

HANDBÓK FARARSTJÓRA

LANDSMÓT SKÁTA

EFNISYFIRLIT

INNGANGUR	4
UNDIRBÚNINGUR	5
6-12 MÁNUÐUM FYRIR MÓT	5
Fararstjórn valin	5
Fjárhagsáætlun	6
Fjárafplanir	6
Kynningar	7
Kynningar til forráðafólks	7
Kynningar til þátttakenda	7
Upplýsingagjöf fram að móti	7
Fjölskyldubúðir	8
Mannauður félags á mótinu	9
Hlutverk fararstjóra á mótinu	9
Hlutverk hlutverk foringja á mótinu	10
Aðkoma sjálfbóðaliða	10
Undirbúningsfundir	11
6 MÁN – FRAM AÐ MÓTI	12
Ferðalagið á mótið	12
Sameiginlegur búnaður	12
Móttaka búnaðar á mótsstað	12
Ferðaklæðnaður	12
Matur á leiðinni	13
Tímasetningar og staðsetningar	13
Sameiginlegur búnaður félagsins	13
Skipulag og uppsetning tjaldbúðar	14
Eldhúsið og matartjaldið	14
Sameiginleg einkenni	15
Þurrkun tjalda eftir mót	15
Hátíðardagur	16
Fyrirkomulag mótsvæðis	16
Matarmál á mótinu	17
Útbúnaður þátttakenda	18
Þekkja hópinn	18
Heilsufarsupplýsingar	19
Upplýsingar um aðstandendur	19
TJALDBÚÐARLÍFIÐ	20
Öryggi og velferð þátttakenda	20
Samskiptareglur mótsins	20
Næring	20
Hvöld	21
Hreinlæti	22
Áreiti og skynjun	22
Skynofhleðsla	22
Skjólíð	22
Fyrirbyggjandi aðgerðir	23
Stuðningsskjóðan	23
Upplýsingagjöf í tjaldbúð	23
Sjónrænt skipulag	23
Einmanaleiki og heimþrá	24
Afþreying	24

Á MÓTINU	25
Dagskrá á mótinu	25
Opin dagskrá og tjaldbúðavinna	25
Torgadagskrá og hátíðardagur.....	25
Þrauta- & metaland:	25
Bæjardagskrá - Akureyri:	26
Göngudagskrá:.....	26
Skógardagskrá:	26
Hátíðardagur:.....	26
Kvölddagskrá	27
Setning, hátíðarkvöldvaka/slit:	27
Torgavarðeldur:	27
Heimsmeistarakeppni í skátaíþróttum:	27
Næturlaikur:	27
Önnur dagskrá	27
Fréttir frá mótinu	28
Fréttir til aðstandenda	28
Koma ferð á framfæri	28
Myndbirtingar.....	28
EFTIR MÓT	30
Frágangur	30
Skipta verkum	30
Skýrslugerð og endurmat	30
Sjálfboðaliðum þakkað	30
AÐ LOKUM	31

Inngangur

Tilgangur handbókarinnar er að auðvelda skátafélögum skipulag fyrir ferð á Landsmót skáta. Í handbókinni er farið yfir alla helstu verkþætti og hlutverk fararstjórnar hvað varðar undirbúning, framkvæmd og lokafrágang ferðar.

Sömu meginreglur gilda um fararstjórn í skátaferð hvort sem farið er að vetri eða sumri, innanlands eða erlendis, í skála eða tjaldútilegu. Alltaf þarf að huga að sömu atriðum. Hópastærð, eðli ferðarinnar, árstími og áfangastaður hefur áhrif á umfang, utanumhald og undirbúning fyrir ferðina. Sem dæmi er undirbúningur fyrir stórviðburð á borð við Landsmót umfangsmeiri en fyrir venjulega sveitarútilegu, en í báðum tilvikum þarf að huga að svipuðum þáttum. Starfi fararstjórnar má skipta í fjóra hluta, undirbúning, ferðalag, dvöl og heimkomu.



Undirbúningur

Góður undirbúningur er mikilvægur til þess að ferð félagsins á Landsmót verði ánægjuleg. Hér verður stiklað á stóru yfir helstu atriði sem þarf að hafa í huga þegar för á Landsmót er undirbúin. Bent er á að önnur tilfallandi verkefni kunna að koma upp við undirbúning ferðarinnar sem ekki eru nefnd hér.

6-12 mánuðum fyrir mót

Fararstjórn valin

Stjórn skátafélags hefur það hlutverk að skipa fararstjóra og/eða fararstjórn. Þetta þarf að vera ljóst strax í upphafi þegar ákvörðun hefur verið tekin um að fara á mótið. Fyrir stærri ferðir eins og Landsmót skáta er nauðsynlegt að skipa fleiri en einn aðila í fararstjórn. Fjöldi einstaklinga sem skipa fararstjórnina fer eftir aðstæðum hverju sinni en mikilvægt er að hver aðili í fararstjórninni sé með skilgreint hlutverk. Hér er dæmi um verkaskiptingu hjá fjölskipaðri fararstjórn:

- A – Skráning, fjármál og fjáraflanir
- B – Undirbúningur og skipulag tjaldbúðar eða gistingar
- C – Mötuneyti og allt sem viðkemur mat
- D – Almennur útbúnaður s.s. tjöld o.s.frv. og umsjón með farangri
- E – Velferð og sjúkdómar

Æskilegt er aðalfararstjóri ferðarinnar búi yfir reynslu af ferðalögum. Fararstjóri skal vera hæfur í samskiptum, hraustur á líkama og sál og hafa náð 20 ára aldri. Mikilvægt er að einstaklingar í fararstjórn velti því fyrir sér hvort þau hafi nægan tíma til að sinna verkefninu og hafi það sem þarf til að bera ábyrgð á hópi félagsins á Landsmóti. Eitt af hlutverkum fararstjóra á Landsmóti er að vera tengiliður við mótið og forráðafólk sérstaklega ef grípa þarf inn í eða miðla upplýsingum til forráðafólks.

Aðrir einstaklingar í fararstjórn eða foringjar hópsins skulu hafa náð 18 ára aldri. Mikilvægt er að huga að fjölbreytni einstaklinga þegar valið er í fararstjórn félags og reyna eftir fremsta megni að láta þau endurspegla fararhópinn.

Fjárhagsáætlun

Áður en ákveðið er endanlega að fara með hóp á Landsmót er nauðsynlegt að gera fjárhagsáætlun um sameiginlegan kostnað félagsins. Þetta þarf að liggja fyrir eins fljótt og auðið er svo þátttakendur geti tekið ákvörðun um hvort þau hafi efni á ferðinni.

Fjárhagsáætlun skátafélags þarf að lágmarki að taka tillit til eftirfarandi þátta:

- Rútukostnaður til og frá mótssvæði
- Kostnaður við flutning á sameiginlegum búnaði á mótssvæði
- Kostnaður við eldamennsku á mótinu (t.d. gas)
- Niðurgreiðslur á þáttökugjöldum fararstjórnar og foringja félagsins
- Sameiginleg einkenni félagsins, í þema mótsins eða almenn. Sjá nánar í kaflanum „Sameiginlegur búnaður félagsins“
- Æfingarútilega ef félagið ætlar sér að halda svoleiðis
- Flutningur á fólki, farangri og sameiginlegum búnaði á mótsstað. Sjá nánar í kaflanum „Ferðalagið á mótið“
- Óvænt útgjöld

Mikilvægt er að fararstjóri og stjórn félags myndi sér stefnu fyrirfram um hvort og eða hvernig félagið hyggst styðja við skáta sem eru ekki fjárhagslega stæðir til þess að taka þátt í ferðinni. Oft má einnig sækja styrki til sveitarfélagsins fyrir þátttöku jaðarsettra barna í félagsstarfi, reglulegu og viðburðum sem þessum.

Fjáraflanir

Strax í upphafi undirbúnings er gott að skipuleggja fjáraflanir því þær geta oft skipt sköpum um það hvort skáti komist í ferðina eða ekki. Gott er að miða við að vera með a.m.k. 2-3 fjáraflanir veturinn fyrir Landsmót og miða við að hafa þær fjölbreyttar. Fjáraflanir eru góð tækifæri til að virkja foreldra og oft er skipað sérstakt teymi sem heldur utan um fjáraflanirnar.

Mismunandi er eftir félögum hvernig staðið er að fjáröflunum þ.e. hvort slíkt sé á herðum félagsins, fararhóps eða einstaklinga. Þar spila líka hefðir inn í hvernig þessum málum er háttað.

Hugmyndalista má finna í viðauka og á skatamot.is.

Kynningar

Kynningar til forráðafólks

Kynning fyrir forráðafólk væntanlegra þátttakenda er einn mikilvægasti hluti undirbúningsins. Forráðafólkið ákveður hvort skátinn tekur þátt og þarf að treysta fararstjórninni. Því er mikilvægt að byggja upp traust og halda forráðafólki vel upplýstu. Fararstjórnin þarf að kynna ferðina á jákvæðan hátt og “selja” hugmyndina. Fararstjórn verður að sjá til þess að allar upplýsingar um ferðina berist forráðafólki skjótt og örugglega allan tímann. Það er því ekki nóg að halda einn fund í upphafi undirbúningsins. Heldur þarf að halda fólki upplýstu frá upphafi undirbúnings til loka ferðarinnar.

Fararstjórnin þarf sérstaklega að gæta þess að forráðafólk barna af erlendum uppruna hafi sama aðgang að upplýsingum um ferðina og annað forráðafólk. Því gæti fararstjórn þurft að þýða kynningarefni og aðrar mikilvægar upplýsingar varðandi ferðina.

Gott upplýsingaflæði felst meðal annars í því að koma upplýsingapóstum frá mótsstjórn áfram eins fljótt og auðið er. Best er að senda upplýsingar til forráðafólks í gegnum tölvupóst eða Abler og taka það fram hvert þau geti leitað ef þau hafa frekari spurningar varðandi ferðina.

