en vanlig dag må vi spise karbohydrater, fett og proteiner, og vi må få i oss nok kalorier. Vi må også spise frukt og grønt for å få i oss vitaminer. Dette gjelder på tur også, men fordi vi rører oss mer bruker vi også mer energi, og må spise mer mat.

Kan jeg ta med meg det jeg spiser til vanlig? Ja, det kan du. Men om du ikke har et kjøleskap i sekken kan det være lurt å legge igjen hvitosten hjemme. Ikke all fersk mat holder seg like godt ute på tur, så da må du kanskje velge bort noen favoritter.

Skal du bære sekk er det også lurt å tenke på vekt. Det er ikke lurt å bære med seg mer enn en kilo mat for hvert døgn du er på tur.

Aluminiumsfolie er praktisk til matlaging på tur, men ikke så miljøvennlig. Foto: Helene Moe Slinning

Enkle løsninger: Frysetørket mat

Frysetørket mat, slik som Toro-supper og -gryter eller Real turmat, er energirikt, veier lite og er enkelt å lage. Her trenger du som regel kun å koke vann, så er turmiddagen klar. Men, det kan bli litt kjedelig i lengden.

Tørket kjøtt er proppfullt av energi og er en super turmat. Foto: Lars Røraas

Enkle, og gode, løsninger: Tørk maten du tar med

Pasta, ris og poteter er holdbare karbohydrater som holder seg i sekken. Tørket kjøtt eller fisk veier lite og holder seg lenge, men smaker like godt som ferske ingredienser. Du kan tørke kjøtt og grønnsaker hjemme om du har litt tid før du skal på langtur. Se hvordan du kan tørke mat på kmspeider.no/aktivitetsbanken.



Fin frokost: Havregrøt eller knekkebrød

Havregrøt på tur er en sikker vinner, det er godt, energirikt og enkelt. Det smaker ekstra godt om du tar med tørrmelk og blander inn i grøten. Selvplukkede bær, nøtter og sjokolade er supre toppinger.

Knekkebrød eller polarbrød er lettere og mer holdbart enn vanlig brød, og syltetøy, tubeost, prim og sjokoladepålegg er flotte turpålegg.

Supre tursnacks

Noe av det beste med tur er tursnacks. Mulepose, en nøttemiks med tørket frukt og sjokoladebiter er super. Den veier lite, metter mye og du kan ha den i lomma mens du går. Du kan lage en egen miks med favorittbitene dine hjemme.

Sjokolade hjelper både på motivasjonen og energinivået. Ren sjokolade er ofte lurere om vinteren, for karamell og fudge kan fryse.

Du kan også lage müslibarer hjemme. Bruk det du liker best – sjokolade, nøtter, tørket frukt og lignende – eller kjøp på butikken. De er supre for raskt energipåfyll og de smaker veldig godt.



Mulepose er utrolig enkelt å lage. Alt du trenger er tørket frukt, nøtter etter ønske og sjokolade. Del sjokoladen i mindre biter og bland alt sammen i en pose.

LURE TRIKS

- Været kan avgjøre hvilken mat som er lur. På sommeren smelter smør, så det er lurt å velge olje, men i kulda på vinteren er smør supert.
- Røkt kjøttpølse er bedre enn andre kjøttpålegg. Svinepålegg kan for eksempel fort bli dårlig, og kokt skinke kan bunnfryse.
- Salt hjelper vann å binde seg i kroppen. Potetgull inneholder salt, mange kalorier, og veier nesten ingenting. Det hjelper på motivasjonen også!
- Toddy- og kakaopulver veier lite, og det er godt å ha varm drikke om kvelden eller til frokost.



En deilig primusmiddag om vinteren varmer en sliten speider. Foto: Peder Undheim

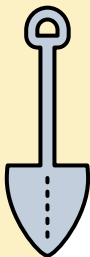



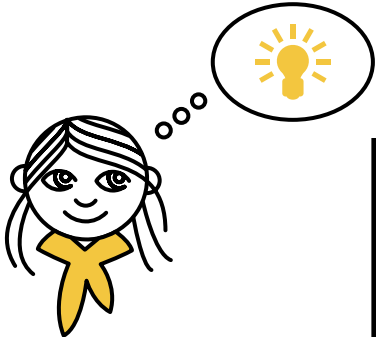

Når man skal gå langt i fjellet er det fint å ha litt snacks gjemt bort i lomma.
Foto: Henrik Vagle Dalsgaard

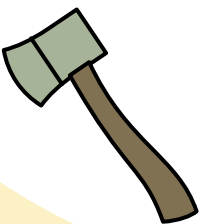



Finn ordet

Klarer du å finne ordet? Figur og/eller bokstaver mellom to streker blir til en del av ordet. Slå sammen alle delene og se hva du får! Fasiten kan du se opp ned nederst på siden.

|  - ADE | + |  - KORN |

+ |  | + R + |  - US |

+ |  - KS | + |  |

I speiderstigen står det at man skal kjenne navn og utseende på et bestemt antall fugler, dyr og planter i norsk natur. Denne teksten kan hjelpe deg på veien opp på stigen!

