

Mer om landsleir!

# SPEIDERBLADET

1/2018 • kmspeider.no



## HAIK

- de beste tipsene

TEST DEG SELV:



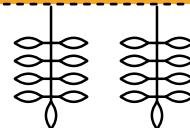
Hva slags  
vintertype er du?



Vi gleder oss til

FUTURA 18





16. årgang  
Medlemsblad for  
Norges KFUK-KFUM-speidere

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

**REDAKSJONSKOMITÉ:** Ragnhild Erevik  
Fosse, Maria Gran, Astrid-Amalie  
Hetland, Tomas Liberg Foshaugen,  
Håkon Kristoffersen, Tord Pedersen

**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:** Helene Moe Slinning  
**TRYKK:** 07 Gruppen AS  
**FORSIDEFOTO:** Jiri Paur  
**OPPLAG:** 10500



Følg oss, da vel!  
[@kmspeider](https://www.instagram.com/kmspeider)

Speiderbladet er trykket  
på miljøvennlig papir! ♥



- 03** **SPEIDERPORTRETET**  
Møt Anna fra Larvik!
- 04** **FUTURA**  
Klare for leir!
- 06** **FROSTSKADER**  
Førstehjelpstips
- 07** **ANDAKT**  
Det dobbelte kjærlighetsbudet
- 08** **HVA SLAGS VINTERTYPE ER DU?**  
Test deg selv!
- 10** **LITEN, MEN TØFF**  
Vinterberedt!
- 12** **FREMTIDENS MAT**  
Billefin næring
- 14** **FØRSTE GANG PÅ LANDSLEIR**  
Informasjon til patruljeførerne
- 16** **UT PÅ HAIK!**  
Tips til en natt utendørs
- 20** **INTERNASJONALT**  
Tenkedagen
- 22** **OPPSLAGSTAVLA**  
Stort og smått frå KFUK-KFUM-speidarverda
- 24** **SE OPP**  
Lær mer om astronomi!
- 26** **ARRANGEMENTER**  
Arrangementer og opplevelser du  
kan være med på



Test deg selv:  
Hva slags vintertype er du?

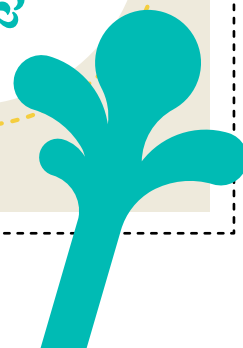


16

Hvordan forberede  
seg til HAIK?

Enda mer om

FUT  
URA





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](mailto:speiderbladet@kmspeider.no)!

# Møt Anna!

Anna (12) har vært speider i 6 1/2 år. Hun gleder seg til sin første landsleir som ordentlig speider!

## FAVORITT-TURMAT:

– Spaghetti à la Capri på bål. Varmet i boksen.

## TINGEN JEG BARE MÅ HA MED PÅ TUR:

– Kosebamsen min, Reven og koseputa mi.

## BESTE SPEIDERMINNE:

– Jeg har to veldig fine speiderminner. Det ene var da vi reiste med speidergruppa mi til Oslo og spilte inn to filmer til «Alle med». Der spilte jeg rollen som Frida Fink. Det var skikkelig gøy. Det andre speiderminne mitt er speiderleiren i Danmark 2016. Der koste vi oss veldig mye og hadde et godt fellesskap i speidergruppa. Vi ble også kjent med mange andre speidere.

## JEG GLEDER MEG TIL:

– Futura 2018. Fordi det er min første landsleir som ordentlig speider, og ikke bare lederbarn.

## MITT FORBILDE:

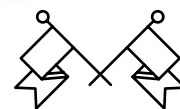
– Lord Baden-Powell er mitt forbilde fordi han lærte bort sin kunnskap til andre barn som ble speidere, og fordi han fant opp speideren.

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

– Det er verdens vanskeligste spørsmål. Men jeg vil faktisk være fredsgudinne med et superpulver som jeg kan strø utover verden slik at det stopper krigen.



Foto: Anita Molteberg



## ANNA MOLTEBERG JOHANSEN

### ALDER:

12 år

### SPEIDERGRUPPE:

Larvik KFUK-KFUM-speidere

### FAVORITTFAG:

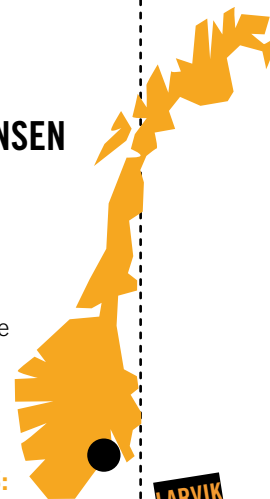
Samfunnsfag

### FAVORITT-SPEIDERDINGS:

Spikkekniven min

### FAVORITTKNUTE:

Det må være båtmannsknop



LARVIK

# FUTURA



- Vi teller ned til landsleir!

Endelig er vi i riktig år – 2018. Nå er det mindre enn seks måneder igjen til vi møtes på leir!

TEKST Espen Berg og Per Øyvind Østensen

Hei igjen alle sammen!

Håper alle har hatt en fin jule- og nyttårsfeiring. Her på Kongsberg er det full vinter og vi kan nesten ikke vente med å få på oss ski eller skøyter på speidermøtene framover. Tida fram mot Futura 2018 går raskere når man gjør noe morsomt. En forhåndsoppgave var å leke "Capture the flag", men på Kongsberg leker vi alltid "Solkongen" når vi er ute på tur og det er mørkt om kvelden. Det er kjempeartig!

Vi vandrerer rakk ikke å bake kaker for jul, men det gjorde stjerfinnerne og jeg fikk være med. Inntekt fra kakesalget gikk til Globalaksjonen. Vi har også vært på JOTA-JOTI, løst koder, sydd bestikkposer, lett etter geocacher og mye annet gøy. I tillegg fikk jeg være med på speideropptagelsen i kirka rett før jul - så nå er jeg en ekte speiderblopp!

FUTURA 2018 - nå begynner det å nærme seg.



Med speiderhilsen bloppen Solve  
(og speiderne fra sølbyen Kongsberg)



**FORHÅNDSOPPGAVER:** Gamle gardiner, oppvaskhåndklær og annet stoff ble sydd om til de flotteste bestikkposer og andre fiffige hjelpemiddel på leir. Speiderkonfirmantene multitasket og løste samtidig kodeoppgavene. Fra venstre: Johan, Halvdan og Vegard. Foto: Per Øyvind Østensen

Alle speidere

i hele Norge

## LEK: Solkongen

Alt du trenger for å leke «Solkongen» er en mørk kveld, en god lommelykt, bra snikeegenskaper og en gjeng med gode speidervenner.

