

# Mikro-Forældrehåndbog i Søndermark Gruppe

## Version 2 - 2025-01-26

### Indholdsfortegnelse:

<b>Velkommen til Søndermark Gruppens mikrogren.....</b>	<b>1</b>
Spejdermetoden i Søndermark mikrogren.....	2
Grenens forventning til jer som familie.....	2
Grenens forventning til spejderen.....	3
Grenens forventning til lederne.....	3
Kommunikation med forældre.....	4
Forældrehjælp.....	4
Organiseringen af Søndermark gruppe.....	5
Spejdernavne.....	5
<b>Spejdermøder og ture.....</b>	<b>5</b>
Turdeltagelse.....	5
Årshjulet.....	6
Særlige behov.....	7
Hjemve.....	7
Sengevæderi mm.....	8
<b>Tøj og udstyr.....</b>	<b>9</b>
Spejderuniform, Tørklæde og "Spejderlommen".....	9
Spejdergrej.....	10
Spejderdolk (kniv) og bælte.....	10
Udstyr til overnatning.....	11
Rygsækken - hvordan pakker mikrospejderen den?.....	12

## Velkommen til Søndermark Gruppens mikrogren

Vi er en del af Det Danske Spejderkorps.

Også kaldet DDS eller De Blå Spejdere.

Vi er uden politiske eller religiøse tilhørsforhold.

Vi har skabt dette dokument i et forsøg på at besvare mange af jeres spørgsmål vi ofte ser mikrospejderforældre har, som forældre til en ny mikrospejder i Søndermark Gruppe.

I er altid velkomne til at rette henvendelse til en leder, hvis der skulle være yderligere spørgsmål nu eller senere.

Med spejderhilsen fra  
Mikrolederne i Søndermark Gruppe

## Spejdermetoden i Søndermark mikrogren

I Søndermark mikrogren arbejder vi på at skabe selvstændige, samfundsansvarlige og beviste børn og unge.

Gennem leg og færden i naturen hjælper vi spejderen til at ville, kunne og må selv.

Vi bestræber os på at afpasse aktiviteterne efter mikrospejdernes alder og færdigheder.

Vi arbejder efter devisen:

- Leg med formål
- Learning by doing
- Børn leder børn

Ved samarbejde og patruljearbejde, skaber vi gode kammerater og samfundsborgere.

Vi bestræber os på, gennem god og direkte kommunikation, at have et godt samarbejde med forældre/værger.

Se endvidere <https://dds.dk/artikel/formalet> omkring formål, spejderlov med mere.

## Mikrospejder-grenens forventning til jer som familie

For at få en spejdergruppe til at fungere godt, er det vigtigt at alle bakker op om de forventninger, vi har vedtaget, at vi vil have til hinanden.

For at jeres barn kan indgå som en del af gruppen, er det afgørende, at I som familie efterlever disse forventninger.

Hvis I som familie er uenige eller ikke kan leve op til forventningerne, må vi i fællesskab revurdere jeres medlemskab.

Vi forventer:

- At I orienterer jer løbende via vores lukkede Facebook-sider: "Søndermark Mikro" og "Søndermark Alle".
- At I melder afbud, hvis jeres barn ikke kommer via besked på "Søndermark Mikro".
- **At jeres barn kommer med på de fleste ture - det er her spejder-fællesskabet for alvor skabes!**
- At I deltager til grupperådsmødet en gang om året. Det ligger i februar måned og er spejdernes svar på en genralforsamling.
- At hver forældre deltager **minimum 2 dage om året**, enten på arbejdsdag(e) og/eller til Sparta løb, som løbsvagter.
- At jeres barn har udstyr til at kunne deltage i møder og på ture. Mangler I noget, så tal med en leder i god tid, måske kan vi hjælpe.

# Mikrospejdergrenens forventning til spejderen

Det, vi forventer af spejderne, varierer selvfølgelig ud fra alder, spejdererfaring, om de kan tale dansk, og om der er andre særlige forhold omkring det enkelte barn.