TEKST Astrid-Amalie Hetland

Bli kjent med noen av de norske

dyreartene

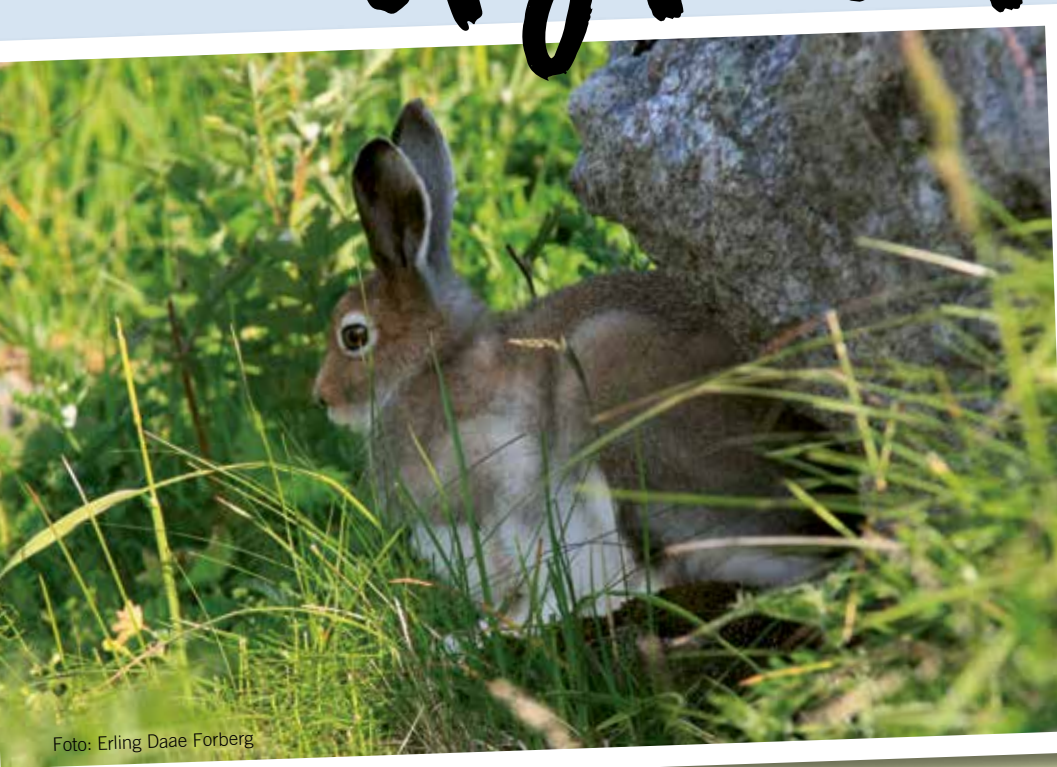


Foto: Erling Daae Forberg



Hare

Når det er vinter og snø har du kanskje sett dyrespør når du har vært ute? Et vanlig spor er to hull på rekke og så to hull ved siden av hverandre. Det er sporene etter en hare. Haren ligner veldig på en kanin, men er litt slankere. Når en kanin sitter kan man ikke se under magen og hva som er bak, men mange harer har et lite mellomrom her. I tillegg har haren lengre bein og mindre hode enn kaniner. Om sommeren er den gråbrun i pelsen, og om vinteren bytter den til hvit vinterpels. Det er fordi den skal bli vanskeligere å finne for rovdyr som har lyst å spise den, for eksempel reven. Haren veier som regel mellom to til fem kilo.

Her kan du se hvordan sporene til en hare ser ut.

Elgen, skogens konge

Det største landpattedyret vi har er elgen. De største hann-elgene, som også kalles elgokse, kan bli opp mot 800 kilo tunge. Det er like mye som 1 600 bokser med nugatti! Normalt veier en elg mellom 300 og 700 kilo. Elgen ser litt forhistorisk ut. Den har kort nakke med en slags pukkel over skuldrene, lange, tynne bein og i tillegg har elgoksene majestetiske gevir på hodet, som kan minne om en krone. Det er kanskje derfor elgen blir kalt for skogens konge? Det er på høsten geviret er størst, fordi elgen mister geviret hver vinter mellom desember og mars. Så vokser det ut et nytt og større gevir for å vise status.



Foto: Pixabay



Foto: Pixabay

Bjørn

Et annet dyr som er ganske stort er bjørnen, men den veier faktisk «bare» rundt 350 kilo. Det er under halvparten av det elgen kan veie! Bjørnen er brun, men brunfargen varierer – den kan være mørkebrun, gråbrun eller gulbrun. Den er som oftest fredelig, men den kan angripe hvis den blir redd. Derfor må vi trekke oss unna hvis vi treffer på en bjørn. Siden bjørnen spiser både bær og kjøtt kalles den en alteter.

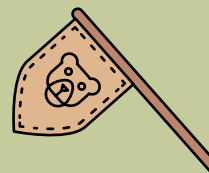


Spissmus

I motsetning til elg og bjørn, som er noen av de største pattedyrene i Norge, er spissmus et av de minste pattedyrene vi har. Det finnes mange typer spissmus, de kan veie fra så lite som 1,5 gram til omtrent 100 gram. Den vanligste spissmuseen her i landet er krattspissmus, og den veier mellom 6–12 gram. Det er omtrent like mye som en penn. Spissmus ligner veldig på vanlige mus, men forskjellen er at en spissmus har mindre øyne og ører, og en mye spissere nese enn en vanlig mus.



Foto: Pixabay



Her nevner vi bare noen få av de dyreartene vi har i Norge. Har du lyst til å lære mer om de ulike artene? Du finner mer informasjon i vår aktivitetsbank på kmspeider.no.

ROVER

- Hva er egentlig det?

Du har kanskje sett de med burgunderrøde klaffer og skjerf som går rundt på leirområde eller hjemme i gruppa? Ofte går de i matchende gensere, finner på ablegøyer eller har egne møter sammen. Det er roverne.