En speider står på en bakketopp eller på en stein med ei kraftig lykt og er Solkongen. Resten av deltakerne står i bunnen av bakken, cirka 50-60 meter unna. Når klarsignalet gis, beveger de seg oppover bakken. Når solkongen lyser på en person og sier riktig navn, må denne gå ned igjen og starte på nytt. Solkongen kan bare lyse i 3-4 sekunder av gangen og ikke bevege lykta når den først er slått på. Den som først kommer usett til toppen får være Solkonge i neste runde. Dette er spesielt gøy om vinteren når det er lettere å snike seg lydløst fram.



**MIN FØRSTE JOTA-JOTI:** I år var JOTA-JOTI for Buskerud krets på Kongsberg. Det kom en god gjeng med speidere og jeg fikk være med. Natt til lørdag måtte vi sove, men natt til søndag var det fri fart. Jeg og flere speidere «døgna» for første gang og det var kult, selv om det var utrolig slitsomt etterpå. Vi prata med speidere fra hele verden, gikk sporløype, spilte spill, sang og dansa til langt på natt. Jeg gleder meg til neste gang! Fra venstre: Ingeborg, bloppen Sølve, Amalie og Iben. Foto: Espen Berg



**GEOCACHING PÅ BLE:** Geocaching er gøy! På turen til Blefjell i høst tok vi blant annet Geocaching-merket. Vi både fant geocacher og fikk gjennomført vedlikehold på de vi har lagt ut. Det var spennende å finne skatter som er gjemt rundt i terrenget, men Futura-travelbugen var ikke på Ble. Jeg håper jeg får møte andre blopper på et «geocacheevent» på Futura 2018. Foto: Espen Berg



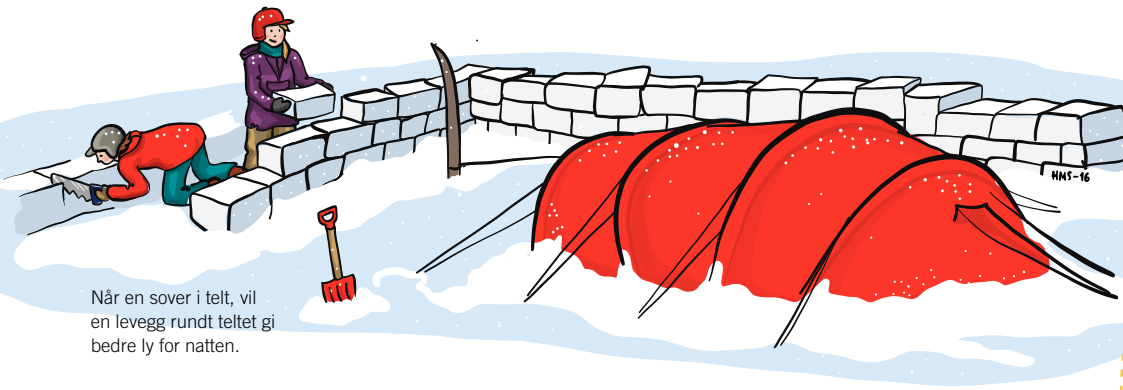
**SPEIDEROPPTAGELSE:** Vi har vår speideropptagelsen i Kongsberg kirke i en flott seremoni med alle speiderne til stede. Etter at nye skjert er delt ut og vi har sunget speiderbønn, bærer det ned til menighetssenteret for grøt, saft, lek og loddsalg. Så er det juleferie. Foto: Lars T. Røraas



**KAKESALG:** Stifinnerne tok meg med på salg av julekaker til inntekt for Globalaksjonen. Stifinnerne hadde bakt MANGE julekaker og det ble nesten helt tomt da vi avsluttet salget! Fra venstre: Oskar, bloppen Sølve, Håvard og Ingeborg. Foto: Tone Hotvedt



**KODEKNEKKERE:** Christian Kwart roverlag ble første vinner av kodeoppgaven til Futura 2018. Det går rykter om at det fremdeles er mange muligheter igjen for å vinne premier, så her er det bare å sette i gang med kodeknekkning! Fra venstre: Tonje, Kaja, bloppen Sølve, Sine, Lars, Maren og Anette. Foto: Morten Lindaas



Når en sover i telt, vil en levegg rundt teltet gi bedre ly for natten.

**113**  
Som med all førstehjelp er det viktig å kontakte 113 når noen har blitt alvorlig skadet. Husk at ambulansen kan veilede dere frem til de kommer til stedet.

# FROSTSKADER



Ved frostskader kan huden forandre farge, bli hard og følelsesløs.

I en vindsekk får en god ly fra vinden. For å forebygge frostskader kan man søke ly og skifte til tørre klær.

**Har du noen gang vært ute, kledd deg litt for lite og blitt kald fra topp til tå nå i vintertiden? Heldigvis resulterer det oftest kun i hakkende tenner og et sterkt behov for å komme seg inn foran peisvarmen. Hvis man derimot blir ute alt for lenge i kulda, med for lite klær, kan det resultere i frostskader.**

**FROSTSKADER KAN OPPSTÅ** når hud og vev utsettes for veldig lave temperaturer. Det som skjer, er at huden og vevet fryser. Frostskader kan deles inn i to alvorlighetsgrader: overflatiske frostskader, også kalt frostbitt, og dype forfrysninger som skjer under huden.

## FÅ VARMEN I DE SOM ER KALDE

For å forhindre større frostskader bør man begynne behandling før det har oppstått skade. Det kan man gjøre ved å bytte våte klær med tørre, varme opp kalde kroppsdeler og drikke varm drikke. Med varm drikke får du varme innenfra! Flere har kanskje med kakao eller solbærtoddy? Det vil være en god drikk for den frostskadde.

NB! En med frostskade må ikke varmes opp for fort. For rask oppvarming kan føre til større skader og smerter. Pass derfor på at drikken ikke er for varm. Ikke sitt direkte foran peisen - ved frostskade har man ofte ikke følelse i huden og kan få brannskader uten å merke det.

## FØRSTEHJELP I KULDA

Hvis noen i din patrulje har fått frostskade bør dere få personen inn i varmen eller i le for vinden. De skadde områdene kan varmes med andre varme kroppsdeler: Ører og nese varmes med hender, fingre kan legges i egne armhuler og kalde tær kan legges på en annens mage. Det er viktig at den skadde huden ikke gnis. Er man fortsatt nummen og har uvant farge etter 20 minutter, må man kontakte legevakten eller 113. Er det flere symptomer på dyp forfrysning skal man ringe 113 med en gang. Da skal dere ikke behandle på stedet.