Hvis der er særlig forhold omkring det enkelte barn, vil vi meget gerne have information om det, så vi kan hjælpe barnet på den bedste måde.

Men derudover forventer vi altid, at spejderen ved opstart i gruppen:

- Kan falde i søvn selv (de voksne sover ikke sammen med spejderne, men i nærheden, vi fortæller nogle gange godnathistorie eller synger godnatsang)
- Kan forstå og følge en besked.
- Kan tage tøj på selv.
- Kan klare toiletbesøg selvstændigt.
- Kan børste sine egne tænder.
- Er villig til at følge ledelse fra voksne og fra andre børn.
- Taler pænt til hinanden og til lederne/hjælperne.
- En spejder pakker selv sin rygsæk
  - Forældrene må gerne hjælpe med at sikre, at alt kommer med.
  - Men spejderen kommer selv sine ting ned i rygsækken. Erfaring viser, at de dermed ved bedre, hvor deres ting er.

**OBS!** Vi forventer, at spejderne må fotograferes til vores lukkede facebookgrupper. Lederne har ikke ressourcer til at holde styr på, hvem der må og ikke må fotograferes. Hvis der er helt særlige forhold der gør sig gældende i forhold til fototilladelse, så tal med os om det, så finder vi en løsning.

## Grenens forventning til lederne

Det er gruppen af frivillige spejderledere, som arrangerer aktiviteterne og sikrer, at der altid står en frisk gruppe unge og voksne klar, med en plan og evt. materialer. Aktiviteterne foregår året rundt ofte udendørs og har et bestemt mål fra gang til gang. Det kan for eksempel være at lære at lave bål, om at være en god ven eller at passe på naturen.

Generelt kan I altid forvente af spejderlederne, at vi:

- Kommer med det, vi kan bidrage med, som helt almindelige mennesker (oftest uden pædagogisk svendebrev) med lyst til at lave aktiviteter for børn omkring spejdernes værdier.
- Taler pænt med spejdere, medlemme og forældre.
- Leder med eksemplets magt.
- Opfordrer børn til at de selv leder hinanden, ved at skabe muligheder for det.
- Bruger tid og engagement på: At skabe gode og udviklende spejderoplevelser.

**OBS!** Lederne bruger IKKE tid og resurser på pengeskabende aktiviteter og heller ikke på vedligeholdelse af rammer. Lederne skal fokusere på spejderlederarbejdet og lade forældrene om pengeskabende aktiviteter og vedligeholdelse af rammer.

# Kommunikation med forældre

I Søndermark Gruppe kommunikerer vi primært til forældrene, via de lukkede Facebook grupper for de enkelte grene. Det sker en sjælden gang, at vi sender en e-mail til jer.

## Om de faste møder og årets gang

I Facebookgrupperne bliver der som hovedregel delt information om det kommende spejdermøde. Her skriver vi også om ændringer i planerne for det kommende spejdermøde, information om særlig påklædning eller udstyr til spejdermøderne mv. NB selv om der er lagt en plan og denne er meldt ud, kan der forekomme ændringer i planen på selve mødet.

Der er også her vi skriver, hvis der er frafald blandt lederne til et spejdermøde, og vi har brug for et par forældre-hjælpere/bedsteforældre-hjælpere. Dette er oftest en rigtig god og hyggelig mulighed for at få bedre indsigt i, hvad spejderlivet er i Søndermark Gruppen.

Vi deler også billeder fra ture og møder på facebook grupperne.

Sidst men ikke mindst, er det her, der skrives ud, når det er tid til, at I som forældre, melder jer til at hjælpe som fx. løbsvagt eller på en arbejdsdag i hytten osv.

## Om dagsture samt ture med overnatning

I Facebookgrupperne deler vi alt om tilmelding til ture, ændringer i forbindelse med ture, afleverings/afhentningstid og sted osv.