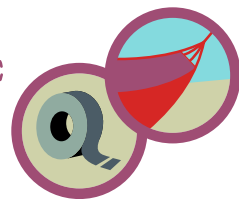
ROVERLAG: NESTEN SOM EN EGEN PATRULJE

Rovere er neste aldersgren etter vandrer og er for speidere mellom 16 – 25 år. Du blir tatt opp som rover etter endt ungdomsskole, men det å bli rover er litt annerledes enn for eksempel å bli vandrer. For å bli tatt opp som rover må du ofte gjennom en aspiranttid og en opptakelse, dette utføres forskjellig fra roverlag til roverlag. En opptakelse er noe roverlaget sammen organiserer og aspirantene må løse ulike oppgaver for å bli tatt opp.

Roverlag er nesten det samme som en patrulje, men der noen grupper ofte har flere patruljer med vandrere, har de bare ett roverlag. Noen roverlag består av rovere fra flere grupper. Det er tilfelle for Thor's roverlag i Oslo, som består av rovere fra både Stovner og Furuset, og som møtes annenhver uke.

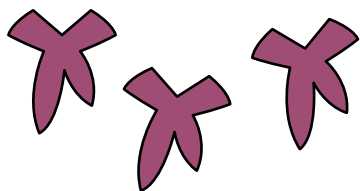
– Noen ganger tar vi rovermerker, og nylig har vi hatt suksess med snakkemøter, da hører vi på musikk og snakker sammen, sier 17 år gamle Guro fra Thor's roverlag.

Visste du at roverne har egne merker?



Guro (17), rover

Elisabeth (17),
rover og venninna
til Guro



Roverarrangementer

DET ER MANGE ROVERARRANGEMENTER GJENNOM ÅRET

Det er mange ulike og morsomme roverarrangementer nasjonalt, og det arrangeres roverball, roverfemkamp og roverkongress. Annenhver sommer er det også roverlandsleir. Her møter du gamle rovervenner, blir kjent med nye og har det gøy med andre rovere fra hele landet. Guro var på roverlandsleiren som ble arrangert i fjor, og det er hennes hittil beste roverminne.

– Det var en uke hvor jeg følte jeg var i en egen speiderboble, som jeg helst ikke ville ut av. I løpet av uka badet vi hver dag, lagde mat sammen med nye venner, spilte volleyball og konkurrerte i rovertrekamp, forteller hun.

ROVER: BÅDE SPEIDER OG LEDER

Rævglefs fra Sunnmøre er et aktivt roverlag som hjelper speidergruppa, i tillegg til å delta på roverarrangementer.

– Vi arrangerer forskjellige roverturer og planlegger ulike aktiviteter for speidergruppa når det er fellesturer. Vi er også med på kretsleir, landsleir og roverlandsleir, forteller Emil Bastian. Han er rover i Rævglefs og kan fortelle at de i tillegg drar på hytteturer, spiser pizza og bader i svømmehallen når roverlaget samles.

Rævglefs går med egne frakker og er enkle å se i folkemengden. Her er de på leirbål på Futura 2018.
Foto: Håkon Kristoffersen



Det er fire store nasjonale roverarrangementer: Roverkongress andre helgen i februar, roverfemkamp på høsten, roverball i november eller desember og roverlandsleiren annenhver sommer. Du kan finne mer informasjon på rover.kmspeider.no. Det er også mange internasjonale roverarrangementer hvor du kan dra på leir eller haik med rovere fra hele verden.

Du kan oppleve mye forskjellig på roverarrangementene. På haiken under fjorårets roverlandsleir gikk flere rovere på tur i en tunnel fra 1924. Foto: Lars Røraas



Guro (17) er med i Thor's roverlag i Oslo. Hun forteller om gode roverminner hun alltid vil ha med seg. Foto: Tomas Liberg Foshaugen



Skal du på leir til sommeren?

TEKST Maria Gran
ILLUSTRASJONER Helene Moe Slimming

Begynn
å øve på

PIONERING

allerede
nå!

De største byggverkene ser mest imponerende ut på leir, men for å lage dem bør dere øve først. Begynn nå i vinter så er du klar for leirlivet!

SISAL OG RAJER

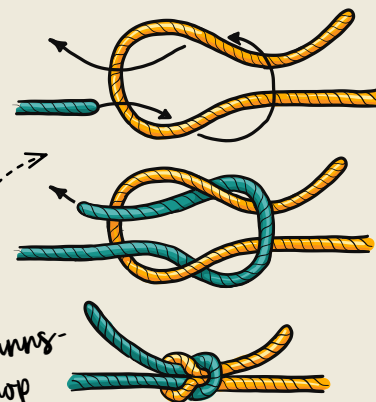
For å pionere trenger dere sisal, rajer og å kunne lage en surring. Sisal er det tauet vi bruker, rajer er tømmerstokkene vi benytter for å lage byggverket og en surring lager vi ved å bruke sisal for å feste flere rajer sammen.

KNUTER

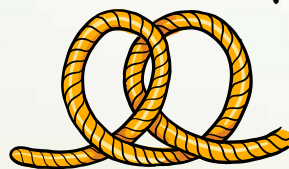
Surringer starter og slutter med knuter. Det er viktig at dere knyter ordentlige knuter, slik at byggverket er sikkert. De beste pioneringsknutene er båtmannsknop, dobbelt halvstikk og tømmerstikk.