Í aðdraganda mótsins er svo gaman að sýna frá undirbúningsferlinu þannig að aðstandendur fái að sjá inn í heim Landsmóts og það gæti vakið hjá þeim áhuga á að kíkja í fjölskyldubúðir á mótinu.

Kynningar til þátttakenda

Kynning fyrir þátttakendur er jafnframt mikilvægur hluti í undirbúningi ferðarinnar. Þátttakendur eiga að fá greinargóða kynningu á öllum þáttum ferðarinnar og tækifæri til að taka þátt í ákvörðunum um mikilvæg mál. Þeir eiga rétt á að fá allar upplýsingar, ekki einungis það sem fararstjórn telur hentugt að segja.

Upplýsingagjöf fram að móti

Ákveða þarf með hvaða hætti upplýsingum verður komið á framfæri: í aðdraganda móts, meðan á því stendur og við lok/heimferð og frágang. Eins þarf að ákveða hvernig upplýsingaflæði til forráðafólks, þátttakenda, foringja og innan fararstjórnar verður.



Fjölskyldubúðir

Hefð er fyrir því að fjölskyldum skáta, gildisskátum og eldri skátum gefist kostur á að heimsækja Landsmót. Í samkomutjaldi fjölskyldubúða verður dagskrá alla mótisdagana. Þangað geta foreldrar komið með börnum sínum í skapandi smiðjur og á aðra viðburði sem boðið verður upp á. Hefð er fyrir því að fara í gönguferðir um nágrennið, halda kvöldvöku og taka þátt í hluta af dagskrá mótsins. Þátttakendum fjölskyldubúða er boðið á setningu mótsins og nokkra stóra viðburði á vegum mótsins. Innifalið í fjölskyldubúðagjaldinu eru einkenni og dagskrá. Flestir dvelja í tjöldum eða tjaldhýsum á mótisvæðinu. Greitt er fyrir tjaldsvæði og rafmagn. Til að tryggja öryggi er umferð takmörkuð um svæðið og ákveðin svæði lokað bílaumferð meðan á mótinu stendur. Reglur mótsins gilda einnig í fjölskyldubúðum. Meðferð tóbaks, áfengis og annarra vímuefni er ekki leyfð á svæðinu. Tjaldsvæðið er lokað almenningi meðan á mótinu stendur.

Fjölskyldubúðir eru kjörið tækifæri fyrir fjölskyldur þátttakenda til að kynnast skátastarfinu.

Þeir hópar og skátafélög sem óska eftir að dvelja saman og gera sína eigin tjaldbúð þurfa að láta vita með góðum fyrirvara um fjölda eininga. Úthlutun svæða verður í höndum starfsfólks tjaldsvæðisins sem mun merkja svæði fyrir þau félög sem hafa samband.

Í sumum félögum eru skipaður fararstjóri fyrir fjölskyldubúðir félagsins, hann miðlar upplýsingum og heldur utan um hópinn og verkefnastýrir t.d. aðstoð við félagið og þátttakendur. Það hefur sýnt sig að góð stemning í fjölskyldubúðum dregur nýja sjálfboðaliða í félagið.

Mannauður félags á mótinu

Góð samvinna fararstjóra og foringja er lykillinn að góðu móti. Þegar foringjar eru beðnir um að taka að sér að mæta á Landsmót er mikilvægt að fararteymið (fararstjórar og foringjar) séu á sömu blaðsíðu um hlutverkaskiptingu sín á milli. Hlutverkaskiptingin getur verið ólík eftir félögum og er mikið háð aðkomu annarra sjálfboðaliða félags, t.d. foreldra. Gæta þarf að því að öll fái tækifæri til að taka sér pásu og kúpla sig út reglulega yfir mótið. Það er því gott að skipuleggja vaktir og jafnvel fá foreldra til að stökkva inn í foringjahlutverk inn á milli, til að tryggja að foringjar og fararstjórar nái að eiga stund fyrir sig sjálf.

Því meira sem foringjar fá að taka þátt í aðdraganda mótsins því undirbúnari mæta þeir á mótið. Það er mikilvægt að halda foringjum vel upplýstum um stöðu undirbúnings og sömuleiðis er nauðsynlegt fyrir fararstjórn að vera upplýst um allt það sem skiptir máli varðandi þátttakendur fyrir mótið. Hagur þátttakenda felst í því að foringjar og fararstjórar séu á sömu línu og geti byggt ákvarðanir á sömu upplýsingum.

Hlutverk fararstjóra á mótinu

Fararstjórn mætir á alla fundi mótsstjórnar eða sendir fulltrúa sinn á þá. Fararstjórn heldur líka reglulega fundi með flokksforingjum eða hópnum til að tryggja að upplýsingar berist skýrt. Hún þarf einnig að kynna sér allar skriflegar upplýsingar frá mótsstjórn og miðla helstu atriðum til þátttakenda.

Landsmót á þó einnig að vera ánægjulegur viðburður fyrir fararstjórn. Mikilvægt er að skipta verkum, tryggja góða hvíld, næringu og aðbúnað svo fararstjórar geti sinnt hlutverki sínu af krafti.

Hlutverk fararstjórnar er fyrst og fremst að sjá til þess að Landsmót skáta verði ánægjuleg upplifun allra sem að mótinu koma. Til þess að svo megi verða er undirbúningur fararstjórnarinnar mjög mikilvægur.

Hlutverk hlutverk foringja á mótinu

Skilgreining á hlutverkum foringja er lykilatriði að vel heppnuðu skátamóti. Eðlilegt er að foringjar taki að sér ákveðin verkefni tengd þátttakendum en séu ekki sett í dagleg störf í tjaldbúð, s.s. eldamennsku. Gott er fyrir alla aðila ef foringi er tengdur við ákveðna þátttakendur, t.d. skátaflokk og beri ábyrgð á koma flokknum í dagskrá og á kvöldin að fara yfir það hvernig dagurinn gekk fyrir sig. Foringi getur þá um leið hlustað eftir líðan skátanna o.fl. Mikilvægt er að þáttur foringja sé sem mest afmarkaður og að þeir fái tíma til að sinna eigin skátastarfi á mótinu. Glaðir foringjar eru lykillinn að vel heppnuðu skátamóti. Forðast þarf í lengstu lög að íþyngja þeim með verkefnum sem aðrir (t.d. forráðafólk) geta leyst jafn vel af hendi og þeir.

Hlutverk foringja á mótinu er því að styðja og leiðbeina skátaflokknum. Aðstoða skátana með skipulag og huga að velferð skátanna, hvíld og næringu. Foringjarnir dvelja með skátasveitinni í tjaldbúð. Þeir taka að hluta til þátt í dagskrá og daglegu starfi flokkanna á mótinu.

Aðkoma sjálfboðaliða

Gjarnan óska félög eftir sjálfboðaliðum, sem eru oftast aðstandendur þátttakenda eða gamlir skátar, til að aðstoða með verkefni í tjaldbúðinni á mótinu. Algeng verkefni eru til dæmis uppsetning tjaldbúðarinnar, aðstoð við matseld, kvöldkaffi og kyrrð eða frágangur. Ef félagið er með virkt foreldrafélag getur verið sniðugt að virkja það í þessi verkefni. Fararstjórn þarf að skipuleggja aðstoðina vel, skilgreina verkefnin og útnefna tengilið við foreldra. Mikilvægt er að minna á að aðstoðin er fyrir félagið í heild, ekki einstaklingsbundin þjónusta við eigið barn. Í sumum tilfellum þarf að minna foreldra sem dvelja í fjölskyldubúðum á að trufla ekki skátastarfið sem fer fram á mótinu.

Mikilvægt er að allir fullorðnir, foringjar, fararstjórar og fjölskyldumeðlimir sem aðstoða í tjaldbúð eða dagskrá skili inn afriti af undirritaðri sakaskrárheimild til BÍS. Fararstjórar bera ábyrgð á að safna saman heimildunum og senda áfram. Eyðublað til útfyllingar má finna [hér](#) og í viðauka.

Undirbúningsfundir

Undirbúningsfundir eru góð leið til að þjappa hópnum saman og tryggja að öll séu vel undirbúin, sérstaklega þau sem eru að fara á sitt fyrsta Landsmót.

Hér eru atriði sem er gott að fara yfir á slíkum fundum:

- **Hópefli:** byggja upp samheldni, sérstaklega mikilvægt ef hópurinn hefur ekki hist oft. Mikilvægt að þátttakendur, foringjar og sjálfboðaliðar kynnist innbyrðis
- **Tjaldbúð:** Hannið útlit og uppsetningu tjaldbúðarinnar. Gott er að gera líkan af t.d. hliði og girðingum með tannstönglum eða grillpinnum
- **Skreytingar:** gerið merki og skraut í þema félagsins eða mótsins
- **Tjaldamál:** yfirfarið tjöldin, skiptið hópnum niður á tjöld og æfið tjöldun þeirra
- **Yfirferð búnaðar:** Þarf að pússa bekki?
- **Matseld:** æfið ykkur að elda á eldunarbúnað félagsins
- **Dagskrá:** Skoðið dagskrá mótsins, skiptið í flokka og undirbúið ykkur fyrir flokkakeppnir og slíkt
- **Einkenni félagsins:** hugið að sameiginlegum einkennum, t.d. skikkjur eða skyldir.



6 mán – fram að móti

Ferðalagið á mótið

Æskilegt er að þátttakenda hópurinn ferðist saman á mótið þar sem það auðveldar skipulag og eykur samheldni, hvort sem það er í rútu eða samfloti.

Panta skal rútu eða annan fararmáta fyrir þátttakendur tímanlega til að tryggja pláss og fá mögulegan afslátt, þar sem rútur geta verið uppbókaðar á ákveðnum tímum árs og kosta oft meira þegar fyrirvarinn er stuttur. Best er að semja strax um verð, annað hvort fast verð á hvern þátttakanda ef heildarfjöldinn er ekki vitaður eða heildarverð fyrir hópinn ef hann er staðfestur.