Når vi er på ture, er det også her, I kan følge med i, hvad jeres børn oplever, samt se evt. vigtige beskeder fra turen. På ture med overnatning, er det oftest om aftenen efter putning, at vi deler en lille opdatering fra dagen.

**OBS!** Vi regner med, at alle forældre er med i facebookgrupperne. Hvis I ikke er på Facebook, skal I gøre lederne opmærksomme på det. Vi rydder op i medlemmerne af grupperne mindst 1 gang om året, så kun relevante forældre er medlemmer.

# Forældrehjælp

Lederne hos os, er som alle ledere i spejderbevægelsen, frivillige og ulønnede. For at spejderlederne kan bruge deres tid på at lave sjove aktiviteter med børnene, har vi brug for hjælp til en lang række praktiske og administrative ting. Det kan f.eks. være kørsel af materialer til ture, køkkenhjælp, rydde op i materialer, stå vagt til Sparta-løb, lave kaffe til fællesarrangementer i gruppen, diverse administrative opgaver, deltage på arbejdsdage og gøre rent i hytten, når man alligevel venter, mens ens barn er til spejdermøde. Der kan også være brug for, at forældre medvirker som hjælper på et spejdermøde, hvis der f.eks. er sygdom blandt lederne.

Spejder er baseret på et fællesskab, og vi forventer derfor, at forældrene hjælper til med nogle af disse opgaver svarende til minimum 2 dages arbejde om året pr. forælder. Vi holder ikke lister over indsatsen, men regner med, at alle bidrager, hvor de bedst kan. Vi skriver ud, når der er brug for hjælp fra forældre, så hold øje og byd ind, når det passer jer.

# Organiseringen af Søndermark gruppe

Søndermark spejdergruppe består af forskellige grene, herunder mikrogrenen, der er for mikrospejdere, der går i 0.klasse/Børnehaveklasse og 1. Kasse.

Spejdere der går i 2. og 3. klasse går i minigrenen.

Spejdere der går i 4., 5. og 6. klasse går i juniorgrenen.

Spejder der går i 7., 8. og 9. klasse går i grenen, der hedder tropen.

Spejdere på 16-24 år går i grenen, der hedder klanen - de har navnet Parmaklan.

For de forskellige grenes mødetider/dage osv. Se Søndermarks gruppes hjemmeside:

<https://www.sondermark.dk/>

Hver gren har 1 eller 2 grenledere, som leder række ledere i hver gren.

Gruppen har overordnet 2 gruppeledere, som leder grenlederne.

Gruppen har en gruppebestyrelse, som består af forældre, ledere og unge fra 16-25 år.

For flere detaljer om bestyrelsen se hjemmesiden: <https://www.sondermark.dk/soendermark-gruppe>

Derudover har gruppen nogle forældrepatruljer, der varetager forskellige områder i gruppen som f.eks. hytten, køkkenerne, teltene osv.

## Spejdernavne

I Søndermark Gruppe bruger vi spejdernavne, for at undgå for mange med samme navn. Denne skik har tråde langt tilbage i spejdertraditionerne

Spejderen får typisk sit spejdernavn i forbindelse med deltagelse i første tur, der inkluderer en overnatning. Dette foregår ved en hemmelig ceremoni, der kaldes spejderdåb.

## Spejdermøder og ture

Spejdermøderne afholdes som udgangspunkt ved vores spejderhytte på Bag Søndermarken 20. Hvis der er et andet mødested til et spejdermøde, bliver det meldt ud via grenenes Facebookgruppe.

Der er mikromøde hver tirsdag kl 17:30-19:00 og en lørdag i måneden, der er ikke møde tirsdag efter et lørdagsmøde. Nogle lørdagsmøder erstattes af weekendture.