Tømmerstikk



Båtmannsknop



Dobbelt halvstikk

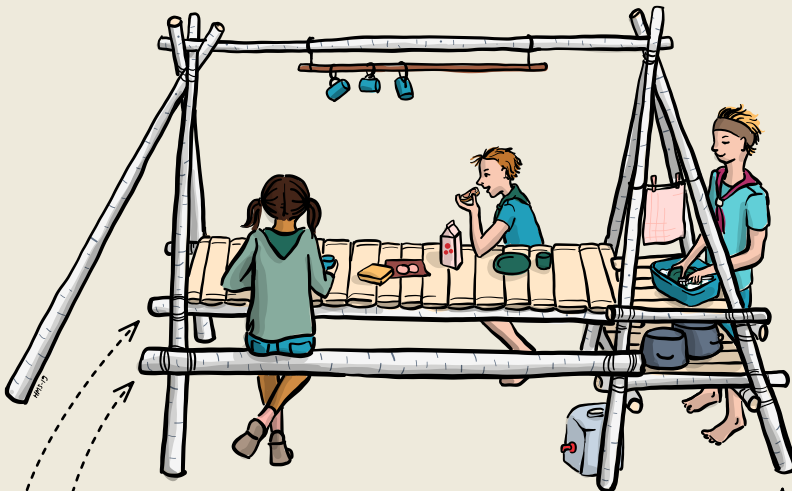


Det er noe helt spesielt å sitte øverst i et tårn og skue utover leiren. Foto: CF Salicath



SURRINGER

De viktigste surringene er vinkel-, rund-, kryss-, og åttetalssurring. Med disse kan du lage det meste av former og byggverk. En vinkelsurring brukes i nesten all pionering og brukes til å surre to stokker vinkelrett på hverandre. Rundsurring brukes blant annet til å skjote to rager, kryssurring brukes for å surre to rager som ikke er vinkelrette sammen, mens en åttetalssurring brukes for eksempel i toppen av en trefoting for å feste rajene sammen. Fremgangsmåte på alle disse finner du både i Speiderhåndboka og i aktivitetsbanken.



På leir er det mange som pionerer bord.

Da kan du for eksempel bruke:

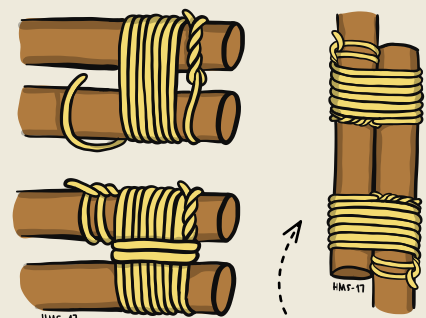
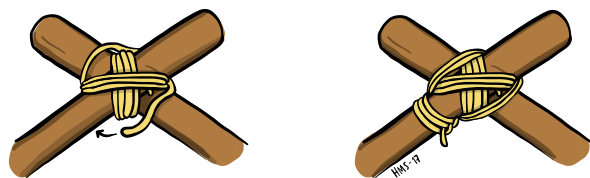
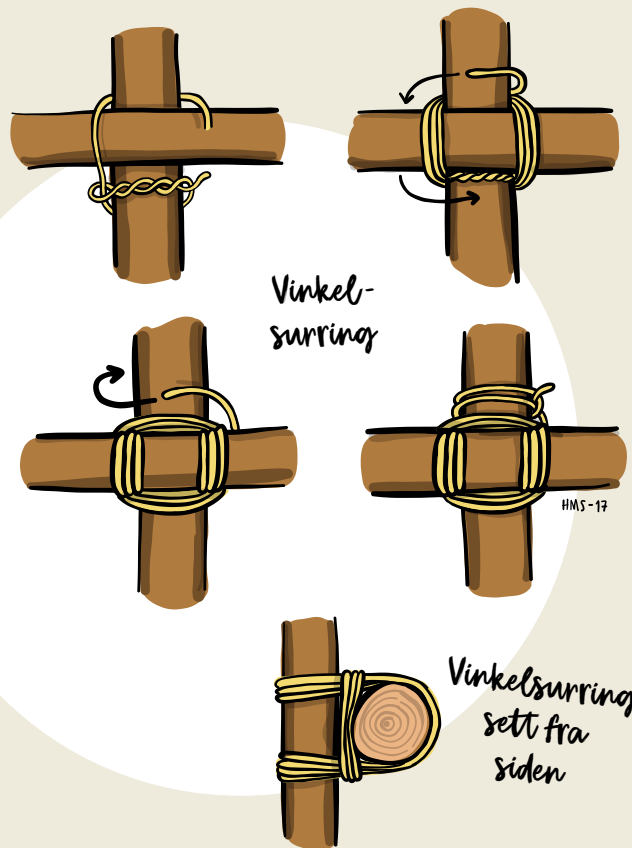
- to trefotinger eller en trefoting og en firfoting.
- en raie i sittehøyde på hver side som blir benker.
- en raie høyere opp enn benken, på hver side, til å holde bordplatene.
- noe som kan brukes som bordplater.