Fararstjórn þarf að ákveða hvernig farangur verði skipulagður, bæði fyrir félagið og þátttakendur. Gott er að tilgreina hvaða töskur henta best og hvernig þær skulu merktar. Mælt er með að forráðafólk merki töskur barna vel með nafni og nafni félagsins til að auðvelda skil ef þær týnast.

Sameiginlegur búnaður - flutningur

Fararstjórn í samráði við stjórn félagsins, þarf að ákveða hvernig sameiginlegur búnaður verður fluttur á mótssvæðið. Flutningur getur verið kostnaðarsamur, sérstaklega ef leigja þarf sérstakt farartæki, svo mikilvægt er að skipuleggja þetta tímanlega. Hægt er að flytja minni hluti með rútunni, en stærri búnaður krefst oft sérflutnings.

Við þarfagreiningu á búnaði félagsins þarf að finna jafnvægi milli þess að taka nóg en ekki of mikið. Hafa ber í huga hvort þörf sé á aukabúnaði eins og rafmagnsmillistykki, varahlutum eða öðrum nauðsynjum.

Gott er að útnefna einn aðila sem hefur umsjón með búnaðinum, heldur utan um hvað er tekið með, hvar það er staðsett og sér um móttöku hans á mótssvæðinu.

Móttaka búnaðar á mótsstað

Gera þarf ráðstafanir fyrirfram um hvernig móttöku búnaðar verði háttað og hvar hann verður geymdur, fari hann með öðru farartæki en þátttakendurnir sjálfir. Mögulega er hægt að fá upplýsingar um geymslustað og möguleika um móttöku hjá mótsstjórn.

Ferðaklæðnaður

Fararstjórn þarf að ákveða hvort þátttakendur hafi sérstakan klæðnað á leiðinni á mótið. Ef engar kröfur eru gerðar er gott að taka það fram. Margir kjósa þó að vera í einkennisfatnaði

félagsins, t.d. peysu, bol eða skátabúningi, sem styrkir hópinn og auðveldar að halda utan um þátttakendur. Skátaklúturinn er alltaf hluti af ferðinni og gott er að hvetja öll til að bera hann í rútunni.

Matur á leiðinni

Lengd ferðarinnar ræður því hvort huga þurfi að mat á leiðinni. Oft er lagt af stað rétt eftir matmálstíma (morgun- eða hádegismat) til að minnka þörfina fyrir nesti, en gott er að hafa eitthvað létt meðferðis þó ferðin sé stutt. Ef ferðalagið er langt þarf fararstjórn að ákveða hvort kaupa eigi mat á leiðinni eða taka með nesti. Flest rútufyrirtæki leyfa ekki mat í rútunum. Reglur um hvíldartíma bílstjóra geta haft áhrif á lengri ferðalög. Gott er að temja sér að hafa poka ef farþegar verða bílveikir. Hvetja ætti farþega til að horfa út og hafa ferskt loft í rútunni. Einnig er mikilvægt að skoða hvenær fyrsta máltíð á mótinu er og skipuleggja matarhlé í samræmi við það.

Tímasetningar og staðsetningar

Til þess að ferðalagið gangi smurt fyrir sig er nauðsynlegt að þátttakendur og forráðafólk þeirra viti hvert þau eigi að mæta og hvenær. Hvort sem það er fyrir sameiginlega brottför eða á mótssvæðinu. Ef hópurinn stefnir á að fara saman í rútu er gott að hafa tímarammann vel skilgreindan. Hvenær er mæting á brottfararstað, hvenær er brottför, hvar og hve lengi stoppar rútan á leiðinni, hvenær er áætluð mæting á mótssvæðið. Það sama þarf svo að gera á heimleið.

Sameiginlegur búnaður félagsins

Sameiginlegur búnaður félagsins er fyrst og fremst ætlaður fyrir tjaldbúðina á Landsmóti. Áður en ákveðið er hvaða búnað á að taka með þarf fararstjórn að kynna sér reglur og skipulag mótsvæðisins. Þá er mikilvægt að gera nákvæman búnaðarlista snemma til að tryggja að allt sé til staðar og hægt að útvega búnað á hagkvæman hátt. Oft má fá búnað lánaðan eða leita styrkja hjá fyrirtækjum.

Flest skátafélög eiga tjöld sem þau taka með á Landsmót. Nauðsynlegt er að fara tímanlega yfir tjaldlagerinn og meta ástand tjalda og hvort nógu mörg tjöld séu til fyrir áætlaðan fjölda.

Í undirbúningi þarf fararstjórnin að meta hvernig skipting í tjöld sé best fyrir hópinn og að skipting í tjöld sé þannig að öllum þátttakendum líði vel og geti haft einkarými. Eðlilegt er að tekið sé tillit til aldurs þátttakenda og kyns.

Útvega þarf eldhúsaðstöðu og matartjald og tryggja að þau séu í góðu ástandi og að hópurnir kunni á þau. Einnig þarf að kanna hvaða búnað mótið sjálf leggur til og ákveða hvort taka eigi með eigin trönnur og annað byggingarefni. Skreytingar, merkingar og hlið auka stemningu og gefa þátttakendum skemmtileg verkefni sem hægt er að vinna að t.d. í opinni dagskrá. Nauðsynlegt er að ákveðið sé fyrirfram hvernig skreytingar og annað eigi að vera og taka með efni í það. Að lokum ætti félagið að huga að skyndihjálparbúnaði, brunavörnum og einfaldri afþreyingu, t.d. vinaböndum, spilum eða öðru.

Við þarfagreiningu á búnaði félagsins þarf að finna jafnvægi milli þess að taka nóg en ekki of mikið. Hafa ber í huga hvort þörf sé á aukabúnaði eins og rafmagnsmillistykki, varahlutum eða öðrum nauðsynjum.

Í viðauka má finna tjékklista fyrir yfirferð búnaðar og grunn að búnaðarlista félaga.

Skipulag og uppsetning tjaldbúðar

Fararstjórn þarf að kynna sér fyrirkomulag tjaldbúðar tímanlega svo undirbúningur verði markviss. Mikilvægt er að vita hversu mikið pláss hópurnir fær, hvaða kröfur mótið gerir um búnað (t.d. eldvarnir, eldunaráhöld, fánastangir, girðingar o.fl.) og hvort útvega þurfi byggingarefni sjálf eða hvort það fáið frá mótinu. Einnig þarf að hafa yfirsýn yfir staðsetningu hópsins á svæðinu.

Áður en haldið er á mótið skal ákveða:

- Tjaldaskipan
- Hvernig þið ætlið að setja upp eldunaraðstöðuna ykkar
- Hvernig þið ætlið að setja upp hreinlætisaðstöðuna ykkar
- Hvernig verður hlutverkaskiptingin innan tjaldbúðar
 - Setja upp skipulag fyrir flokkana hvenær þau sjá um matinn
 - Setja upp skipulag fyrir mönnun sjálfbóðaliða í eldhúsi og tjaldbúð

Við komuna á mótið þarf að kynna þátttakendum tjaldbúðina og næsta umhverfi: hvar klósett, matvörubúð, sjúkragæsla og foringjar eru staðsett. Þetta eykur öryggi og bætir skipulag hópsins.

Eldhúsið og matartjaldið

Mörg skátafélög eiga eldhústjöld og eldhúsinnréttingar í þau. Fyrir mótið þarf að kanna ástand eldhústjalds og innréttinga. Kanna hvort allur nauðsynlegur búnaður sé til staðar og í góðu lagi. Matartjaldið og eldhúsið eru hjarta tjaldbúðarinnar og þar á að ríkja ró og friður en samt gleði og glens.

Í viðauka má finna búnaðarlista fyrir eldhúsið og matartjaldið

Sameiginleg einkenni

Í mörgum félögum er sterk hefð fyrir sameiginlegum einkennum. Dæmi um sameiginleg einkenni eru varðeldaskikkjur, húfur, peysur og jafnvel vettlingar og sokkar. Síðustu ár hafa þjónaðar varðeldaskikkjur með merkjum félaganna orðið mjög vinsælar á ný. Þær eru hlýjar og góðar og hægt að nota sem teppi líka. Flestar eru þær framleiddar hjá Varma úr íslenski ull. Þá hafa sum félög haft hefð fyrir heimaprjóni með félagamynstri eða öðru skátamynstri. Hægt er að finna mynstur fyrir skátalopapeysu á <https://skatamot.is/prjonamynstur/> en þetta mynstur hefur einnig verið fyrir notað fyrir lopahúfur.

Þurrkun tjalda eftir mót

Í aðdraganda móts þarf að huga að stað til að þurrka tjöld og annan búnað eftir að heim er komið. Sjálfsagt er háttur skátafélaga mismunandi hvað þetta varðar en oft er hægt að fá að nota aðstöðu sem sveitarfélagið á. Skólahúsnæði, jafnvel áhorfendapallar íþróttahúsa geta verið góður kostur til að kanna. Sé sú leið farin þarf að ganga úr skugga um að greiður aðgangur verði að húsnæðinu þegar móti er lokið og búnaður kominn heim. Það má tildæmis hafa tiltækt símanúmer ábyrgðarmanns húsnæðisins. Eins er nauðsynlegt að ákveða hverjir sjái um þennan lið í frágangi og tryggja að viðkomandi séu meðvitaðir um hlutverk sín.





Hátíðardagur

Síðasti almenni dagskrárdagurinn er svokallaður hátíðardagur, stundum kallaður heimsóknardagur. Á þessum degi fara skátarnir ekki í skipulagða dagskrá heldur gefst þeim tækifæri á að fara um tjaldsvæðið og heimsækja tjaldbúðir hinna skátafélagana og annarra landa. Á þessum degi gefst skátafélögum og löndum tækifæri á að kynna sitt félag, hverfi og land hvert fyrir öðru. Hefðin er að bjóða upp á einhverja dagskrá, mat eða kynningu á heimahögum skátafélags. Fararteymið þarf að skipuleggja áður en haldið er á mótið hvað þau ætla að bjóða upp á og etv. leita styrkja frá fyrirtækjum í sveitarfélaginu.