## Turdeltagelse

Det er super vigtigt, at I, som familie prioriterer, prioriterer spejderturene, så jeres mikrospejder kan komme afsted. Det er her, vi for alvor skaber spejderfælleskabet og har tid til at gå i dybden med mange emner. At misse en tur vil for de fleste mikrospejdere betyde rigtig meget. Vi har oplevet, at mikrospejderens forældre er kommet til at planlægge familieferie ovenpå sommerlejren, det har mikrospejderen været meget kede af før og efter sommerlejren. Vi ledere bestræber os på at melde kalenderen ud ca. ½ år i forvejen. Så er der mulighed for at man f.eks. kan tale med tante Oda om hendes fødselsdagsfejring, måske kan ligge en anden weekend end lige mens vi f.eks. er afsted på MUS-lejr i pinsen, hvis det er vigtigt, at mikrospejderen deltager i fødselsdagsfejringen.

# Årshjulet

Vi starter spejderåret med et **fælles spejdermøde i august måned**, efter sommerferien, for hele spejdergruppen på tværs af aldre. Mødet er for de spejdere, der var spejdere inden sommerferien, hvor vi har en oprykningssceremoni. Forældre er velkomne til at komme og overvære oprykningssceremonien.

**I september måned starter nye 0. Klasses mikrospejdere op.**

**I midten af september tager de mikroer, der går i 1. klasse på mikro-mini træf en weekend.** Hvis der er nye spejdere, der går i 1. klasse, der er startet op lige efter sommerferien, anbefaler vi umiddelbart ikke, at de tager med. Med mindre de er meget stålsatte på det. De når kun at være med til ganske få møder med lederne inden turen, så der er ikke lang tid til at lære dem at kende i.

**I september er der CPH Half Marathon**, hvor vi har brug for jer forældre, til at agere løbsvagter, da det giver en god indtægt til gruppen, så vi har råd til at købe f.eks. spejdertelte. Det er en hyggelig dag.

**I oktober/november har vi vores mikro-overnatningstur i hytten**, det er en blid måde for nye spejdere at overnatte sammen med de andre spejdere, uden forældre for første gang. Vi mødes efter aftensmad, gør soveplads klar på hemsen i hytten, ser en spejderrelateret film og spiser popcorn og hygger, inden vi går i seng. Næste morgen spiser vi morgenmad og laver en par aktiviteter sammen, inden forældrene henter mikrospejderne.

**I slut november/start december er den årlige weekend juletur**, hvor alle spejdere i Søndermark er afsted sammen til en Jomsborg ved Jægerspris. Vi sover i hytter og laver en masse sjove aktiviteter.

En gang årligt **i februar har vi grupperådsmøde**, der er spejdergruppens generalforsamling.

Fra **1. til 30. April, er der åben for opskrivning** af nye mikrospejdere i mikrogrenen, det er her søskende og venner, skal huske at skrive sig op, også selv om de har været skrevet op før. Vi opererer ikke med en venteliste, men i stedet opskrivning hvert år med frisk start.

**Cph marathon ligger i første halvdel af maj**, hvor vi som spejdergruppe har brug for jer forældres hjælp som Sparta løbsvagter, så vi kan få råd til nyt grej til spejdergruppen.

**I Pinsen tager vi på MUS lejr på Gurreddam spejdercenter**, her sover vi i telt og laver en masse sjove aktiviteter sammen med andre mikro og minispejdere fra forskellige spejdergrupper.

**Royal run er 2. pinsedag**, hvor vi som spejdergruppe har brug for jer forældres hjælp som løbsvagter.

Vi slutter de almindelige spejdermøder af med en **fælles sommerafslutning i slutningen af juni**, hvor alle grene, forældre, bedsteforældre og søskende er velkomne til at deltage.

Næsten hver sommer er vi på **sommerlejr i sommerferien**. Nogle gange er sommerlejr samme sted for hele spejdergruppen, og andre år afholdes det grenvist. Der er ikke et fast tidspunkt for sommerlejren, men det meldes ud år for år.