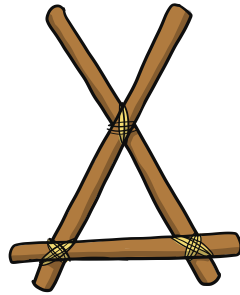
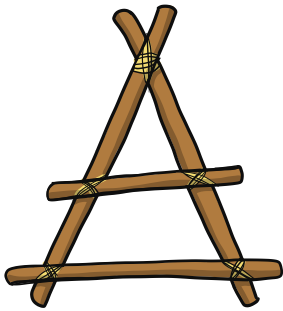
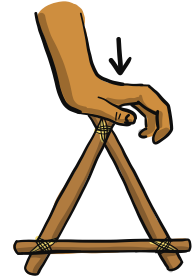
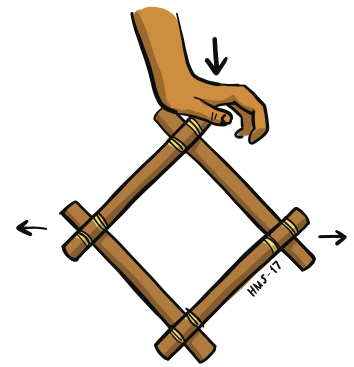
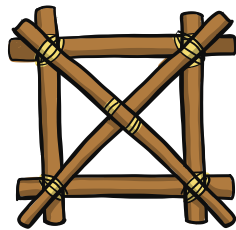
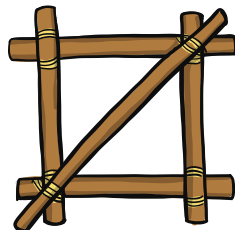
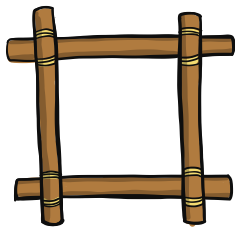
Tips!

Det kan være lurt å sette seg på benken etter at den er festet og sjekke hvor høyt opp det er naturlig å ha bordet.



For å få skikkelig stramme og fine surringer kan man bruke en stramme-pinne.





Trekantprinsippet

Når dere pionerer er det viktig å huske på trekantprinsippet. Vi bruker trekanter i byggverk fordi det er den mest stabile formen. Dere kan teste det ut ved å lage ett byggverk av trekanter og ett av firkanter. Hvor mye tåler de ulike byggverkene?

HA DET GØY!

Det er spennende å pionere høyt og bredt, men dere kan også pionere noe som kan brukes i aktiviteter. Hva med å lage en speiderkarusell eller en dumpehuske? Da kan dere øve på pionering først og ha det gøy etterpå!

Tårn

Det er magisk å stå i toppen av sitt eget byggverk og skue utover en stor speiderleir. Hvor høyt kan dere bygge et tårn i løpet av ett speidermøte?

Portal

En portal er inngangsporten til leiren eller leirplassen, og en stor portal kan fange oppmerksomheten til en hel leir. Planlegger og øver dere på portalen allerede nå kommer det garantert til å lønne seg til sommeren. Hva med å prøve seg på en hyperbolisk paraboloid? Denne portalen er imponerende i alle størrelser og har mange bruksområder. Oppskriften finner du i aktivitetsbanken.

Verdensjamboree byr på digre portaler, som denne hyperboliske paraboloiden. Foto: Henrik Vagle Dalsgaard



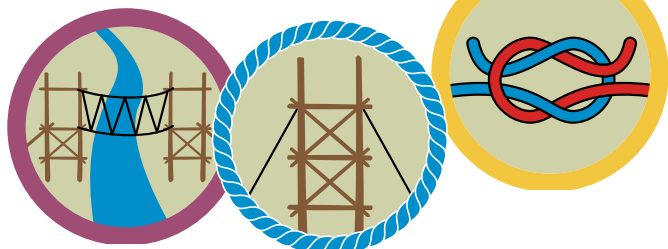
Å kunne slappe av i hengekøya på leir er deilig. Hva med å pionere et hengekøystativ for patruljen? Foto: Helene Moe Slinning



Har du lyst til å lære mer om pionering? 29. mai til 1. juni har vi kurs i leirteknikk (KILT), se hva det inneholder på arrangementssidene bakerst i Speiderbladet.

MERKER

Det finnes pioneringsmerker for alle aldersgrupper som dere kan ta i løpet av speidermøtet.



SIKKERHET VED STORE BYGGVERK

- Bruk hjelm.
- Bruk klatresele og tau når dere jobber i høyden.
- Ikke stå under når noen surrer lenger opp.
- Tilskuere skal holde avstand på minst to ganger byggverkets høyde.
- Sørg for å sikre byggverket forsvarlig, for eksempel ved bruk av barduner og solide pluggar.
- Vær forsiktig når dere reiser byggverket og pass på at alle som ikke løfter holder avstand.



En stor portal viser frem gruppa, og man kan bruke den til mye rart. Drikke kaffe, ligge i hengekøya, spille kort eller klatre i. Foto: Lars Røraas



Du kan delta på mange ulike aktiviteter på de forskjellige verdenssentrene. Foto: Ørjan Apeland

Besøk de fem

VERDENSSENTRENE

KFUK-KFUM-speiderne er en del av et internasjonalt fellesskap, og derfor finnes det mange spennende muligheter for deg som ønsker å reise til utlandet. Én slik mulighet er de fem verdenssentrene for speidere.

DE FEM VERDENSSENTRENE er Kandersteg i Sveits, Our Chalet i Sveits, Pax Lodge i England, Sangam i India og Our Cabaña i Mexico. Kandersteg eies av WOSM (World Organization of the Scout Movement) og de fire andre eies av WAGGGS (World Association of Girl Guides and Girl Scouts). Sentrene tilbyr overnatting og opphold for speidere, både enkeltvis og i grupper. Noen steder er åpne for familie. Her kan du velge mellom ulike aktiviteter, tilpasset omgivelsene og årstidene. I feriene blir det ofte organisert fellesturer.

NOEN AV ARRANGEMENTENE kan være tilpasset en avgrenset aldersgruppe, eller bare være tilgjengelig for jenter. KFUK-KFUM-speiderne arrangerer gruppeturer til Kandersteg og Pax Lodge gjennom Eventyr Utland. Dette foregår hvert år i februar, og du har muligheten til å bli med om du er vandrer. Nå er en gruppe på 24 speidere på besøk hos Kandersteg i Sveits, og til neste år blir det tur til Pax Lodge og London.