Fyrirkomulag mótsvæðis

Fararstjórn þarf að kynna sér fyrirkomulag tjaldbúðar tímanlega svo undirbúningur skátanna verði markviss. Undirbúningar tjaldbúðar felur í sér að útvega búnað, pakka búnaði félagsins, koma honum á mótsvæði, deila ábyrgð og úthluta verkefnum til flokka, t.d. að reisa tjaldbúð. Eftir mótið er frágangur og þá er mjög mikilvægt að ganga þannig frá búnaði að hann þorni en skemmist ekki í geymslu.

Fyrirfram þarf að vera ljóst hvaða reglur gilda um búnað og skipulag, t.d. stærð og gerð tjalds, pláss fyrir hvern pátttakanda, kröfur um lágmarksbúnað í tjaldbúð, eldvarnir, hve stórt má eldhústjaldið vera, reglur um fánastangir, mega eða eiga að vera girðingar, hlið og hvort aðgangur verði að byggingarefni og hvort hópurninn verði allur saman eða dreifður.

Matarmál á mótinu

Matarmál á mótinu skipta lykilmáli fyrir góða upplifun þátttakenda. Fararstjórn þarf að kynna sér matseðil og fyrirkomulag matarúthlutunar og tryggja að allar upplýsingar um fæðuofnæmi og sérfæði séu skráðar hjá sér og mótshöldurum. Bera þarf virðingu fyrir öllum sérþörfum í mat, hvort sem það er af trúarástæðum eða ofnæmi og mæta þörfum allra þátttakenda.

Einnig þarf að afla upplýsinga um hvernig og hvenær matur er afhentur, hvort þátttakendur sækji hann sjálf, hvaða búnað/kerru þarf til flutnings og geymslu og hvaða eldunaráhöld eru nauðsynleg. Þá er gott að hafa í huga hvort taka þurfi ísskáp eða aðrar hirslur til að geyma matvæli. Með góðum undirbúningi má tryggja að matarmálin gangi snuðrulaust fyrir sig og bæti upplifun allra á mótinu. Gott er að leyfa flokkunum að fá hlutverk í eldhústjaldi fyrir a.m.k. eina máltíð á meðan á mótinu stendur. Þessi hlutverk geta til dæmis verið að sækja mat í matarúthlutun, undirbúningur/frágangur uppvöskunaraðstöðu. Þó skal einnig gæta þess að skátarnir hafi nægan tíma til dagskrár og hvíldar. Æskilegt er að kaupa hóflega, ekki hamstra í matarúthlutun, og nýta vel það sem tekið er.





Útbúnaður þátttakenda

Fararstjórn verður ávallt að gera ráð fyrir að þátttakendur séu að fara í sína fyrstu ferð. Því er mikilvægt að útbúa nákvæman útbúnaðarlista með öllum hlutum sem hver þátttakandi þarf, ásamt upplýsingum um sameiginlegan búnað sem þátttakendur bera ábyrgð á að útvega. Þá er einnig gott að koma upp kerfi innan félagsins með merkingar á fatnaði og búnaði skátanna svo auðveldara sé að finna réttan eiganda. Grunn að búnaðarlista þátttakenda má finna í viðauka og á www.skatamot.is.

Þekkja hópinn

Traust og tengsl eru lykilatriði fyrir farsælt mót. Fararstjórn þarf að kynnast skátunum og tryggja að þau þekki ykkur líka því þannig gengur allt mun betur. Gott er að ræða við skátana, foringjana og forráðafólk til að fá innsýn í þarfir hópsins og byggja upp traust. Sérstaklega mikilvægt er að eiga góð og opin samskipti við forráðafólk barna með sérþarfir, þroska eða hegðunarfrávik og fá frá þeim upplýsingar um t.d. þekkta triggera og rétt viðbrögð. Mikilvægt er að ákveða ekki fyrirfram hvernig barnið er eða hvað það getur, heldur gefa sér tíma í að kynnast barninu.

Undirbúningsfundir og ferðir eru kjörin vettvangur til að styrkja tengslin. Það er mjög mikilvægt að fararstjórnin og foringjarnir þekki nöfn allra skátana til að geta beint orðum sínum beint til hvers og eins. Mikilvægt er að einhverjir úr fararstjórn gisti í tjaldbúðinni og að skátar viti í hvaða tjöld þeir eiga að leita ef eitthvað kemur upp á að næturlagi.

Heilsufarsupplýsingar

Heilsufarsupplýsingar þátttakenda eru mikilvægur hluti af undirbúningi ferðarinnar. Fararstjórn þarf að safna upplýsingum um heilsufar, lyf, ofnæmi, tengiliði aðstandenda í neyð ásamt öðru. Hægt er að nota sérstakt eyðublað þar sem þátttakendur/forráðafólk skrá allar nauðsynlegar upplýsingar um líkamlegt og andlegt ástand. Heilsufarsskýrslu fyrir félögin má finna á www.skatamot.is

Þar sem þetta eru viðkvæmar persónuupplýsingar þarf að gæta fyllsta trúnaðar. Gera þarf ráðstafanir ef skáti þarf á lyfjum að halda á mótinu. Huga að geymslustað og passa upp á tímasetningar ef um reglulega lyfjagjöf er að ræða. Mikilvægt er að einhver innan fararstjórnar beri ábyrgð á lyfjagjöfinni og að skátar séu meðvitaðir um hver það er. Þá skal fá leyfi frá barninu til að gefa því lyf fyrir framan önnur börn, t.d. með morgunmatnum. Ef barninu finnst það óþægilegt ber að virða það og gefa því tækifæri til að taka lyfin afsíðis í rólegu umhverfi. Sniðmát að yfirliti fyrir lyfjagjöf má finna í viðauka og á skatamot.is.

Ef skáti er með neyðarlyf þurfa allir foringjar og helst sem flest í kring um barnið vita hvar þau eru að finna og einkennin svo hægt sé að sína rétt viðbrögð. Í sumum tilfellum er það lífsnauðsynlegt. Eðlilegt er að gefa út hvar neyðarlyfin eru geymd t.d. í tösku eða bakpoka þátttakenda. Ef um forðalyf er að ræða sem geyma þarf í kæli er aðstaða til þess í sjúkratjaldi. Brýnt er að upplýsa sjúkragæslu um þátttakendur og sjálfboðaliða sem nota neyðarlyf.

Heilsufarsupplýsingar skulu geymdar á öruggan hátt á meðan á móti stendur, aðeins aðgengilegar fararstjórn, og þeim fargað eftir mót. Aðrir aðilar fá einungis upplýsingar ef það tengist hlutverki þeirra.

Mikilvægt er að fararstjórar safni saman upplýsingum um sérþarfir t.d. í matarræði og komi þeim til skipuleggjenda mótsins. Þá ber þeim einnig að láta skipuleggjendur vita ef skáti notast við hjólastól, þurfi að komast í rafmagn vegna stoðtækja eða sjúkrabúnaðar eða annað sem huga þarf sérstaklega að og undirbúa svo skátinn geti átt jafn ánægjulega upplifun af mótinu og hin skátasystkini þess.

Upplýsingar um aðstandendur

Fyrir hvern þátttakanda þarf að skrá a.m.k. tvo fullorðna aðstandendur með nákvæmar upplýsingar um hvernig ná má í þá, bæði að degi og nóttu. Gott er að hafa einn til tvo varatengiliði. Þessar upplýsingar skulu geymdar á öruggan og handhægan hátt í samræmi við meðferð annarra persónuupplýsinga.

Tjaldbúðarlífið

Öryggi og velferð þátttakenda

Fararstjórar bera ábyrgð á öryggi og velferð þátttakenda og þurfa að grípa inn í ef aðstæður krefjast þess. Þeir eiga að fylgjast með að öll hugi að hreinlæti, sinni búnaði sínum og haldi tjaldbúðinni snyrtilegri. Reglulegar tjaldbúðar- eða skálaskoðanir stuðla að góðri umgengni og vellíðan hópsins.

Til að öllum líði sem best er mikilvægt að hafa skýran ramma í tjaldbúðinni og að skátarnir viti hvers er ætlast til af þeim. Þá er mikilvægt að foringjarnir séu allir meðvitaðir um rammann og þær reglur sem gilda í tjaldbúðinni og að öll fari eftir þeim. Annað grefur undan trausti skátanna til foringjanna og eykur óöryggisfinningu þeirra. Skýr fyrirmæli, jákvæð og uppbyggjandi samskipti og gott skipulag eru allt þættir sem stuðla að vellíðan skátanna.

Oft getur hjálpað börnum að fá verkefni við hæfi þegar þau eru eirðarlaus eða með mikla orku sem þau þurfa að beina eitthvert. Ef mikil orka er í hópnum er gott að brjóta dagskrána upp með hreyfileikjum.

Samskiptareglur mótsins

Eins og í öllu skátastarfi byggja samskiptareglur Landsmóts skáta á [grunngrundum](#), [lögum](#), [stefnum og reglugerðum](#) BÍS ásamt [siðareglum ÆV](#). Það er í höndum fararstjórnar að halda utan um sinn hóp og sjá til þess að þau fylgi fyrirmælum. Á þetta bæði við um þátttakendur og foringja félagsins. Það er því nauðsynlegt að fararstjórn þekki þessi skjöl vel. Tekið verður á brotum á samskiptareglum mótsins eða öðrum óvæntum upþákomum eftir viðbragðsáætlun.

Næring

Maturinn er lykilatriði í vellíðan þátttakenda. Fararstjórn þarf að kynna sér matseðil mótsins, hafa með nauðsynlegan eldunarbúnað og vita hvar og hvenær matarúthlutun fer fram. Mikilvægt er að huga að hreinlæti við matseld og flutning matarins í tjaldbúðina.