## Særlige behov

Vi har hos os, af og til nogle børn, der har svært ved at indgå i fællesskabet. Hos os er der ofte mulighed for at indgå i fællesskabet på egne betingelser, så alle får noget ud af at være med. Vi forsøger at rumme alle børn og møde dem, hvor de er. Det bedste udgangspunkt for at få alle børn til at trives er, når forældrene er åbne og ærlige om børnenes behov overfor spejderlederne. Så kan spejderlederne bedre tage hensyn og møde barnet med krav, barnet har mulighed for at opfylde.

Særlige behov kan være alt fra madhensyn, sengevæderi til udfordringer i social adfærd. Det er helt normalt, at vi har spejdere i mikrogrenen, der tisser i sengen om natten, og vi er som ledere gode til at have strategier for at håndtere det. Det er blot vigtigt, at spejderlederne bliver gjort opmærksomme på det.

Vi har også børn, der har særlige behov i forhold til mad eller medicin. Ofte beder vi om info om dette ved tilmelding til de enkelte ture. Selvom I har fortalt det til spejderlederne, er det vigtigt, at I skriver mad/medicin behov ind, hvis der bliver spurgt om det. Det kan være nogle andre end de faste spejderledere, der arrangerer turene.

Med hensyn til børn med særlige sociale behov, er det vigtigt at sige, at alle spejderlederne er frivillige og ikke nødvendigvis har en professionel pædagogisk baggrund. Det er derfor altid op til gruppen af ledere i den enkelte gren at vurdere ud fra ledernes sammensætning og den aktuelle gruppe af børn, om vi kan rumme et barn med særligt socialt behov.

## Hjemve

For nogle børn kan det godt være en stor udfordring at skulle være hjemmefra, uden at have mor eller far med. Nogle børn får hjemve, når de er af sted. Som regel er det noget, der går forholdsvis hurtigt over, og barnet ender med at få en god tur.

På turene vil der som udgangspunkt **ikke være mulighed for, at barnet kan hentes før tid**. Erfaringen viser, at et barn, der har fået at vide, at det kan blive hentet, ”hvis det ikke går”, er meget svært at trøste. Og når ét barn bliver hentet, smitter hjemveen til de andre børn.

Det handler i høj grad om forældrenes forventninger. Hvis forældrene er utrygge ved at sende barnet af sted, vil barnet også være det. Hvis forældrene derimod forventer, at barnet får en god tur, og glæder sig til at høre om alt det spændende, barnet har oplevet, så vil barnet have en helt anden indgangsvinkel til det.

Vi er som ledere gode til at håndtere hjemve, vi har prøvet det mange gange, og vi har netop opbygget turenes rækkefølge, så vi starter ud med en enkelt mikroovernatning i spejderhytten, som en indledning til at man som mikrospejder kan være tryk ved at sove uden mor og far.

## Sengevæderi mm.

En del børn er sengevædere. Det kan godt føles som et problem for barnet at være på tur, og risikere at soveposen er våd næste dag. Det er desværre lidt et tabuemne, selvom det ikke burde være det.

Hvis jeres barn har tendens til sengevæderi, er det bedst at jeres barn har natble på, når vi er på tur, da vi ikke har de store muligheder for at vaske jeres barns sovepose. Hvis vi ledere får det at vide på forhånd, hjælper vi med at huske det, på en diskret måde, hvis barnet har behov for diskussion. Nogle børn kan f.eks. bedst lide at tage bleen på nede i soveposen eller på toilettet i en bås for sig.

Engang imellem, efter behov, tager vi en snak med mikrospejderne som gruppe og fortæller, at det er helt normalt at have det sådan – selvfølgelig uden at nævne navne. Husk at give besked til lederen, hvis dit barn har problemet.

Uheldet kan også forekomme for børn der ikke har tendens til problemet og vi har, som mikroledere, ofte 2 soveposer med i reserve.



# Tøj og udstyr

## Vi er udenfor hele året!

Spejdermøderne for både store og små, holdes helt eller delvist udendørs uanset vind og vejr. Det er derfor vigtigt, at mikroerne altid er klædt på til at være udenfor, uanset om det regner eller er koldt.