## Frostbitt

### Symptomer på frostbitt:

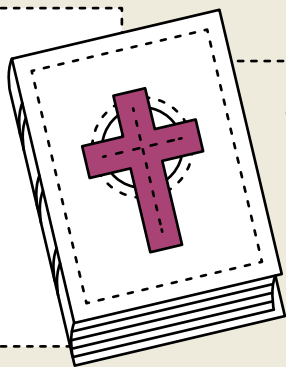
- Prikking i huden.
- Smerte.
- Følelsesløshet.
- Huden skifter farge; den blir først hvit, så rød.
- Hard hud.

## Dype forfrysninger

### Symptomer på dype forfrysninger:

- Hard og følelsesløs hud.
- Huden er hvit eller voksgul med grå-blå skygger.
- Hevelse kan forekomme.
- Huden er frossen.
- Man kan ikke bevege øvre hudlag mot underlaget (muskulene), fordi det er frosset lengre ned.





TEKST Brage Midtsund FOTO Ørjan Apeland. Andakten er hentet fra andaktsboka for oppdagere og stifinnere.

# Det dobbelte kjærlighetsbudet

**MANGE FULGTE MED** på det Jesus sa og de tingene han gjorde. De ble overbevist av Jesus og fulgte etter ham. Men mange ble også sinte, fordi Jesus ofte snudde opp ned på regler. Derfor ønsket de å provosere Jesus, ved å stille vanskelige spørsmål.

**FARISEERNE I DAGENS FORTELLING** spurte om hvilket bud som er det viktigste i loven. Lovene de tenkte på var fra Mosebøkene i det gamle testamentet. Det de egentlig spurte om var: Hva er viktigst? Er noen regler viktigere enn de andre? De ville sjekke om Jesus kunne loven godt, og at han ga et svar som også Gud ville gitt.

**JESUS SVARTE MED EN GANG:** Kjærligheten! Vi skal elske Gud. Vi skal elske vår neste. Det vil si mennesker rundt oss. Og vi skal elske oss selv. Kjærligheten er det største budet, det sier ikke imot de andre budene. Men det summerer alle.

**DET ER LETT Å TENKE** at regler er kjedelige. Mamma og pappa bestemmer over oss, og sier hva vi får lov til og ikke lov til. Vi må legge oss tidlig, vi får ikke lov til å spise godteri hver dag og vi må gjøre hjemmeleksene våre.

**MEN SÅ ER DET OGSÅ FINT** at det er noen som passer på oss. Foreldrene våre gir oss regler slik at vi skal ha det bra. Vi sover nok, følger med på skolen og det er ikke sunt med for mye godteri. Foreldrene våre lager regler fordi de vil at vi skal ha det bra. Det største for foreldre er kjærligheten til barna sine. For Gud er også det største og det viktigste kjærligheten! Derfor er det den viktigste regelen Jesus gir oss. Vi skal være gode mot hverandre.

**DEN BESTE MÅTEN** vi kan vise at vi elsker Gud på, er å være god mot andre mennesker og å være glad i oss selv.

**FOR STØRST OG VIKTIGST ER KJÆRLIGHETEN!**



# Hva slags vintertyppe er du?



## HVOR MANGE ORD KAN DU FOR Å BESKRIVE SNØ?

- A) 1
- B) 2–4
- C) 5 eller mer

## DET ER LEGGETID, NÅR DET PLUTSELIG BEGYNNER Å SNØ! HVA GJØR DU?

- A) Trekker ned rullegardina og ruller meg godt inn i dyna. God natt grimme verden!
- B) Fyrer i peisen, setter på julemusikk og lager en kopp kakao før jeg legger meg.
- C) Eh, jeg kler på meg og løper ut, selvsagt! Sove kan jeg gjøre når det smelter!

## HVA ER DIN DRØMMEFERIE?

- A) Sol, sommer og badevær.
- B) Det spørers litt på sesongen. Jeg liker påske på fjellet, men tar gjerne noen dager på stranda i løpet av sommeren.
- C) Ski, snowboard, off-pist, slalåm, akebrett, bobsleigh, kanefart... Så lenge det er snø, så er jeg med!

## HVA TENKER DU OM ISBADING?

- A) Nei takk, is kan man spise på pinne, badevann bør holde minst 38 grader!
- B) Jeg synes det er litt ekstremt – men jeg har rulla meg i snøen etter badstue. Det var gøy!
- C) Forfriskende! Ingenting som et isbad for å få i gang blodsirkulasjonen!

## TURMAT! HVA ER DIN FAVORITT?

- A) Rundstykker med selvplukkede markjordbær.
- B) Tja.. Pølse på termos, sjokolade og et eple, kanskje?
- C) Alt som kan varmes over åpen flamme! Ingen tur uten bål.

## HVA ER SLAPS?

- A) Grusomhet på bakken som gjør skoene våte.
- B) Snø som holder på å smelte
- C) En gylden mulighet for å teste ut de nye cherrox'ene!





### Flest A-svar:

Du er absolutt ikke en vintertype. Du liker sol, sommer og alt det fører med seg. Vi anbefaler intensiv kakaoterapi, og å kanskje utfordre deg selv litt i vinter. Det kan hende en skitur ikke er så grusomt som du forestiller deg.



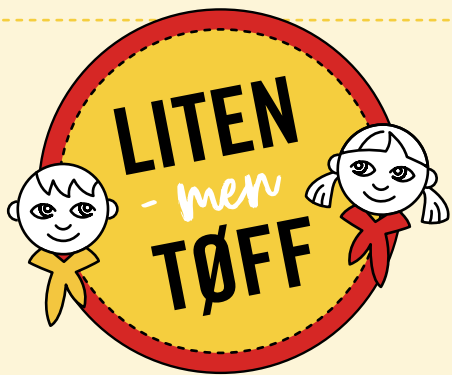
### Flest B-svar:

Du er som regel med på det meste som er morsomt, uavhengig av sesong - det er bra! Du synes snø er gøy, men ingen grunn til å gå helt av skaffet. Du kan kanskje prøve å være litt mer entusiastisk av og til.



### Flest C-svar:

Du elsker vinter og alt som har med vinter å gjøre! Du får nytte av sesongen mens den er her, men prøv å huske på at ikke alle er like glad i vinteren som deg. Ta hensyn og la folk få prøve nye ting i sitt eget tempo.