Fararstjórar ættu að fylgjast með því að þátttakendur borði og drekki nægilega. Gott er að hafa ávexti og einfaldan mat aðgengilegan í tjaldbúðinni og sýna sveigjanleika gagnvart matvöndum þátttakendum. Sum eiga erfiðara með að borða í miklu áreiti heldur en önnur og er mikilvægt að halda því í lágmarki á matmálstímum. Áreiti getur verið ein ástæða þess að barn segist ekki vera með matarlist. Heyrnahlífar geta hjálpað en ef ekki er hægt að

minnka áreitið má bjóða barninu að borða annað hvort í öðru rými eða á undan eða eftir hópnum. Stundum hjálpar að bjóða barni eitthvað sem það upplifir sem öruggan mat. Þannig matur er oft einfaldur með fyrirsjáanlegu bragði eins og brauðsneið með osti. Mikilvægara er að öll séu södd og orkumikil en að öll borði nákvæmlega sama mat.

Hvíld

Mikilvægt er að þátttakendur fái næga hvíld til að geta tekið virkan þátt í dagskrá mótsins. Fararstjórn ber ábyrgð á að tryggja að öll séu komin í tjaldbúð og tilbúin í kyrrð á réttum tíma, bæði til að þau hvílist sjálf og til að virða svefnfrið annarra. Gott er að hafa reglu á því hvenær skátarnir þurfa að vera komnir í tjaldbúð á kvöldin, en hægt er að miða við að öll mæti í kvöldkaffi. Þá er hægt að nýta tækifærið til að taka stöðuna á hópnum, koma með tilkynningar og gera upp daginn. Eftir kvöldkaffi gera skátarnir sig til fyrir svefninn og eru komin í sitt tjald þegar kyrrðin hefst.

Kyrrð er sá tími dags þar sem á tjaldsvæðinu ríkir friður og ró til að hvíla sig en þá á allur undirbúningur fyrir svefn að vera lokið og öll komin í sína tjaldbúð. Allir fararstjórar, foringjar og sjálfboðaliðar þurfa að hjálpast að við að fylgja þessu eftir og takmarka alla umferð um svæðið á þessum tíma.

Áður en skátarnir fara að sofa þarf að ganga úr skugga um að búnaður þeirra sé þurr eða á stað þar sem hann getur þornað hafi hann blotnað yfir daginn. Mikilvægt er að bleyta og kuldi hafi ekki áhrif á svefninn.

Það getur róað mörg börn að vita hvíldartímann og hvenær þau megi búast við ræsi. Þá geta svefngrímur hjálpað við birtuna á nóttunni. Ef barn á erfitt með að ná orkunni niður fyrir svefninn getur verið gagnlegt að bjóða því fiktidót til að hafa með sér í svefnpokann. Einnig er gott að gefa þeim sem ekki ná að sofna eða vakna á undan öðrum fyrirmæli um hvað þau mega gera þá sem ekki truflar aðra t.d. lesa.

Eldri þátttakendur fá gjarnan að vaka lengur en þurfa að gæta þess að trufla ekki aðra. Á mótum sem Landsmóti eru oft svæði fyrir eldri skáta til að hittast á kvöldin, fjarri tjaldbúð og þar sem þau trufla ekki svefnfrið annarra.

Ef barn þarf hvíld yfir daginn er mikilvægt að það fái tækifæri og frið til þess. Mikið áreiti getur dregið úr orku sumra barna, sérstaklega þeirra með viðkvæmari skynúrvinnslu. Þásur á réttum stöðum, þegar þær eru þarfar, geta komið í veg fyrir skynofhleðslu (e. sensory overload) og bráðnun (e. meltdown).

Hreinlæti

Foringjar og fararstjórar fylgjast með að öll hugi að persónulegu hreinlæti, sinni búnaði sínum og haldi tjaldbúðinni snyrtilegri.

Reglulegar tjaldbúðar- eða skálaskoðanir stuðla að góðri umgengni og vellíðan hópsins. Lofta þarf út úr tjöldunum á morgnanna og kenna skátunum að ganga vel um svefntjöldin. Skipulagt umhverfi stuðlar að betri hvíld.

Hreinlæti í kringum allan mat er sérstaklega mikilvægt á stórmótum. Gæta þarf þess að öll þvoi hendur áður en komið er við mat og að eldhúsinu sé haldið hreinu og sótthreinsað reglulega.

Áreiti og skynjun

Landsmót skáta er sérstaklega krefjandi viðburður fyrir skynsegin einstaklinga, börn sem fullorðna. Þar er mikið áreiti meirihluta sólarhringsins og einstaklingar berskjaldaðir fyrir skynofhleðslu (sensory overload).

Skynofhleðsla

Skynofhleðsla á sér stað þegar skynfærin fimm – sjón, heyrn, lykt, snerting og bragð – eru oförvuð en þá fer heilinn í bardaga-, flótt- eða frystingarham vegna þess að hann er ofhlaðinn upplýsingum sem heilinn á erfitt með að vinna úr. Skynofhleðsla er oft misskilin sem slæm eða óviðeigandi hegðun hjá börnum enda geta viðbrögð barns sem upplifir skynofhleðslu orðið til þess að þau fái bræðiskast og þá sýnt viðbrögð eins og að öskra, gráta, sparka frá sér eða jafnvel bíta. Mikilvægt er að minnka áreitið í kringum einstakling sem er að upplifa skynofhleðslu. Hjálpa því úr mannfjöldanum, á rólegan, hljóðlátan og öruggan stað. Leitist eftir að finna skjól frá veðri, góðu eða slæmu, í dempaða birtu ef hægt er. Stuttar og skýrar setningar hjálpa en spurningar geta verið erfiðar fyrir heilan að vinna úr. „Ég sé að þetta er of mikið núna. Förum á rólegri stað“ er dæmi um stutt fyrirmæli sem auðvelt er að meðtaka.

Skjólið

Skjólið er aðstaða á mótinu þar sem skátar geta stigið til hliðar og hvílst. Það er hugsað til þess að meðan á hvíld stendur getur einstaklingurinn kjarnað sig og endurheimt orkuna. Mikilvægt er að foringi fylgi skátum í Skjólið og sé á staðnum með honum. Í Skjólinu gefst oft tækifæri til að spegla og ræða hvað liggur skátanum á hjarta. Viðvera foringjans bætir öryggistilfinningu skátans og stuðlar að uppbyggingu trausts þeirra á milli. Þá er skjólið einnig staður sem hægt er að leita til varðandi aðstoð vegna oförvaðra einstaklinga, heimþrá, óöryggi o.fl.

Fyrirbyggjandi aðgerðir

Friður til að hvílast, nærast og draga sig í hlé þegar þess þarf eru mikilvægar fyrirbyggjandi aðgerðir fyrir skynjunarofhleðslu en stuðla einnig að betri líðan almennt. Þössum viðbótar áreiti í tjaldbúð eins og hátt stillta tónlist. Í matartjöldum er oft mikið áreiti, þar eru margir skátar sem oft sitja þétt, sterk matarlykt og mikið af auka hljóðum. Höldum óþarfa áreiti í lágmarki, eins og tónlist og höfum augun sérstaklega opin fyrir því að skynsegin skátarnir okkar eru að ná að borða. Heyrnahlífar og tappar geta verið gagnleg í svona aðstæðum og gott að bjóða skátunum þannig. Heyrnahlífar og fiktidót eru góður staðalbúnaður til að hafa með í dagskrá - sér í lagi á dagskrárliði þar sem búast má við miklu áreiti.

Stuðningsskjóðan

Öll skátafélögin fá afhenda poka með allskonar gagnlegum hjálpartækjum fyrir Landsmót. Í pokanum má m.a. finna sjónrænt skipulag, heyrnahlífar, fiktidót og tímavaka sem félögin geta nýtt sér bæði á mótinu og almennt í starfinu. Stuðningsskjóðan er verkefni af finnskri fyrirmynd. BÍS hvetur skátafélögin að bæta við skjóðuna og aðlaga hana að eigin starfi.

Upplýsingagjöf í tjaldbúð

Á Landsmóti berst mikið af upplýsingum til fararstjórnar sem þarf að koma á framfæri við bæði foringja og þátttakendur, t.d. um dagskrá, breytingar og tilkynningar. Eftir fararstjórnafundi getur verið sniðugt að halda ör-foringjafund þar sem fararstjórar miðla áfram til sinna foringja mikilvægum upplýsingum sem komu fram á fundinum. Þá er nýtsamlegt að hafa tilkynningatöflu í matartjaldi félagsins, þar sem dagskrá dagsins kemur fram og annað. Fánaathafnir hafa lengi verið nýttar sem töl til að koma á framfæri mikilvægum upplýsingum um daginn framundan en einnig er hægt að ávarpa hópinn í morgunmat. Gott er að fara yfir daginn lið fyrir lið, veðrið og klæðnað og þann búnað sem þau þurfa að hafa með sér í dagskrá. Kvöldkaffið er kjörið tækifæri til að eiga stund með hópnum og fara yfir liðinn dag.

Foringjar einstakra sveita ættu reglulega að taka stöðuna á sínum hópi til að tryggja vellíðan allra. Slíkir fundir eru einnig góður vettvangur fyrir þátttakendur til að koma á framfæri ábendingum eða áhyggjum við foringja og fararstjórn.

Sjónrænt skipulag

Sjónræn skipulag er myndrænt skipulag fyrir daginn þar sem verkefni og athafnir eru sett fram með myndum eða táknum, litum og einföldum texta. Það sýnir í hvaða röð hlutirnir gerast og hvað tekur við næst. Slíkt skipulag getur verið á vegg, töflu eða í möppu og er oft notað í skólum og á heimilum en einnig í frístundastarfi og skátunum.

Kostir sjónræns skipulags í tjaldbúð eru margir. Það eykur öryggi og dregur úr kvíða þar sem skátar sjá skýrt hvað er fram undan. Það stuðlar að auknu sjálfstæði, því auðveldara er að fylgja deginum án stöðugrar munnlegrar áminningar. Einnig hjálpar það við tímastjórnun, einbeitingu og umskipti milli verkefna. Fyrir marga, sérstaklega börn og einstaklinga sem eiga auðveldara með að vinna úr myndrænum upplýsingum, getur sjónrænt skipulag gert daginn skýrari, rólegri og skipulagðari. Þá getur sjónrænt skipulag einnig verið mjög nýtsamlegt börnum af erlendum uppruna.