Om vinteren betyder det, at spejderne altid skal have varme støvler, hue og vanter på. Efterårsferien plejer at være et godt pejlemærke for, hvornår man skal have det varme vintertøj på til spejdermøderne. Et rigtigt godt udgangspunkt er 3 lags princippet, så kan man altid tage et lag af eller på hvis det er for varmt eller koldt. Vandafvisende skaldlag yderst, varmt mellemlag og svedtransporterende lag inderst i form af skiundertøj i syntetisk materiale eller uld.

Når vi skal på tur, er det også vigtigt at have det rigtige udstyr med. Lederne sørger forud for ture, at der er en pakkeliste til hver tur.

## Spejderuniform, Tørklæde og "Spejderlommen"

Når vi er til spejder, går vi med uniform og tørklæde. Det er dels med til at identificere, hvilket fællesskab vi er med i, men det er også en praktisk beklædning. Spejderuniformen er lavet af særligt slidstærkt materiale og har gode lommer til ting, der er praktiske at have ved hånden.

**Vi har altid tørklædet på, når vi er til spejder!** Det er tørklædet, der identificerer, hvilken spejdergruppe vi er med i. Til spejdermøderne har vi altid uniformen med, og som minimum tørklædet på. Hvis det er varmt, har vi ikke nødvendigvis uniformen på. Tørklædet i Søndermark gruppe hedder "Frederiksberg-tern", det kan købes i Spejdersport.

Spejderuniformens lommer indeholder ting, vi skal bruge til møderne. Det er obligatorisk, at spejderlommen minimum indeholder:

- Sikkerhedsnål(e)
- Lommebog (Gnisten) udleveres i forbindelse med spejlerdåb
- Notesblok
- En lille blyant
- Plaster til et mindre sår

En spejdersangbog kan være en god ide også at have i uniformsdommen, men I kan evt. vente med den til spejderen går i 1. eller 2. klasse, hvor de begynder at kunne følge med i teksterne på sangene.

## Spejdergrej

Det kan være forbundet med store udgifter at begynde til spejder, og det er en god idé at prøve spejder af, inden man køber sig fattig i spejdergrej. Vi anbefaler at man køber udstyret brugt, da det er med til at værne om naturen. Ofte er det muligt at låne udstyr af venner og bekendte, til at starte med. Vi har i Søndermark gruppe et lille lager af udstyr, vi kan låne ud af, hvis der skulle opstå et akut behov.

Man kan via facebookgrupper nævnt nedenfor og f.eks. DBA.dk have held med at købe/sælge brugt udstyr.

- “Søndermark alle” - vores interne Facebookgruppe, der bruges til meget men også til køb og salg af brugt udstyr. Ofte sælger forældre til ældre spejdere udstyr, de ikke længere kan passe, det er ok at spørge, om nogen har noget specifikt til salg.
- “Spejder køb og salg”: <https://www.facebook.com/groups/1659505880934290> - en ekstern gruppe, med mange medlemmer, hvor der ofte sættes brugt spejdergrej til salg.

Derudover får man som spejder i Søndermarken 10% rabat hos Spejdersport året rundt, og bliver et par gange om året inviteret til et særligt arrangement, hvor der er 20% rabat på alt. Enkelte gange kan man få helt op til 25% rabat, f.eks. til black friday 2024, hvis man er medlem af kundeklubben. Spejdersport er ejet af spejderne, så eventuelt overskud, går til spejderarbejdet.

## Spejderdolk (kniv) og bælte

En ting spejderne ofte glæder sig til er at få deres egen dolk (kniv). I Mikrogrenen må man have sin egen dolk med, når man har taget “kniv-knob-bål” mærket, det har vi normalt taget lige inden jul. Med det mærke, må man snitte, hvis man har fået tilladelse af en voksen, der kan holde opsyn med en, mens man snitter.