ER DU BEREDT FOR

# Vinteren?

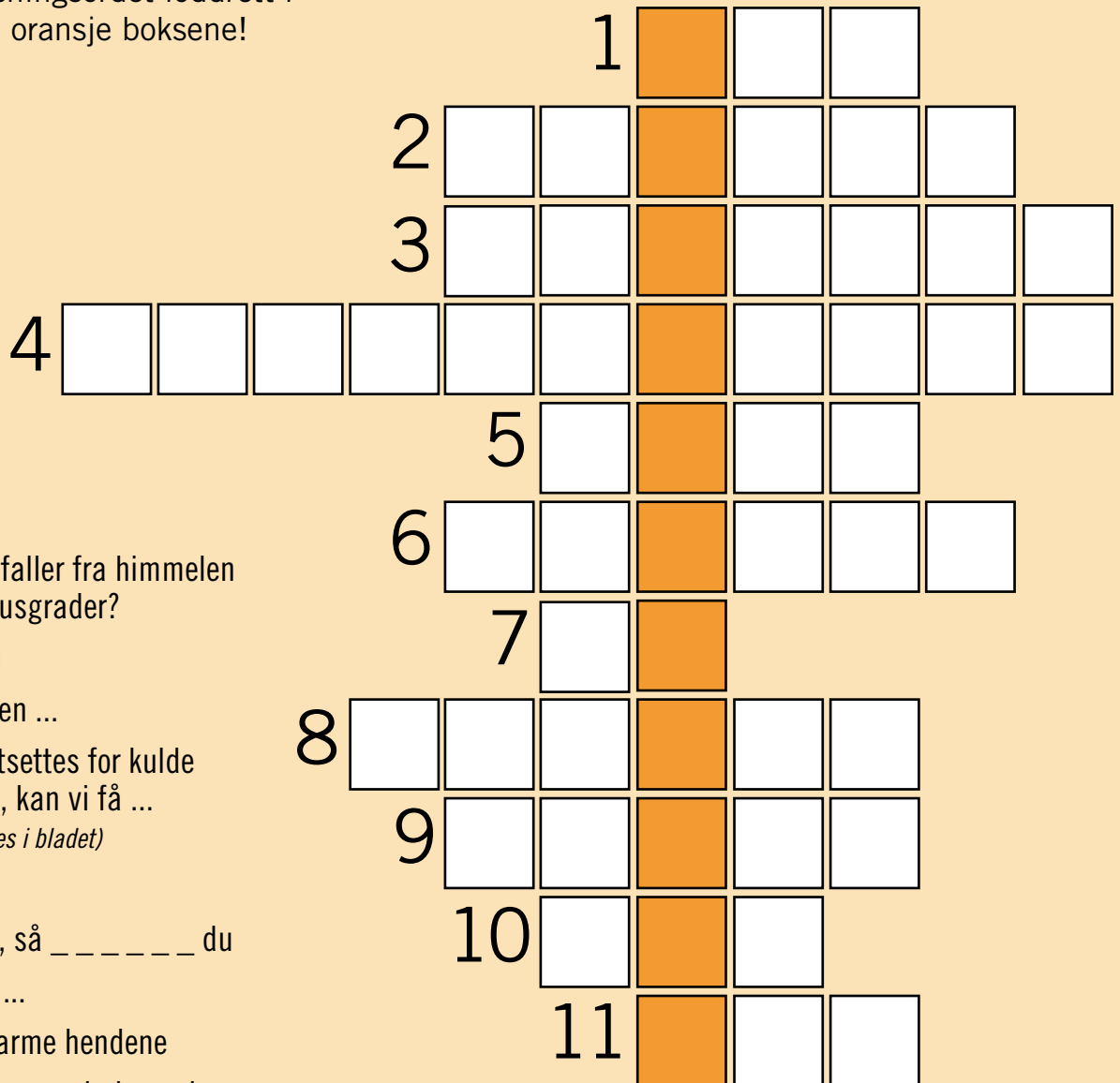
Hva viser bildet? Følg punktene og se hva det blir! Det er to ulike punkttrekker, en med tall og en med bokstaver. Tegn dem hver for seg.



# Vinterkryssord

Fyll ut kryssordet og finn løsningsordet loddrett i de oransje boksene!

løsningsord



1. Det hvite som faller fra himmelen når det er minusgrader?
2. Årstiden vi er i
3. Olaf i Frost er en ...
4. Når kroppen utsettes for kulde over lengre tid, kan vi få ...  
(HINT: Svaret finnes i bladet)
5. Godt i kakao
6. Når du er kald, så \_\_\_\_\_ du
7. Vann fryser til ...
8. Brukes for å varme hendene
9. Det du kan grave snøhule med
10. Hva kalles sauens «pels»?
11. Varmer hodet og ører

FAST: 1. Snø, 2. Vinter, 3. Snømann, 4. Frostskafer, 5. Krem, 6. Fryser, 7. Is, 8. Votter, 9. Spade, 10. Ull, 11. Lue



Kanskje gresshopper  
taco blir den nye  
fredagskosen om  
noen år?

Foto: Ragnhild Erevik Fosse



TEKST Magnus Heltne  
FOTO Geir Hagberg

# FREMTIDENS

# MAT

Hva hadde du tenkt hvis noen hadde tilbudt deg en håndfull gresshopper til lunsj? Eller hva med litt larve? «Æsj!», tenker du kanskje nå, men i fremtiden kan det bli helt vanlig! Vi blir stadig flere mennesker på jorda, og hvis alle skal ha tilgang til nok mat og vann må vi endre forbruket vårt.

## Visste du at:

Norge er en stor sjømatnasjon, og det forskes på nye måter å høste havets frukter. Forskere har begynt med tangoppdrett, og tangsalat har potensiale til å bli en næringsrik og miljøvennlig hit!

### KJØTT PÅ TALLERKENEN

I Norge spiser vi mye rødt kjøtt som ku, okse og kalv, som vi med et felles ord kaller storfe. Mange synes det smaker utrolig godt. Dessverre krever det mye ressurser å produsere. For at dyrene skal ha det godt trenger de stor plass å vokse på, og mye vann og fôr. I løpet av en ku sitt liv produseres det store mengder CO2 (karbondioksid) og dette er ikke bra for miljøet. Vi bør derfor begrense inntaket av kjøtt.

Men fortvil ikke. Også i fremtiden kan vi trolig spise noe rødt kjøtt med god samvittighet, men for å få en bærekraftig diett kan det være lurt å bytte ut noe av kjøttet med andre næringskilder. På kort sikt kan det innebære å spise mer fisk, og grønnsaker og fjærkre (som er husdyr med fjær, for eksempel kylling). Men etter hvert kan det dukke opp nye matkilder, som insekter.

### INSEKTER PÅ TALLERKENEN

Insekter er vanlig mat i mange land, og det er faktisk også en delikatesse mange steder i verden. Vanlige tilberedningsmetoder er å sprøsteke insektene eller male dem til mel. I tillegg til å være billige har insekter et lite miljøavtrykk, de smaker godt og er stappfulle av proteiner. Kanskje gresshoppetaco blir den nye fredagskosen om noen år?

### KLAR FOR FREMTIDSMAT?

Allerede i sommer kan du få en smakebit på fremtidsmaten! Mandag 2. juli blir det matdag på Futura. Vi gleder oss – sammen kan vi prøve fremtidsmaten.