PÅ VERDENSSENTRENE HAR du anledning til å oppleve internasjonal speiding på en helt unik måte. Sentrene er nemlig bemannet av speidere fra mange forskjellige land, i tillegg til at de tiltrekker seg besøkende fra hele verden. Har du lyst til å dra til et verdenssenter? På sentrenes egne nettsider kan du lese om kommende arrangementer og, om du er over 18 år, hvordan du kan jobbe frivillig hos dem.

Our Chalet



- Ligger i de sveitsiske Alpene.
- Har fjellaktiviteter som ski og klatring.
- Tilbyr Swiss Challenge-pakkeprogram om sommeren, bestående av varierte og spennende opplevelser.



Kandersteg er et av de mest populære verdenssentrene. De omtaler seg selv som en permanent mini-jamboree. Foto: Kell Krogh Jacobsen

Kandersteg

- Ligger i de sveitsiske Alpene.
- Har aktiviteter som ski, aking og snowboard om vinteren, og aktiviteter som trekking, sykling og rafting om sommeren.
- Holder internasjonalt leirbål hver fredag.



Pax Lodge

- Ligger midt i London: Opplev storbyen på en annen måte.
- Har ulike sightseeing- og opplevelsespakker, både som dagstilbud og ukespakker.
- Holder seminarer for grupper, om blant annet Pax Lodge, WAGGGS og internasjonalt speiding.



Du kan lese om Kandersteg på kisc.ch og verdenssentrene til WAGGGS på waggs.org.



Sangam

- Ligger i Pune, en by med over tre millioner innbyggere vest i landet.
- Fokuserer på arrangementer med temaene kultur, lederskap og speiding for jenter.
- Tilbyr deg som besøker å jobbe frivillig i lokalsamfunnet.



Our Cabaña

- Ligger i Cuernavaca, midt i landet.
- Har aktiviteter som sightseeing, matlaging, trekking, juving og snorkling.
- Arrangerer sommerleiren Summer Friendship.

OPPSLAGSTAVLA



STORT OG SMÅTT FRÅ KFUK-KFUM-SPEIDARVERDA.
SEND INN DINE HELSINGAR, TIPS, OPPSKRIFTER ELLER
ANDRE OPPSLAG TIL SPEIDERBLADET@KMSPEIDER.NO!

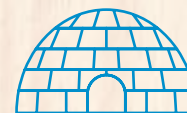


Foto: Håkon Kristoffersen

Vintertråkk

SKAL DU DRA PÅ VINTERTRÅKK

I ÅR? 28. februar – 1. mars er årets vintertråkkhelg. Opplegget er det samme som for Tråkk. Patruljen planlegger og gjennomfører sin egen haik. Været og vinterkulden krever mer av utstyret, terrenget ser annerledes ut hvis det er snødekt og det er viktig å øve på orientering. Vi håper mange tar turen ut. God tur!



DELTOK PÅ hemmelig oppdrag!

Patruljene Dronningørn og Ørn fra Hakadal deltok på hemmelig oppdrag som ble sendt ut i høst. Her ser du fra venstre Maria Selnes, Hrafn Ágústsson og Brage Johnsen løse oppgaven.



Foto: Helene Mathisen



Ta på speiderskjerfet 23. april!

DEN INTERNASJONALE SPEIDERSKJERFDAGEN

markeres av speidere i mange land 1. august hvert år. Siden de fleste norske speidere har sommerferie da, oppfordrer vi alle til å bruke St. Georgsdagen 23. april til å vise at vi er speidere.

Ta på deg skjerfet allerede til frokost og gå med det hele dagen, på skolen, på jobb, ved middagsbordet og på kvelden – enten du skal på St. Georgsfeiring eller ikke! Post gjerne et skjerfbilde eller flere av deg selv på Instagram med emneknaggene #kmspeider og #speiderskjerfdagen



23. april!

St. Georgsdagen feires av speidere over hele verden, og i aktivitetsbanken finnes det mange aktiviteter som kan brukes under årets feiring!



Aktivitetsmerket
St. Georg



#KMSPEIDER

TAGG INSTABILDENE DINE OG FØLG @KMSPEIDERNE, OG KANSJIE AKKURAT DITT BILDE KOMMER PÅ TRYKK?



@speidern78

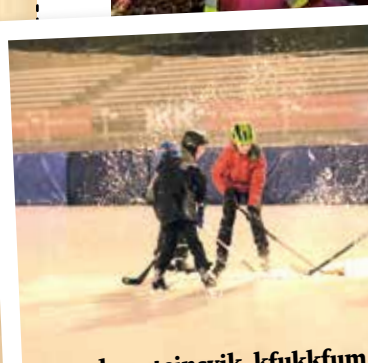
Bålkos på Nordstrand

OPPTAKELSE

Retten før jul ble 14 nye speidere tatt opp i Svalbard KFUK-KFUM-speidere. Gratulerer!



Foto: Asle Bjørndal



@nordas_steinsvik_kfukkum



@rovertrondelagkm



FORELDRESIDEN

- for deg med barn i speideren

På disse sidene har vi svart på spørsmål vi ofte får. Lurer du på noe annet kan du lese mer om speideren på kmspeider.no, ta kontakt med oss på post@kmspeider.no eller ta direkte kontakt med din speidergruppe.

HVA GJØR VI I SPEIDEREN?