Når man har taget knivbeviset (som normalt tages i maj måned, når man går i 1. klasse), må man snitte på egen hånd, når man har tid og lyst.

Når man har en dolk bærer man den normalt i et spejderbælte, de almindelige spejderbælter anbefaler vi ikke, da spændet relativt nemt åbner sig, når man løber og så falder bæltet af. Da en mikro bliver meget ked af det når både dolk og bælte er væk, anbefaler vi, i stedet et bælte i stof materiale, de vejer også en del mindre

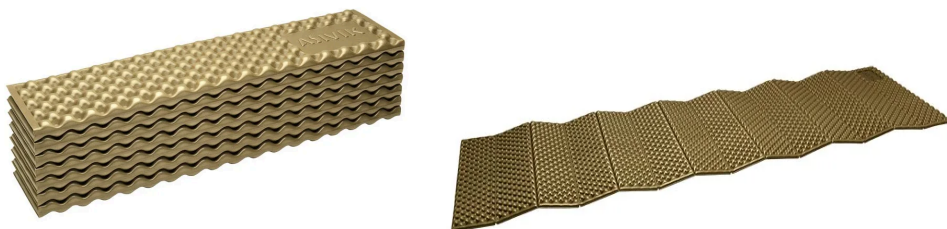


Generelt anbefaler vi knive dolke i junior størrelsen til mikroer, da de ligger bedre i deres hænder, end en voksendolk gør.

## Udstyr til overnatning

Til den første tur mikroovernatning er det kun nødvendigt at anskaffe en sovepose og et liggeunderlag, da vi sover indenfor i spejderhytten. Man kan sagtens bruge en lånt voksensovepose på mikroovernatningen i hytten.

På sigt, når vi kommer på telttur på MUS lejren i pinsen, anbefaler vi, at man anskaffer en 3 sæsons junior sovepose, da man bedre holder varmen i en sovepose, der ikke er alt for stor. Vi anbefaler, at man køber et sovepose-poseetui med kompression, der er større end det, soveposen kommer med. Så kan mikrospejderen lettere selv pakke sin sovepose. Det kan f.eks. Være "Asivik Compression M eller L", som fås i spejdersport.



Liggeunderlaget skal være et skumunderlag - IKKE et selvoppusteligt. Et selvoppusteligt kan mikrospejderen ikke selv sørge for at blæse op eller pakke ned, desuden kan der let gå hul i det. Et skumunderlag kan ikke punktere, det vejer ikke ret meget, og det er rigeligt til mikrospejdere, da de ikke vejer ret meget. Mikrospejderen kan selv håndtere et skumunderlag, det letteste at håndtere er et foldbart underlag som f.eks. "Asivik LiteMat 15, foldbart liggeunderlag." De liggeunderlag, der rulles sammen, kan være lidt svære for mikroerne at rulle stramt sammen, derfor vi anbefaler det foldbare.

Til juleturen i november/december skal mikrospejderen have lånt eller anskaffet en rygsæk, mikrospejderen selv kan bære. Den skal være lavet, så den kan indstilles til spejderens ryg. Der er mange brugte børnerygsække i omløb f.eks. "Asivik Hiker Rygsæk 40 ltr." Den kan også købes hos Spejdersport fra ny. De gamle modeller, der sælges brugt, har den fordel, at toplåget er en lille dagtursrygsæk, så man ikke skal have en separat. De nye modeller har den fordel, at den har flere lommer, men til gengæld ikke indbygget dagtursrygsæk.

NB mikrospejderen skal på juleturen ikke bære rygsækken særligt langt (200-500 m), men på F.eks. MUS-lejren skal den bæres hjemmefra i tog, bus og ca. 500 m fra bussen til lejrpladsen.