Sjónrænt skipulag getur gert gæfumun í tjaldbúðinni og skátaheimilinu. Gott er að setja upp daginn eða fundinn með börnunum, eitt spjald í einu meðan farið er yfir hvern dagskrárlið. Þá er einnig gott að nýta sjónrænt skipulag til að miðla viðeigandi klæðnaði fyrir daginn og þeim búnaði sem taka þarf með.

Einmanaleiki og heimþrá

Það er eðlilegt að einhverjir þátttakendur finni fyrir heimþrá eða einmanaleika þessa viku sem Landsmót stendur yfir. Fararstjórn ætti að bjóða upp á rólegt svæði þar sem þátttakendur geta talað við einhvern sem þau treysta. Sumum hentar að ræða tilfinningar sínar, öðrum að dreifa huganum og einbeita sér að jákvæðum og spennandi upplifunum sem eru framundan. Mikilvægt er að viðurkenna tilfinninguna, ræða hvað hefur virkað áður og ef þörf er á, hafa samráð við forráðafólk. Stundum dugar einfalt kvöldsímatal heim. Það er líka góð regla að ramma inn daginn með því að koma saman í hring og bjóða öllum góðan dag og góða nótt, finna t.d. lag sem hópurninn syngur eða taka saman höndum og þakka fyrir daginn eða nota fánaathafnir. Þá kemur hópurninn saman og það myndast festa. Þá gefst tækifæri til að spyrja um líðan og ræða daginn við skátana. Við hvetjum skátana til góðra verka og dáða. Öllum á að líða vel í hópnum og öll eiga að finna til trausts til foringja síns.

Afpreying

Þótt dagskrá mótsins sé fjölbreytt þurfa þátttakendur stundum frið frá áreiti stórra hópa. Gott er að fararstjórn taki með léttu afpreyingu sem hægt er að njóta í rólegheitum í tjaldbúðinni, t.d. vinabönd, spil, lesefni eða smáverkefni til að fegra tjaldbúðina. Þá er gott að nefna og bæta við útbúnaðarlista skátanna einhverju „dundi” sem þau sækja sjálf í t.d. teikniblokk eða bók.

Á mótinu

Dagskrá á mótinu

Dagskrá Landsmótsins er fjölbreytt og stendur frá morgni til kvölds. Fararstjórn þarf að kynna sér vel staðsetningar, tímasetningar og skipulag þar sem hópar geta verið saman eða í mismunandi dagskrá eftir aldri.

Fararstjórn ætti að hafa yfirsýn yfir:

- Hvert skátarnir eru að fara, hvað þau gera og hvenær mæting er
- Hvort flokkar séu saman eða sitt í hvorri dagskrá
- Hvort foringjar þurfi að fylgja hópum
- Hvort skráning í dagskráliði sé nauðsynleg og hvar hún fari fram
- Hvort þátttakendur þurfi nesti eða sérstakan búnað

Opin dagskrá og tjaldbúðavinna

Opin dagskrá verður í boði frá kl. 10 – 11 og 16 – 18 fjóra daga mótsins. Opna dagskráin samanstendur af fjölbreyttum og skemmtilegum smiðjum. Þar fá skátarnir að spreyta sig á ýmsum skátaverkefnum bæði í flokkum og sem einstaklingar.

Mikilvægt er að kynna sér staðsetningarnar og tímasetningarnar á opnu dagskránni því möguleiki er að einhverjir dagskráliðir séu eingöngu opnir á öðru hvoru dagskrártímabili. Einnig þarf að kynna sér hvort dagskráin sem skátarnir hafa áhuga á krefst skráningar og hvar og hvenær skráningin fer fram. Upplýsingar um staðfestar staðsetningar, tímasetningar og hvaða dagskráliðir krefjast skráningar kemur þegar nær dregur.

Á sama tíma og opna dagskráin er gefst tækifæri til að vinna í tjaldbúðinni fyrir þau sem það kjósa. Hægt er að byggja hlið að tjaldbúðinni, skreyta tjaldbúðina með félagseinkennum og byggja allskonar trönubyggingar til að lífga upp á tjaldbúðarlífið.

Torgadagskrá og hátíðardagur

Á mótinu eru fjögur dagskrártorg sem skátarnir skiptast á að heimsækja yfir mótið. Dagskrárvæðin taka mið af aldri þátttakenda. Mikilvægt er að fararstjórar viti hvert skátarnir eiga að fara og hvort þau þurfa að taka einhvern búnað með sér.

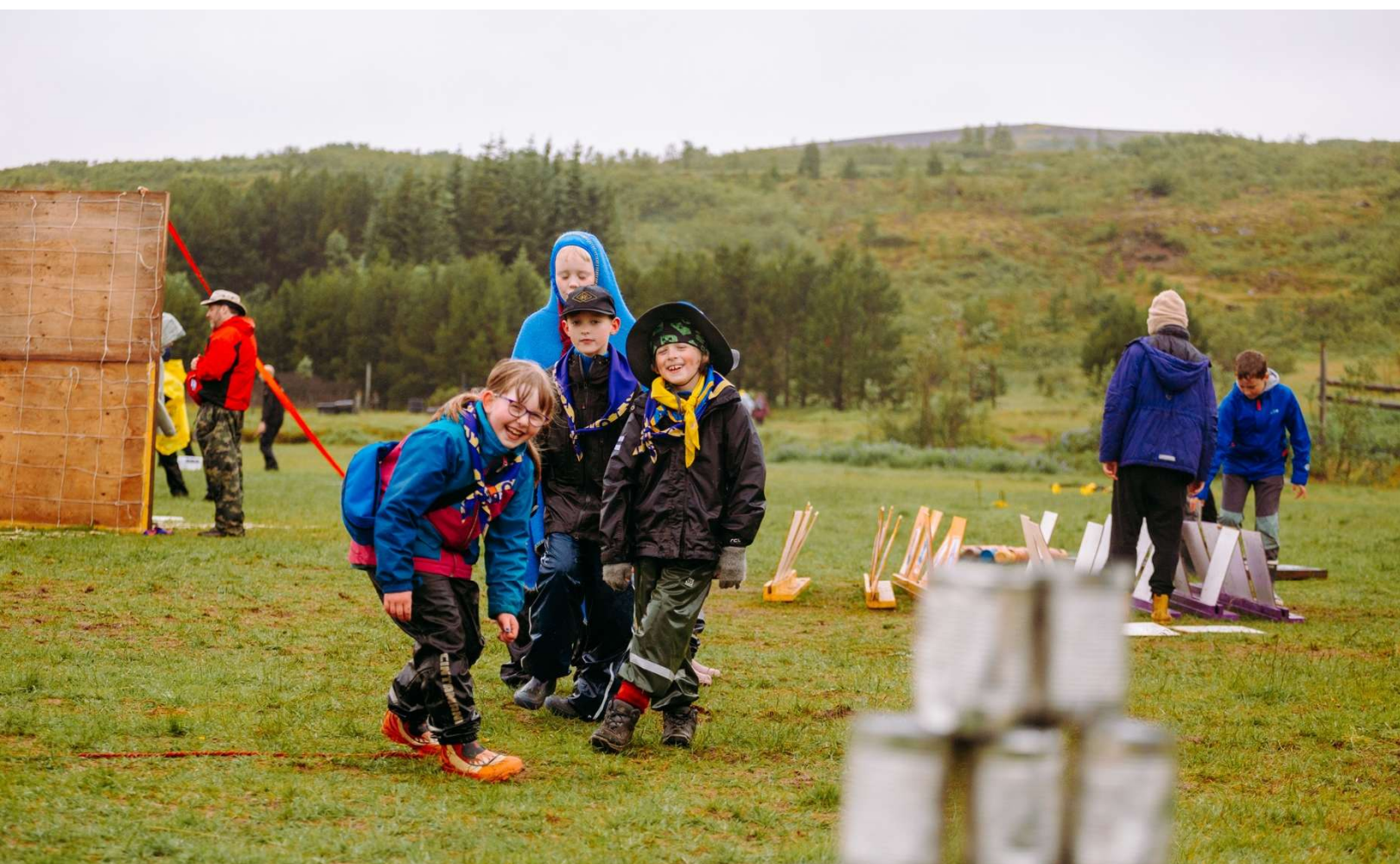
Þrauta- & metaland: Dagskráin gerir út á virkni, kænsku, hugsun og samvinnu skátanna. Skátarnir hreyfa sig, bleyta sig, sleppa sér lausum, losna við allskyns orku og endurhlaða sig. Hér verða allskyns þrautir í boði, bæði líkamlegar og andlegar. Hér gætu þátttakendur þurft að taka með sér handklæði og auka föt.

Bæjardagskrá - Akureyri: Í bæjardagskrá bregða skátarnir sér til Akureyrar og eyða deginum þar. Það gefst tækifæri til að fara í sund og skoða bæinn, heimsækja söfn og hafa gaman saman.

Göngudagskrá: Skátar eru könnuðir og göngudagskráin býður upp á fjölda áfangastaða í nágrenni við mótsvæðið. Gera má ráð fyrir að göngudagskráin sé lengri en dagskrárbilið. Þeir skátar sem skrá sig í næturhæk þurfa að undirbúa það vel. Hér þurfa þátttakendur að koma klædd eftir veðri, í góðum skóm, með vatnsbrúsa, skyndihjálpartösku (litla fyrir stuttar göngur), auka nesti ef valið er að fara langa og krefjandi leið og aðra hluti sem gott er að hafa með í göngu.

Skógardagskrá: Skátarnir njóta alls þess sem skógurinn hefur upp á bjóða, fuglar, skordýr, flugur, plöntur og fleira. Leikir og verkefni sem tengjast handverki, fræðslu, upplifun og sköpun.