I speideren opplever barn og unge spenning, fellesskap og mestring ved å prøve nye aktiviteter. Som speider kan du bli ekspert på temaer som friluftsliv, førstehjelp og naturkjennskap eller bare ha det gøy med vennene dine. De fleste speidere møtes hver uke eller hver annen uke, og er ofte på tur. Etter hvert som speideren blir eldre vil de få mer og mer ansvar for seg selv og sine venner, men alt fra første møte får speiderne være med å bestemme hva gruppen skal gjøre.

PERSONLIG UTVIKLING I SPEIDEREN

Kanskje du har sett noen unge ledere som er ansvarlige for aktiviteter på møtene eller tar med speiderne sine på tur? «Ungt lederskap – voksent nærvær» er et viktig prinsipp i speideren, og alt fra ungdomsskolealderen blir speiderne utfordret til å ta ansvar for de yngre speiderne. Med riktig opplæring og progresjon gir dette fantastisk erfaring for de unge lederne, og spennende opplevelser for de yngre speiderne - for ungdom kan når ungdom vil.

HVA KOSTER DET Å VÆRE SPEIDER?

I 2020 koster det 470 kroner i året å være medlem i organisasjonen. I tillegg kommer kontingent til lokalgruppen og kretsen, prisen setter gruppa og kretsen selv. Ofte inkluderer gruppekontingenten de faste utgiftene som er i forbindelse med møtene. Den kan også være inkludert utgifter til turer og leirer. Den totale summen varierer altså fra gruppe til gruppe, ta kontakt med speidergruppen din for å få vite nøyaktig pris. Du får alltid forsikring og medlemsblader inkludert i medlemskapet. Bladene sendes ut fire ganger i året.

Det er viktig for oss at penger ikke skal være til hinder for deltagelse i speideren. Dersom utgiftene blir utfordrende kan du ta en prat med gruppa og få til en løsning. Forbundets delta-gerfond kan gi støtte til deltagelse på tur, leirer og kurs. Forbundet gir også familiemoderasjon dersom flere familiemedlemmer blir med, og familiespeidere har redusert kontingent. Det finnes også støtteordninger som for eksempel kommunale aktivitetskort.

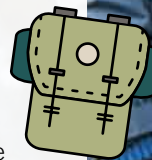
HVA TRENGER SPEIDEREN AV UTSTYR?

Du trenger ikke mye utstyr for å være speider – har du varme og vanntette klær til å være ute i, og gjerne et speiderskerf kommer du langt. Etter hvert som speideren blir eldre og begynner å dra mer på tur vil det bli behov for utstyr som sekk, sovepose og liggeunderlag. Trenger dere utstyr kan dere høre om noen i gruppen vil låne bort eller selge utstyr de har vokst ut fra, bli med i kjøp- og salg-grupper på Facebook eller se om din kommune låner ut gratis sportsutstyr. Det er også mulig å søke om bidrag til utstyr i Speiderbutikkens utstyrsfond på speiderbutikken.no/utstyrsfondet.

KAN JEG HJELPE TIL I SPEIDEREN, SELV OM JEG IKKE HAR VÆRT SPEIDER FØR?

Selvsagt! De fleste grupper er helt avhengige av foreldrehjelp for å gå rundt, og mange speiderledere er foreldre som ble med da barna deres startet i speideren for første gang. Det trengs ingen forkunnskaper for å bli speiderleder. Det viktigste du kan gjøre er å være til stede og passe på at alle har det bra. Om du blir med på fast basis vil du få den opplæringen du trenger.

TEKST Magnus Heltnø FOTO Jiri Paur





Vi har fornøyde ledere! Over 950 ledere svarte på lederundersøkelsen i 2019 og gjennomsnittet rangerte sin opplevelse som 5 av 6 stjerner! De viktigste motivasjonsfaktorene var å se speiderne oppleve og mestre nye ting, at det er gøy og nyttig og at de er en del av noe større.







HVA KAN JEG GJØRE SOM SPEIDERLEDER?

I en speidergruppe er det en rekke ulike oppgaver som kan gjøres, og uansett om du er av den administrative typen, lekemester, trøsteren eller praktikerer finner vi noe som passer deg. Speidere er en svært nysgjerrig gjeng, så om du har en hobby du vil lære bort eller en lidenskap du vil dele, så er du godt på vei til å være speiderleder for et møte – eller for et år.

MÅ MAN VÆRE KRISTEN FOR Å VÆRE MED I SPEIDEREN?

Nei, KFUK-KFUM-speiderne har åpent medlemskap. Organisasjonen har en kristen formålsparagraf som sier at vi vil gi barn og unge mulighet til å vokse med ånd, sjel og kropp. En del av dette er å gi speiderne muligheten til å høre om Jesus og stille spørsmål rundt tro, men man trenger ikke være kristen, eller troende, for å være med. Du som foresatt trenger heller ikke være kristen for å hjelpe til i gruppen.



-  FOR HVEM
-  INNHOLD
-  TID
-  STED
-  PRIS
-  PÅMELDING

ARRANGEMENTER

Alle påmeldinger skjer via [medlemssystemet](#), du finner lenke til påmelding inne på arrangementet på [kmspeider.no/arrangement](#). Har du spørsmål? Ta kontakt på post@kmspeider.no. Påmeldingen er bindende og betalingsfristen er den samme som påmeldingsfristen. Pengene betales til konto: **3000.16.88487**, merket med navn og arrangement.



UNGDOMSTING

Foto: Nicolai Hillestad

Vil du lære om ulike måter å ta del i demokratiet? Vil du finne ut hvordan du kan være med på å påvirke organisasjonen vår? Vil du bli engasjert? Bli med på ungdomsting!