Ny type Asivik Hiker 40L med sidelommer

Gl. Asivik Hiker 40L med aftagelig dagtursrygsæk i toppen

# Rygsækken - hvordan pakker mikrospejderen den?

## Den rigtige rygsæk

Sørg for at finde en rygsæk, som passer til dit barns ryg. Den må ikke være for stor, for så sidder den dårligt, og de får ondt i ryggen. Rygsækkene kan indstilles på mange måder. Sørg for at du og dit barn lærer rygsækken at kende. Indstil den i ryglængden, og alle stropperne.

## Pakkeliste

Til hver specifik tur vil spejderlederne lægge en pakkeliste op via facebook.

## Pakning af rygsæk

1. Pak aldrig tungere end at spejderen kan bære det!
2. Lad spejderen pakke rygsækken, du må gerne hjælpe som forælder, men de skal som minimum selv lægge det i rygsækken, så de ved hvad de har med og hvor det er.
3. Start med at printe den relevante pakkeliste og begynd at pakke i god tid.
4. Find et tomt bord, ryd sengen eller bestem et afgrænset område på gulvet, hvor der KUN lægges tøj og ting, som skal i rygsækken.
5. Med pakkelisten i hånden finder du alle ting frem fra kældere, gemmer, skuffer og skabe og lægger dem i dit afgrænsede område. Sæt kryds i det første felt på pakkelisten udfor hver ting der er fundet frem.
6. Kontroller at ALLE dele er navnemærket.
7. **Pak sæt med skiftetøj bestående af underbukser, strømper og bluse i en pose pr. dag. Det er meget nemmere for mikroen at overskue, end at skulle finde strømper i en pose, underbukser i en anden og bluse i en tredje. Pak tingene i gennemsigtige og vandtætte poser uden knude på! Så er det nemt at pakke ind og ud, når man skal finde sine ting, desuden er tingene beskyttet mod regn.**
8. Først når ALT er fundet frem pakkes tingene i rygsækken og krydses af i det sidste felt på pakkelisten
9. Pak højt i stedet for bredt. Der skal være plads til at svinge armene. Ved at pakke højt flyttes vægten også ind over kroppen. Læg så vidt muligt de tungeste ting øverst og ind mod ryggen, så balancen ikke ryger bagover, se figuren for vægtfordelingen.
10. Læg regntøj og evt gummistøvler, så det er let at tage ud af rygsækken = op af ryggen, som det øverste inde i rygsækken, det er samtidigt ret tunge ting.
11. **Pak alt i rygsækken. Spænd IKKE noget udenpå rygsækken. Det ryger af, bliver væk, og skaber ubalance, når man går. Spejderen skal IKKE bære noget i hænderne, så ingen poser/tasker ved siden af. Det eneste der evt. spændes udenpå er liggeunderlaget, som vejer meget lidt.**
12. Til en weekendtur behøves kun ét sæt skiftetøj og til en uge kun to eller tre, dog gerne sokker og underbukser, så man kan få rene på hver dag.
13. Lederne sørger ikke for at de skifter tøj, medmindre det er vådt. Så spejderne skal selv skifte.
14. Pak kun én varm trøje, de kan alligevel kun have én på af gangen.
15. Pak kun det nødvendige
  - i. Håndklæde er kun nødvendigt på sommerlejr og på juleturen
  - ii. Håndsæbe o.lign. er også overflødig.
16. Pak ALTID regntøj og hav vandtætte sko/støvler på eller pakket ned uanset vejrudsigten. Sørg for kun at have ét sæt vandtæt tøj med. Men hvis man har vandtæt vintertøj med, så behøver man ikke pakke regntøj. Det er bare ekstra vægt.
17. Sørg altid for at have et sæt vandtætte sko/støvler på eller med. Gummistøvler er ikke gode at gå i, i længere tid..
18. Pak spejderbæltet i rygsækken. Det er ubehageligt at have på, når man skal bære en tung rygsæk.
19. Husk en turtaske og sovebamsen.
20. Check spejderlommen inden afgang. Skal indeholde: Papir, blyant, Gnisten, plaster og sikkerhedsnål(e)