Hátíðardagur: Síðasti almenni dagskrárdagurinn er svokallaður hátíðardagur, stundum kallaður heimsóknardagur. Á þessum degi fara skátarnir ekki í skipulagða dagskrá heldur gefst þeim tækifæri á að fara um tjaldsvæðið og heimsækja tjaldbúðir hinna skátafélagana og annarra landa. Á þessum degi gefst skátafélögum og löndum færi á að kynna sitt félag, hverfi og land fyrir hvert öðru. Hefðin er að bjóða upp á einhverja dagskrá, mat eða kynningu á heimahögum ykkar skátafélags.



Kvölddagskrá

Kvölddagskráin er yfirleitt á milli 20-22 en gæti verið breytilegt.

Setning, hátíðarkvöldvaka/slit: Yfirleitt eru þátttakendur hátíðlega klædd, í skátabúning / í félagspeysum / varðeldaskikkjum, með skátaklúta (skátaklútar eiga að vera á í allri dagskrá), með félagsfána eða önnur einkenni, með mótsbókina, sessur og vatnsbrúsa ef þarf. Þessi dagskrá fer yfirleitt fram við aðalsvið mótsins. Venja er að félögin raði sér upp á sínu tjaldsvæði og bíði þess að verða sótt. Síðan er farið í skróðgöngu í gegnum mótsvæðið yfir að hátíðarsvæðinu þar sem félögin koma sér fyrir á kvöldvökusvæðinu. Á þessum tímapunkti eru fjölmargir skátar að koma sér fyrir og oft eru tafir og mikill biðtími milli atriða. Skátarnir þurfa að sitja lengi innan um fjölda fólks sem getur reynst erfitt. Því skiptir miklu máli að reyna að dreifa huga skátanna og hvetja þau til að sýna tillitssemi og þolinmæði. Hér er saga mótsins kynnt og framfylgt.

Torgavarðeldur: Skátafélögin á torginu skipuleggja kvöldið saman t.d. með minni kvöldvöku þar sem félögin og löndin skiptast á sínum uppáhalds kvöldvöku söngvum, skemmtiatriðum eða leikjum.

Heimsmeistarakeppni í skátaíþróttum: Flokkakeppni þar sem skátaflokkarnir keppa í fjölbreyttum og krefjandi þrautum.

Næturleikur: Á næst síðasta kvöldinu er næturleikur, þar sem ógnvægileg öfl ógna tilveru Landsmóts og þurfa skátarnir að koma saman og leysa ýmiss verkefni til að ná að sigra ógnina.

Önnur dagskrá

Sú dagskrá sem fellur utan þessa dagskrárramma sem hefur verið kynntur að ofan er önnur dagskrá. Í henni eru dagskrárliðir eins og sundferðir, kaffitjald, Skátabúðin, alþjóðatjald, hengirúm, þrautabrautin, Skátaland, pop-up dagskráliðir og sjálfsprottnir dagskráliðir.

Róver- og eldri skátatjald verður á sínum stað með fjölbreyttri dagskrá á kvöldin þar sem róverskátar, eldri skátar, skátaforingjar, fararstjórar og sjálfbóðaliðar geta komið saman og skemmt sér. Skátafélögin hafa sum fengið aðstoð frá forráðafólki til að manna tjaldbúðirnar á kvöldin svo fararstjórnin og skátaforingjar geta tekið sér pásur og mætt í róver-og eldri skátatjald. Einnig er hægt er að skipta vöktum þannig að alltaf sé einhver í tjaldbúðinni en það sé ekki sami einstaklingurinn alltaf.

Fréttir frá mótinu

Fréttir til aðstandenda

Á meðan á mótinu stendur er gott að fararstjórn sé meðvituð um miðlun frá mótinu. Hægt er að nýta samfélagsmiðla félagsins eða Abler. Þó þarf alltaf að huga að persónuvernd og gæta þess að deila ekki persónulegum upplýsingum um einstaka þátttakendur. Það getur t.d verið gaman að láta vita og sýna frá þegar hópurinn hefur komið sér fyrir í tjaldbúðinni fyrsta daginn, stemningunni í eldhústjaldinu eða frá kvöldvökum og öðrum skemmtilegum uppákomum.

Koma ferð á framfæri

Ferðin á Landsmót er frábært tækifæri til að kynna starf félagsins í nærsamfélaginu. Hægt er að skrifa grein í hverfisblað með myndum frá ferðinni, sem bæði gleður aðstandendur og vekur áhuga nýrra skáta. Einnig er gott að uppfæra heimasíðu og samfélagsmiðla með efni frá mótinu og nýta tækifærið til að kynna vetrarstarfið.

Myndbirtingar

Almennt má skipta birtingu myndefnis í tvo flokka:

1. Birting þjóðlífs- og hversdagsmynda með almenna skírskotun, t.d. af opinberum hátíðarhöldum eða af hópi fólks
2. Birting mynda þar sem einstaklingurinn er aðalmyndefnið

Í fyrra tilvikinu er svo litið á að ekki þurfi endilega samþykki einstaklinga fyrir myndbirtingunni en það er skilyrði í síðara tilvikinu.



Persónuupplýsingar um börn og ungmenni njóta sérstakrar verndar, þar sem þau eru síður meðvituð um áhættu og afleiðingar í tengslum við vinnslu slíkra upplýsinga sem og eigin réttindi. Einfaldast er að óska eftir samþykki frá börnunum áður en rætt er um þau á samfélagsmiðlum eða birtar af þeim myndir, að teknu tilliti til aldurs þeirra og þroska.

Persónuvernd hefur beint þeim tilmælum til leikskóla, grunnskóla, frístundaheimila, íþróttafélaga og allra annarra opinberra aðila og einkaaðila, sem koma að starfi með börnum, að þeir noti ekki Facebook, eða sambærilega samskiptamiðla fyrir miðlun persónuupplýsinga um ólögráða börn, hvort heldur sem um almennar eða viðkvæmar persónuupplýsingar þeirra er að ræða.

Að auki er vert að hafa eftirfarandi hluti í huga við myndbirtingar:

Varúð og nærgætni: gæta skal varúðar og nærgætni við allar myndatökur og myndbirtingar og fara að lögum og reglum. Áhersla myndanna á að vera á viðfangsefni barnanna.

Virðing: Á við um allar myndatökur, hvort sem er til birtingar eða til varðveislu á einkasvæði. Börn og ungmenni skulu aldrei sýnd á ögrandi, niðrandi eða óviðeigandi hátt. Hér er mikilvægt að taka fram að fáklædd börn eða börn í viðkvæmum aðstæðum er ekki myndefni. Einnig skal ekki taka myndir af börnum í tilfinningalegu uppnámi, ef því líður illa eða sýnir erfiða hegðun.

Nafnleynd: Við birtingu myndefnis er ekki tilgreint nafn eða aðrar upplýsingar nema þegar um sérstakar aðstæður er að ræða.

Sjálfsákvörðunarréttur barna: skal vera virtur við allar myndatökur og myndbirtingar. Í því felst að taka þarf réttmætt tillit til viðhorfa þeirra í samræmi við aldur og þroska, s.s. með því að óska munnlegs samþykkis þeirra fyrir myndatöku og myndbirtingu.

Jafnræði: Gæta skal að jafnræði milli kynja og aldurs á myndum eins vel og hægt er. Góð vinnuregla er að birta hópmyndir og leitast við að þær endurspegli margbreytileika hópsins.

Öll myndataka af börnum og ungmennum í skátastarfi skal fara fram með tæki í eigu viðkomandi skátafélags frekar en tæki einstaklinga.

Áður en farið er á mót er gott að taka umræðu við krakkana um þessa hluti og ræða það að það sé ekki sjálfsagt að taka myndir af fólki og birta þær í leyfisleysi.

Eftir mót

Frágangur

Gott er að hefja frágang tímalega og gefa sér nægan tíma til að ganga vel frá. Þó það geti verið freistandi að flýta sér með því að hrúga búnaði saman eða troða tjöldum í poka þá mun það flækja málin þegar heim er komið. Best er að skipuleggja frágang fyrirfram, ákveða hver sér um hvað, hvaða búnaður fer saman og hvernig gengið verður frá þegar komið er í skátaheimilið.

Skipta verkum

Gott er að huga að því að skipta verkum á milli aðila, líka í heimkomunni. Til dæmis þarf að skipuleggja hver tekur á mótí búnaðinum þegar hann kemur heim af mótinu. Algengt er að fá aðstoð sjálfboðaliða við að taka niður tjaldbúðina, líkt og við uppsetningu. Einnig er ráðlagt að virkja sjálfboðaliða sem ekki fóru á mótíð til að aðstoða við þurrkun og frágang búnaðar, þar sem fararstjórar og foringjar hafa gjarnan unnið stíft alla vikuna.

Skýrslugerð og endurmat

Best er að skella sér strax í skýrslu- og fjárhagsuppgjör og klára hvoru tveggja eins fljótt og verða má. Góð skýrsla er seinna meir góð heimild um ferðina og getur komið að miklu gagni fyrir aðra hópa síðar.

Mikilvægt er að fararstjórn gefi sér tíma fljótlega eftir heimkomu til að fara yfir ferðina og meta hvernig til tókst. Fara þarf yfir hvað gekk vel og hvað mætti bæta. Gott er að bjóða foringjum sem fóru með hópnum að taka þátt í endurmatinu, þar sem þeirra sjónarhorn getur verið dýrmætt. Endurmatið ætti að vista á aðgengilegum stað svo næsta fararstjórn geti nýtt það við undirbúning framtíðarmóta.

Sjálfboðaliðum þakkað

Mörg félög hafa þá venju að halda lokahóf eftir Landsmót til að þakka sjálfboðaliðunum sínum fyrir vel unnin störf. Þá er jafnvel foreldrunum sem hjálpuðu í matartjaldinu einnig boðið og þau fá þannig tækifæri til að kynnast fólkinu á bakvið félagið betur. Það hefur sýnt sig að ein skilvirkasta leiðin til að ná til nýrra sjálfboðaliða hefur verið í gegnum matartjaldið á Landsmóti.

Að lokum

Við vonum að þessi bók komi ykkur að góðum notum í undirbúningi fyrir Landsmót eða önnur skátamót.