## Granbar-te

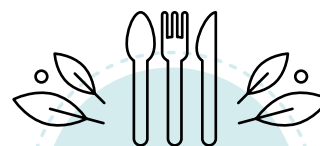
- Hakk litt skudd og barnåler, og legg i en kopp. Har ikke grantreet noen skudd, kan du også trekke te kun på barnåler.
- Ha i kokende vann.
- La trekke i 2–3 minutter eller mer.

Du kan også lage te med samme oppskrift av furu- eller einertre. Ønsker du søtere te? Da kan du ha i litt sukker. Husk at jo mer granbar du har i teen, jo sterkere blir den.

Oppskrift er inspirert og hentet fra [tursiden.net](http://tursiden.net)



Første steget mot fremtidsmaten kan være å spise mer fisk og grønnsaker. Bålsteekt fisk på leir kan smake utrolig godt! Foto: Harald Undheim



## TIPS

### TIL FREMTIDSRETTEDE MATVANER:

**Kast mindre mat!** At en vare har gått ut på dato betyr ikke at den må kastes. Lukt og smak på maten – kanskje holder den et par dager til?

**Lag restemiddag!** Foreslå for familien at man tømmer kjøleskapet for restemat en dag i uka. Godt for miljøet, og godt for lommeboka.

**Ta en kjøttfri dag i uka.** Benytt anledningen til å teste ut spennende mat fra andre land – foreslå at dere lager falafelwrap, pasta med soltørkede tomater eller tabbouleh (bulgur med blant annet tomat, mynte og persille) fra Midtøsten.

**Sank din egen mat!** I Norge har vi allemannsretten, som betyr at vi kan hente mat i utmark. I tillegg til jakt og fiske er det en mengde spennende matvarer å hente utenfor stuedøren. Du kan finne mye god sopp, bær, planter og andre spiselige vekster. Du har kanskje hørt om brenneslesuppe, men har du prøvd granbar-te?



Foto: Henrik Vagle Dalsgaard

I Norge kan du sanke mye av maten selv. Hva med en sopp-tur til høsten?



I Stjørdal vil det vere lagkonkurranse med mange ulike oppgåver. Foto: Synne Hansen



Er du født mellom 2002 og 2004 får du vere med på utfukt til Stjørdal sentrum. Foto: Ørjan Apeland



Foto: Erling Daae Forberg

# PATRULJEFØRER PÅ FUTURA?

- Sjå kva du kan vente deg!

**S**KAL DU DELTA som patruljeførar på leir for fyste gong? Har du vore patruljeførar på leir før? Eller er det din aller fyrste store leir?

**DET ER MANGE** forventingar når vi skal møtast på Futura 2018. Er det slik som sist? Møter vi speidarane frå den kjekke nabogruppa på førre leir? Blir det PF-kro?

**OM DU HAR VORE** på leir før, eller har fått leirtrening på til dømes KILT, veit du at som patruljeførar på leir får du ekstra ansvar for patruljen din og i gruppa. Fleire oppgåver skal løysast og du har ansvar for meir enn deg sjølv.

**SAMTIDIG SOM DU** tar ansvar og er med å bidra skal du få sjansen til å lære nye ting, få nye opplevingar og slappe av saman med andre patruljeførarar frå heile landet.

**PÅ FUTURA SITT PF-PROGRAM** vil du få høve til å gjere nokre av dei tinga som har vore på leir før i tillegg til nye aktivitetar. Dei tradisjonelle kroene blir det fleire av, og kanskje blir det nytt innhald? Det er det opp til kroarrangørane å bestemme. Men det vert lagt opp til litt felles program for å få opp stemninga og bryte isen. Kva med ein runde Kahoot?

### Bli kjent med Stjørdal sentrum

På Futura blir det Bymanøver i Stjørdal sentrum. For å vise innbyggjarane i Stjørdal kva speiding er, blir det lagt opp eit postløp med både tradisjonelle og nye, spennande oppgåver. Bymanøveren er ein lagkonkurranse der ein dannar lag med andre patruljeførarar – gjerne frå andre grupper.

Vi gler oss til å utfordre deg og gje deg nye opplevingar saman med gamle og nye vener.

## Dette er PF-kro!

PF-kro er ein sosial møteplass på kvelden etter leirbålstid. Det er eit unikt høve til å bli kjent med andre på same alder.

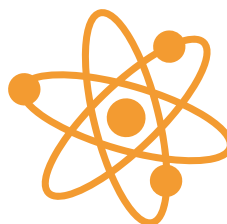


Sosialt  
og gøy!

Foto:  
Harald Undheim

## Kven kan delta:

På Futura får alle som er født i 2002–2004 sjansen til å delta på PF-programmet. Leiarane i gruppa di melder deg på leiren i aldersgruppa PF. Sjekk med din leiar at du vert meldt på i riktig gruppe.



Vi sees på  
Futura!



**FELLESKAP:** På haik passer alle i patruljen på hverandre. Foto: Lise Ringlund







Hvordan planlegge en

# HAIK

Latter og prat høres når speidergruppen med forventningsfulle speidere trasker innover skogen. Sekken er større enn noen av speiderne og de har pakket med seg det de trenger for å overleve et døgn ute – alene. En av dem, patruljeføreren, går med kartet og de prøver å orientere seg frem i veikrysset de har møtt på. Denne speidergruppa er på haik.

## HVA ER EGENTLIG HAIK?

En haik er tur hvor speiderne går ute uten leder. De skal følge kart og kompass, og orientere seg rundt alene. De får utdelt en rute som de skal følge for å finne et sted å slå leir og overnatte. Haik er for speidere mellom 11 og 16 år. Lederen er med å forberede og planlegge turen. Hver gruppe skal ha en patruljeleder som har et lederansvar i gruppa, men alle skal passe på hverandre. Selv om haik er en tur uten ledere har patruljeleder med seg telefon slik at om noe skjer kan speiderleder kontaktes.

## HAIKELØYPER SOM PASSER FOR ALLE

Det er viktig at løypa er lagt opp slik at gruppa har en forutsetning for å klare turen. Ofte på leirer kan man selv velge vanskelighetsgraden på den haiken man ønsker. Speidergruppa må ha hatt opplæring i kart og kompass, siden det er utstyret som brukes for å finne frem. På en haik kan man gå i skog, bratt terreng, fjell, sykle eller padle kano. Det eneste som setter grenser for haiken, er fantasien!

## HVORDAN PAKKE FOR ETT DØGN UTE?

På haiken pakker speiderne det de trenger for et døgn ute. Det er viktig å ha en god sekk siden det kan både bli langt og tungt å bære. Sekken bør være pakket praktisk, med det tyngste i bunnen og klærne i poser så de ikke blir våte. Noe av det viktigste å ta med seg nok av er vann. Når man er ute og går, bruker kroppen mye veske for å kjøle seg ned. Vi svetter ut vannet, og trenger derfor påfyll av vann.