På ungdomsting lærer du om organisasjonsarbeid og hvordan du kan delta i organisasjonsdemokratiet. Vi skal diskutere og debattere aktuelle saker og besøke Utøya læringscenter. Du trenger ikke være patruljefører eller assistent for å delta. Arrangementet er åpent for alle speidere i riktig aldersgruppe. Det vil også bli mye sosialt og du vil bli kjent med speidere fra hele Norge.



Ungdom som vil bry seg og lære måter å delta i organisasjonsdemokratiet på. Født i '06-'04.



Demokratiopplæring, organisasjonskunnskap og inspirasjon.



6.–8. mars.



Nordtangen, Gran.



1300,-. Gir Frifondstøtte.



På Hypersys innen 16. februar.



Foto: Signe Haug



Foto: Peder Undheim



Foto: Lars Røraas

VINTER-ROLAND

HAR DU EN DRØM om å kunne ta med patruljen din på vintertur? Vil du oppleve hvordan det er å våkne opp i en snøhule? Da er Vinter-Roland det perfekte kurset for deg.

PÅ VINTER-ROLAND får du lære om bekleddning, utstyr, skismøring, proviant, enkel og avansert orientering, førstehjelp i vinterfjellet og naturlig sunt fjellvett. Haiken er med overnatting i snøhule som dere selv graver dersom snøforholdene tillater det. Ellers blir overnattingen inne på gamle Hotell Utsikten. Det blir også tid til leirbålskos, lek og moro sammen med dine nye speidervenner! Kurset gir kunnskap som kreves for å delta på Ekspedisjon vinter.



For deg som vil lære mer om vinterfjellet. Kurset krever ikke forkunnskaper, bortsett fra at dette ikke bør være første gang du går på ski. Født i '05-'03.



Patruljeledelse i vinterfjellet. Haik med overnatting i snøhule dersom været og snøforholdene tillater det. Teori og praksis om vinterfjellet. Påskebudskapet.



3.–8. april.



Utsikten i Odda.



2400,-. Gir Frifondstøtte.



På Hypersys innen 15. mars.

EKSPEDISJON VINTER

EKSPEDISJON VINTER er et perfekt kurs for alle som har vært på Vinter-Roland, eller har tilsvarende kunnskaper fra vinterfriluftsliv. Dette er en flott mulighet til å få gå på flere dagers tur i vinterfjellet med tett oppfølging og god veiledning fra staben.

I LØPET AV KURSET får du praktisk erfaring og kunnskaper om vinterfriluftsliv. Temaer vi vil gå igjennom på kurset er proviant, reparasjon og vedlikehold av utstyr på vinteren, leirbygging, orientering/ trygg ferdsel om vinteren og førstehjelp.



Ekspedisjon vinter er for de født i '04-'02 som har vært på Vinter-Roland, eller har tilsvarende kunnskaper fra vinterfriluftsliv.



Opplevelseskurs med fire teltdøgn i vinterfjellet. Skred, proviant og overnatting.



4.–8. april.



Haukeliseter.



1400,-. Gir Frifondstøtte.



På Hypersys innen 15. mars.

KILT

HAR DU LYST TIL å lære mer om hvordan det er å være på leir? Kanskje skal du og gruppen din på en kretsleir til sommeren, eller kanskje vil du være beredt til å kunne være en ressurs på leirer i årene fremover?

KILT ER et forberedelseskurs som anbefales på det varmeste for speidere født '07-'04. KILT står for kurs i leirteknikk, og er et grunnleggende kurs om det du trenger å vite før du skal ha patruljen med på leir. Du vil lære om leirbygging, matlaging, sosialt fellesskap og patruljeledelse på leir, deltakelse og leirbål. Kurset passer for deg som ikke har så mye leirerfaring fra før, men som har lyst til å klare deg mest mulig på egenhånd i patruljen på leir til sommeren.

KILT ER EN TRYGG, morsom og sosial minileir hvor du får god veiledning fra lederne, og tid til å bli godt kjent med speidere fra andre deler av landet.



For deg som forbereder deg til å reise på leir som patruljefører eller assistent for første gang. Født i '07-'04.



Grunnleggende pionering, førstehjelp, matlaging på leir, telt- og leirliv og patruljeledelse på leir.



29. mai – 1. juni.



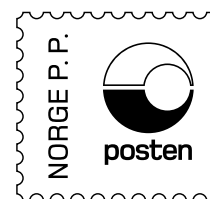
Nordtangen, Gran.



1300,-. Gir Frifondstøtte.



På Hypersys innen 10. mai.



SPEIDERBUTIKKEN

NYE PRODUKTER I VINTER



NYHET!

Stanley GO Ceramivac™ Termoflaske

Termoflasker som kombinerer den herlige følelsen av keramikk på utsiden med Stanleys legendariske doble isolasjon i rustfritt stål. 100% fri for BPA, og helt uten den vanlige metalliske smaken og lukten som andre flasker ofte får.

700ml finnes i fargene BLÅ og ASFALT, kr. 389,-
473ml finnes i fargen LYS GRÅ, kr. 379,-

Ledlenser ML4 kompakt

Kraftig og superkompakt teltlykt fra Ledlenser på hele 300 lumen, flere lysstyrker, blinking, rødt nattlys, karabinfeste og oppladbart batteri med batteriindikator.



Se video-
demonstrasjon
i nettbutikken!

SPEIDERBUTIKKEN.NO



Følg oss på Facebook og Instagram,
og abonner på nyhetsbrev!