Að þessari bók komu margir sjálfboðaliðar. Við viljum þakka Aldísi Líf, Andreu Dagbjörtu, Guðrúnu Ingu Úlfs, Ingibjörgu Guðmunds, Katrínu Kemp, Kolbrúnu Ósk og Sædísi Ósk fyrir þeirra framlag til handbókarinnar og þeim sjálfboðaliðum sem komu að eldri samantektum og gátlistum fyrir fararstjóra Landsmóta.

Viðauki

1. Hugmyndir að fjölbreyttum fjáröflunum

Við hvetjum skátafélögin til að skipuleggja fjáraflanir fyrir skátana sem ætla á Landsmót. Hér hefur verið tekinn saman listi með skemmtilegum hugmyndum hvað hægt er að gera. Það getur verið gaman að hugsa út fyrir boxið og leyfa skátunum sjálfum að spreyta sig í skipulagningu og framkvæmd með aðstoð foringja eða forráðafólks.

- **Söluvarningur:**

- Gulrætur
- Kartöflur
- Snakk/nammi
- Tilbúið pizzadeig
- Friðarkerti
- Sprittkerti
- Lukkumiðar
- Páskaegg
- Páskaliþjúr
- Klósettpappír
- Eldhúspappír
- Jólappappír
- Sokkar
- Fjölnota poka
- Fjölnota bökunarpappír
- Pokapakka
- Skyndihjálpartöskur

- **Viðburðir**

- Föndurkvöld
- Páskabingó
- Jólabingó
- Hrekkjavökuhús
- Flóamarkaður
- Spilakvöld
- Veitingasala á viðburði
- Kókubasar

- **Þjónusta**

- Bera út blöð
- Bílaþvottur
- Snjómokstur
- Garðvinna
- Planta trjám
- Gluggaþvottur

- **Allskonar**

- Vinna sem jólaálfur í jólaskógi
- Sigræna jólatrésins
- Safna dósunum – hægt að gera í samvinnu við Græna skáta
- Taka þátt í sölu annara félaga (álfurinn, blái naglinn, bleika slaufan, líflínan)
- Safna áheitum
- Vörutalning

Útbúnaðarlisti félagsins

Tjaldbúð:		Gott að hafa en ekki nauðsyn:	
Svefntjöld		Skópurkunargræja	
Félagsfáni		Flugnanet	
Flokkafánar <i>(ef til)</i>		Kyndill	
Mótseinkenni		Þvottasnúrur	
Önnur félaga merki		Trappa	
Hælar, reipi, strappar		Hengirúm <i>(ef til)</i>	
Duct tape		Net <i>(til að búa til hengirúm t.d.)</i>	
Súrringabönd		Eldspýtur	
Trönur		Plastvasar	
Þvottaklemmur		Prik í ýmsum stærðum	
Sóp og fægiskóflu		Gjallarhorn	
Sjúkrakassi		Poppsigti	
Slökkvitæki		Þvottagrind	
Eldvarnarteppi		Einangrunardýnur	
Exi			
Kúbein		Afþreying og annað:	
Hamar og slaghamar		Tálgunarhnífar	
Vagn <i>(til að ferja mat o.fl)</i>		Blöð, litir og yddari	
Fjöltengi/framlengingarsnúrur		Bækur <i>(t.d. Syrpur)</i>	
Rafmagnskapall <i>með tjaldsvæðatengi</i>		Spil	
Hitablásara		Gítar	
Ruslatunnur <i>(fyrir flokkun)</i>		Söngbækur	
Verkfærakassi		Nál og tvinni	
Skrúfjárn		Pokar undir mótsbækur	
Skrúfur og skinnur		Útidót	
Naglar		Hátalari <i>(og hleðslutæki)</i>	
Límband		Útvarp	
Rafmagnslímband			
Auka hælar			
Grindverk/staurar			
Eitthvað fyrir kynningadaginn			
Tússtafla			
Töflutúss			
Stuðningsskjóðan			
Sjónrænt skipulag			
Til útprentunar (gott að plasta):			
Matseðill			
Mótsreglur			
Dagskrá			

Eldhús:			
Eldhústjald		Kaffikanna/pressukanna	
Matartjald		Eldspýtur/kveikjari	
Borð/eldhúsbekkir (<i>í eldhúsið</i>)		Geymsla fyrir matvöru	
Borð og bekkir (<i>í matartjald</i>)		Kæling á matvöru	
Hillur í eldhús		Ruslapokar	
Gashellur (<i>moot</i>)		Nestispokar	
Muurikka		Grillpinnar	
Gaskútar (<i>tryggja að það passi við hellur</i>)		Sprittbrúsar	
Pönnur		Hangandi hirsla fyrir matarsett	
Pottar og pottlok			
Eldhúsáhöld		Sjúkrakassi:	
Ausur		Plástrar	
Sleifar		Grisjur	
Spaðar		Grisjuplástur	
Pískar		Heftiplástur	
Skæri		Teygjubindi	
Tangir		Fatli	
Hnífar (<i>stórir og litlir</i>)		Víníl hanskar (<i>ekki latex</i>)	
Dósaupptakari		Saltvatn	
Eplaskeri		Dömubindi	
Rifjárn		Skæri	
Ostaskeri		Flísatöng	
Desilítramál og mæliskeiðar		Brunagel	
Bakkar fyrir brauð og álegg		Kæligel	
Skálar fyrir kex og ávexti		Blástursmaski	
Skurðabretti		Álteppi	
Hnífapör (<i>í smjör, grænmeti, rúsínur o.fl.</i>)		Verkjalyf (<i>ibufen, paracetamol</i>)	
Hitaplattar undir potta		Ofnæmislyf (<i>loritin</i>)	
Ofnhanskar		Augnskol/gervítar	
Vatnskönnur		Sáraböggull	
Ílát fyrir afganga		Íþróttateip	
Kakódunkar		Sótthreinsiklútar	
Svampar		Afterbite	
Stálull		Sólarvörn	
Uppþvottaburstar		Aftersun	
Uppþvottalögur		Sterakrem (<i>mildison</i>)	
Viskastykki		Þrúgusykur	
Tuskur			
Uppþvottagrind			
Þvottabalar fyrir uppvask			
Álpappír			
Plastfilma			
Eldhúspappír			
Einnota hanskar			

Útbúnaðarlisti einstaklinga

Fatnaður:	Mataráhöld:	
Skátabúningur (skátaskyrta, skátapeysa)	Diskur	
Skátaklútur	Skál (eða djúpur diskur)	
Buxur (ekki gallabuxur)	Hnífapör	
Stuttbuxur	Kakóbolli	
Sokkar	Viskastykki	
Bolir (langerma og/eða stuttermá)	Netapoki og þvottaklemma	
Nærföt	Vatnsbrúsi	
Náttföt	<i>Æskilegt er að mataráhöld séu létt og þægileg og ekki úr postulíni/gleri</i>	
Ullarnærföt		
Ullarsokkar	Hreinlæti:	
Regnbuxur	Tannbursti	
Regnjakki	Tannkrem	
Stígvél	Svitalyktareyðir (<i>valkvætt</i>)	
Gönguskór	Hárbursti/greiða	
Strigaskór	Hárteygjur (<i>ef þarf</i>)	
Úlpa/vindjakki	Handklæði	
Ullarpeysa/flíspeysa	Þvottapoki	
Húfa	Sjampó og hárnæring	
Vettlingar	Sturtusápa (<i>valkvætt</i>)	
Trefil/buff	Sólarvörn	
Varðeldaskikkja	Snyrtitaska	
Sundföt	Varasalvi (<i>valkvætt</i>)	
	Skordýrafæla (<i>valkvætt</i>)	
Fyrir svefninn:	After bite (<i>valkvætt</i>)	
Svefnpoki	Blautþurrkur (<i>valkvætt</i>)	
Dýna (ekki vindsæng)	Dömubindi/tíðarvörur (<i>valkvætt</i>)	
Koddi (<i>valkvætt</i>)		
Eyrnatappar (<i>valkvætt</i>)		
Svefngríma (<i>valkvætt</i>)		

Annað:			
Söngbók		Skátamerki til að bítta	
Áttaviti		Íslandsklút/eða aðra skátaklúta <i>ef þú villt skipta á klútum og hnútum</i>	
Hljóðfæri		Poki fyrir óhrein fót	
Myndavél eða einnota filmumyndavél		Stílabók og skriffæri	
Höfuðljós og batterí		Dagsferðarpoki	
Sjónauki/kíkir		Vatnsheldir pokar	
Varðeldasessa		Pening fyrir mingjagripum	
Göngustafir		Flugnanet	
Vasahnífur			
Nál og tvinni			
Öryggisnælur			

Skátabúningur – Hér er átt við flík sem merkt er félaginu og/eða skátunum. Þetta getur verið td. Skátaskyrta eða félagspeysa.

Mataráhöld – Mikilvægt er að vera með létt og góð mataráhöld. Light My Fire matarsettin sem fást í Fjallakofanum hafa reynst vel. Við mælum ekki með að hafa mataráhöld sem geta brotnað.

Dýna – Dýnur eru misjafnar og misstórar. Við biðjum ykkur vinsamlegast að koma ekki með vindsæng þar sem þær eru plássfrekar. Við mælum með sjálfupplásanlegum dýnum sem fást víða.

Passa að allur útbúnaður sé vel merktur skátanum. Það sem er vel merkt ratar frekar til baka í réttar hendur.

Athugið að listinn er aðeins til viðmiðunar, gott er að fylgjast með veðurspá ef þarf að bæta einhverju við. Við biðjum foreldra að pakka með skátunum í töskuna. Best er ef skátinn sjálfur pakkar í töskuna og fari eftir listanum og forráðafólk fari síðan yfir það með skátanum sínum.

Ef skátinn tekur lyf skal afhenda foringja þau í upphafi ferðar. Látið fylgja með leiðbeiningar hvernig og hvenær skal taka þau.

Lyfjagjöf - yfirlit

[illegible]