## PÅ HAIK OVERNATTER SPEIDERNE UTE

Det finnes flere måter å overnatte i naturen på. Ligger man under åpen himmel er man avhengig av tørt vær, men det er lite som slår å titte opp på stjernehimmelen før man sovner. Kanskje ser dere et stjerneskudd eller to? En gapahuk er veldig grei å sette opp og skaper ly for eventuelt regn eller vind. Speiderne bør ha med seg utstyr som kniv, øks, sag, presenning og sisal. Man trenger også to trær som man kan spenne presenning imellom, og relativt jevn bakke.

## NÅR MØRKET FALLER PÅ..

Når mørket faller på og speiderne kryper ned i soveposen foran et bål som gløder så vidt i mørket blir det ofte fortalt en spøkelseshistorie eller to før speiderne legger seg. Neste dag skal de gå resten av løypa så det er viktig å være opplagte for nye eventyr.



**DUK:** En enkel regnduk holder deg også tørr om natten på haik. Foto: Jan Erik Haugen



**SEKK:** Pakker du sekken selv, vet du hvor alt ligger. Foto: Carl-Frederic Salicath



Ut på eventyr!

Foto: Lars T. Rørraas



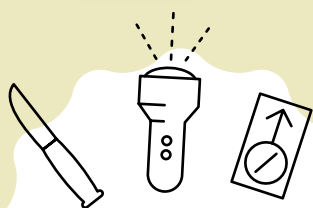
# TIPS TIL FUTURA-HAIKEN

**Å dra på haik på landsleir er for mange speidere et av de største høydepunktene på leiren. Det blir patruljehaik på Futura, og mange gleder seg allerede – haik er gøy! Med gode forberedelser er sjansen større for at dere har en morsom opplevelse ute i naturen.**



## *Gi alle i patruljen ansvarsområder*

- Ha en patruljefører som har ansvar for gruppa.
- Ha en transportsjef som finner ut hvordan dere kommer til haikområdet.
- Ha en matsjef som foreslår hva som skal stå på menyen, og kjøper inn eller tar med mat.
- Ha en overnattingsjef som finner ut hvordan patruljen skal overnatte. Kanskje vil dere lage en soveplass under granbar?
- Ha en aktivitetssjef som finner ut hva dere skal gjøre underveis. Kanskje tar dere noen merker, eller har leirbål med underholdning på kvelden.
- Ha en kart- og løypesjef som finner ut hvor og hvor langt dere skal gå, med ansvar for kart, kompass og eventuelt GPS.



*Pakk kniv, lommelykt og kompass lett tilgjengelig!*

## *Øv på haik*

- Tren på å gå i terreng med kart og kompass på forhånd.
- Gjør dere kjent med terrenget på kartet.
- Finn ut hvor langt det passer å gå.
- Kle dere riktig. Følg lag-på-lag-prinsippet: Tynne lag med klær, innerst-midterst-ytterst.
- Informer leder om tidspunkt og sted for avreise og hjemkomst. Rute og overnattingssted. Hva skal dere gjøre på turen? Hvem er med? Ha med kontaktperson til alle deltakerne.
- Ha en plan for hva dere gjør om dere går dere bort. Ta det rolig. Hold sammen. Gå opp i høyden og prøv å få oversikt. Hvis det ikke hjelper kan dere ringe hjemmeleder.

## *Pakk riktig*

- Pakk sekken selv. Da vet du hvor utstyret ditt ligger.
- Pakk mest mulig nedi sekken og minst mulig utenpå.
- Komprimer det som er mulig å trykke luft ut av.
- Pakk de tyngste tingene inn mot ryggen.
- Pakk det du får bruk for under turen, for eksempel regntøy, ullgenser, lue, kopp, lommelykt, kniv, førstehjelpssaker og kart og kompass lett tilgjengelig i sidelommer, topplokk eller øverst i sekken.
- Ingen sekker er vanntette. Bruk regntrekk. Du kan også ta en søppelsekk av plast ned i sekken før du begynner å pakke.
- Ikke glem å sette av plass til fellesutstyr.

## **HAIK PÅ FUTURA**

Haikedagene er 3.–4. juli og 4.–5. juli på landsleiren. Patruljen går en av dagene. Dere bestemmer selv om dere går en lett, middels eller vanskelig løype.

KILDE: Speiderhåndboka og Speiderbladet nr 2/2016 temanummer Haik





22. februar er det verdens tenkedag.  
Tenkedagen har blitt feiret av  
speidere verden over i mange år.  
Faktisk ble dagen feiret for første  
gang i 1926!

# Tenkedagen

**TEMA: PÅVIRKNING**



## Hva er egentlig tenkedagsfeiring?

Tenkedagen er dagen der alle speidere skal tenke på hverandre og menneskene rundt oss. På en måte kan vi kalle denne dagen for speidernes bursdag! Speidernes bursdag kunne ikke feires uten gave, og i 1932 ble det derfor bestemt at speiderne skulle hjelpe hverandre. Siden da har tenkedagsfeiringen også vært en innsamlingsaksjon som går til ulike prosjekter i verden. I år går pengene blant annet til «Stop the violence campaign» som skal stoppe vold mot jenter og kvinner.

I år er temaet for tenkedagsfeiringen «påvirkning». Med temaet «påvirkning» skal vi feire påvirkningen speideren har på oss som er medlemmer og den påvirkningen vi speidere har på samfunnet rundt oss.



En hjelpende hånd kan gjøre dagen bedre!  
Foto: Erling Daae Forberg



## Visste du at?

-  Tenkedagsfeiringen er på bursdagen til Lady og Lord Baden Powell. De hadde faktisk bursdag samme dag!
-  Det finnes 42 millioner speidere i hele verden. Disse befinner seg i 170 land.
-  I 1999 ble tenkedagsfeiringen døpt om til verdenstenkedagen. Dette for å understreke at det er for speidere over HELE verden.
-  10 millioner mennesker verden over feirer tenkedagen.

Kilde: WAGGGS

# Tenkedagsaktivitet

– DINE HANDLINGER HAR RINGVIRKNINGER

### DERE TRENGER:

- En eller flere boller eller bøtter med vann
- Gjenstander av ulik tyngde og størrelse, for eksempel steiner.

### FREMGANGSMÅTE:

Bollen med vann representerer alle former for steder der man er sammen med andre; for eksempel speidergruppen eller familien.

Aktiviteten består av at dere slipper gjenstandene en etter en ned i bollen. I bollen vil det bli ringer eller bølger i vannet, dette symboliserer hvordan en hyggelig handling kan påvirke andre mennesker. For eksempel kan en «god morgen» føre til at en person får en bedre dag og samtidig sier «god morgen» til en annen person. Også denne personen kan få en bedre dag og bringe dette videre. På denne måten får vi ringvirkninger - en enkel hilsen kan påvirke flere mennesker.

Ved å bruke ulike gjenstander får dere ulik størrelse på ringene og bølgene, og dere kan se hvor ulik påvirkning en god handling kan ha på andre mennesker.

Se flere aktiviteter på [waggs.com](http://waggs.com).



# OPPSLAGSTAVLA



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



Vinnere av bloppdrag #3!

Speiderne i Kisa lekte Capture the flag med bloppen og ble de heldige vinnerne av månedsoppdrag #3. Gratulerer!  
Foto: @Kisa KFUK-KFUM-speidere

Vinnere av bloppdrag #4!

Patruljene Rosa Sau og Mummidalen i Søndre Slagen bakte store og fine pepperkaker og stakk av med seieren for bloppdrag #4. Gratulerer!

Foto: @sondreslagenjenter



## Bli klar til LANDSLEIR

**ALLE SPEIDERGRUPPER** med medlemmer i vandreralder skal ha fått aktivitetboks Futura tilsendt. I aktivitetsboksen er det en dråpeformet orange, blå, grønn eller rosa figur i stoff, med to hull i seg – det er en blopp! Frem til landsleiren kommer det til å dukke opp bloppdrag på [kmspeider.no/forhaandsoppgaver](http://kmspeider.no/forhaandsoppgaver). Husk å sjekke for nye bloppdrag.

Bloppdragene kan speidergruppen eller roverlaget gjennomføre på et speidermøte eller en haik. Tar dere et bilde med bloppen når dere løser oppgavene, er dere med i trekningen av flotte premier fra Speiderbutikken! Alt dere trenger å gjøre er poste bildet på Instagram med taggene #futura2018 og #kmspeider.



#futura2018  
#kmspeider



# BLOPPDRAG #6

**ER DU OG PATRULJEN DIN** glade i å lage mat sammen? Dere skal nå lage et måltid sammen hvor minst tre av ingrediensene er noe dere enten finner i naturen eller som er dyrket hjemme. Kanskje du kjenner noen som har urteplanter på kjøkkenet? Eller bær fra hagen som ligger i en fryseboks? Eller hva med å dra på isfiske? Her kan dere slå dere løs og lage akkurat hva dere vil, enten inne på et kjøkken eller ute på bål eller med primus.

Det finnes mange gode forslag til matretter dere kan lage i aktivitetsbanken på [kmspeider.no](http://kmspeider.no). Husk å ta bilde av retten deres og bloppen, legge det ut på Facebook eller Instagram og merk det med #futura2018 og #kmspeider.



Foto: Henrik Vagle Dalsgaard

*Hva skal dere gjøre når dere har fullført bloppdraget?*

Fortvil ikke. Det finnes flere forhåndsoppgaver! Hva med å prøve seg på Futura sine kodeoppgaver? Disse finner dere nederst på [kmspeider.no/forhaandsoppgaver](http://kmspeider.no/forhaandsoppgaver).

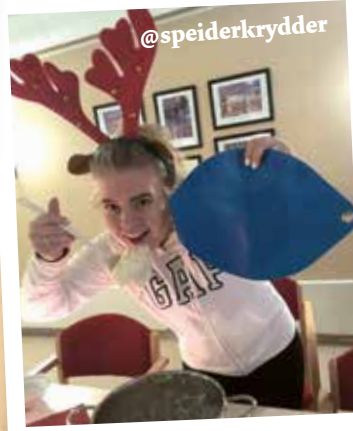
Vinnerne av kodeoppgavene i januar var patrulje Ulv fra 5. Hamar. Vi gratulerer!

Foto: Magnus Jessen Jemtland



## #KMSPEIDER

TAGG INSTABILDENE DINE OG FØLG @KMSPEIDER, OG KANSKJE AKKURAT DITT BILDE KOMMER PÅ TRYKK?



# Se opp

☆ Helt fra tidenes morgen har mennesker kikket opp på himmelen om natten og drømt seg bort. I gamle dager lurte de nok fælt på hva de lysende prikkene der oppe var. Nå vet vi jo at stjernene er soler som er langt unna, men det er like moro å drømme seg bort eller bruke himmelen som utgangspunkt for leirbålsfortellingen nå som før i tiden.



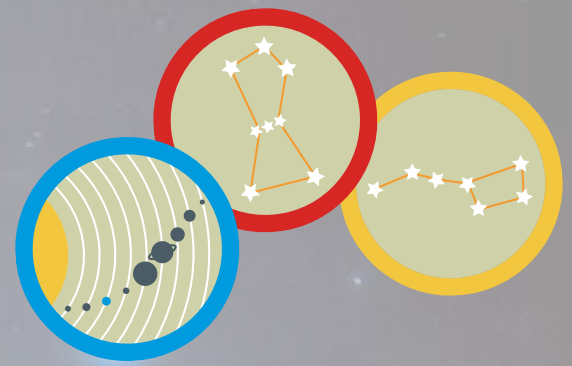
## ☆ KAN DU NOEN STJERNEBILDER? ☆

Nå på vinteren er himmelen full av spennende leirbålseventyr! Når vi ser for oss at en gruppe stjerner danner et motiv, kaller vi det for et stjernebilde. I virkeligheten kan stjernene i et stjernebilde være millioner av lysår fra hverandre. De mest kjente historiene om stjernebilder kommer fra gresk mytologi, og har blitt fortalt i nesten 3000 år!

Her i Norden har vi også våre helt egne stjernebilder som stammer fra samisk mytologi. I følge den samiske stjernebildetradisjonen utspiller det seg et kappløp på liv og død hver natt, der flere jegere forsøker å fange den store reinoksen Sarvvis. Heldigvis klarer Sarvvis å løpe fra dem alle sammen hver natt, for sagnet skal ha det til at den dagen Sarvvis blir fanget, vil verden gå under!

### Visste du at:

- ☆ Et lysår er så langt lyset kan reise på et år. Lyset har en hastighet på 299 792 458 meter i sekundet, så på ett år reiser lyset hele 9 460 730 472 580,8 kilometer.
- ☆ Sola er den stjernen som er nærmest jorda. Det tar lyset 8,3 minutter å reise fra sola til jorda.
- ☆ Nest etter sola er Alfa Centauri A den stjernen som er nærmest jorda. Den ligger 4,36 lysår unna.
- ☆ I vår galakse, Melkeveien, finnes det cirka hundre millioner stjerner.



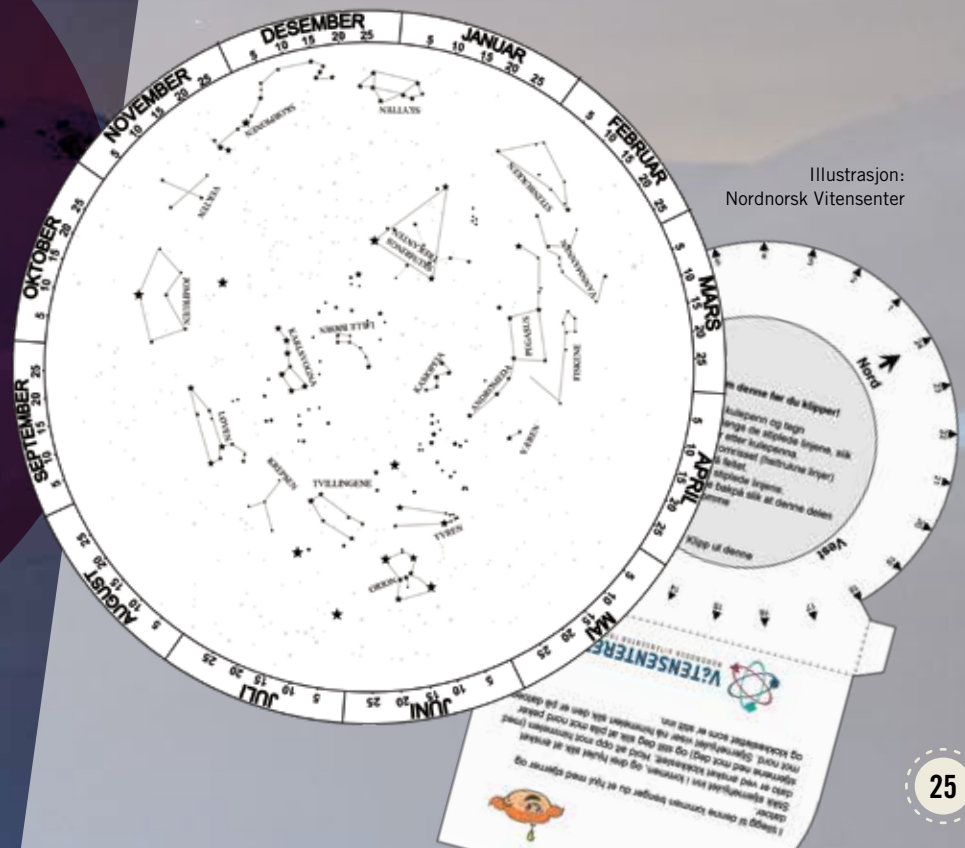
## Ta astronomimerket!

Syns du astronomi er spennende, så ta astronomimerket da vel! Flere steder i Norge finnes det stjerneobservatorier hvor dere kan få hjelp til å se nærmere på stjernene. På Solobservatoriet utenfor Oslo kan speidergrupper få et skreddersydd opplegg for å ta merkene sammen med ekte astrofysikere! Se mer på [www.solobservatoriet.no](http://www.solobservatoriet.no)

## Stjernehjul med holder






Dette stjernehjulet viser de 12 stjernebildene i dyrekretsen. Dette hjulet kan plasseres i en stjernehjulholder. Da kan du se hvor stjernene befinner seg på himmelen.

Du kan laste ned stjernehjul og stjernehjulholder på [nordnorsk.vitensenter.no/stjernehjul](http://nordnorsk.vitensenter.no/stjernehjul).



Illustrasjon:  
Nordnorsk Vitensenter



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

# ARRANGEMENTER

Alle påmeldinger skjer via [medlemssystemet](#), kalenderen på [kmspeider.no](#) eller på e-post til [post@kmspeider.no](mailto:post@kmspeider.no) der hvor det ikke står annet. Påmeldingen er bindende og betalingsfristen er den samme som påmeldingsfristen. Pengene betales til konto: **3000.16.88487**, merket med navn og arrangement.



Foto: Øystein Lothe Eldholm




Andre nasjonale og internasjonale arrangementer finner du på [KMSPEIDER.NO](#) under ARRANGEMENTER.


## 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.**

**DET ER IKKE** en forutsetning at du er patruljefører, og du trenger ikke forkunnskaper for å delta. Du trenger heller ikke å være veldig god på ski, men det bør ikke være din aller første skitur. Kurset gir kunnskap som kreves for å delta på Ekspedisjon vinter.

**PÅ VINTER-ROLAND** får du lære om bekledning, 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. Påskebudskapet er en naturlig del av programmet og du vil kanskje få noen nye tanker om hvorfor vi feirer påske. Det blir også tid til leirbålskos, lek og moro sammen med dine nye speidervenner!

 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 '03-'01.

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

 23.–28. mars.

 Utsikten i Odda.

 2100,-. Gir Frifondstøtte.

 Innen 4. mars.



Foto: Martin Grønfjell



Foto: Veronica Nysted Montgomery



Foto: Bjarne Lohmann Madsen

## EKSPEDISJON VINTER

**EKSPEDISJON VINTER** er et perfekt kurs for alle som har vært på Vinter-Roland, eller har tilsvarende kunnskaper fra vinterfriluftsliv. Det er derfor ingen grunn til å sitte hjemme dersom du ønsker å få bruke det du lærte på Vinter-Roland i fjor eller året før. Dette er en flott mulighet til å få gå på flere dagers tur i vinterfjellet med tett oppfølging og god veiledning fra staben.

**UNDER DETTE KURSET** får du praktisk erfaringer og kunnskaper om hvordan å utøve vinterfriluftsliv. Temaer vi vil gå gjennom på kurset er proviant, reparasjon og vedlikehold av utstyr på vinteren, leirbygging, orientering/trygg ferdsel om vinteren og førstehjelp.

**ETTER KURSET** vil du være godt rustet til å ta med patroljen og gruppa på overnattingstur vinterstid.



**Ekspedisjon vinter er for de født i '02-'00 som har vært på Vinter-Roland, eller har tilsvarende kunnskaper fra vinterfriluftsliv.**



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



**24.–28. mars.**



**Seljestad, Odda.**



**1300,-. Gir Frifondstøtte.**



**Innen 4. mars.**

## UNGDOMSTING

**VIL DU LÆRE OM** aktuelle saker for KFUK-KFUM-speiderne og om hvordan du kan debattere disse? Vil du finne ut hvordan du kan være med på å påvirke organisasjonen vår? Vil du bli engasjert? Bli med på Ungdomsting! Her lærer du om organisasjonsarbeid og hvordan du kan delta i organisasjonsdemokratiet. Du trenger ikke være patroljefører eller assistent for å delta.

**UNGDOMSTING** er ganske likt som patroljeførertinget som holdes i forkant av landsting annet hvert år, men i motsetning til PF-ting skal det ikke sendes delegater fra ungdomsting videre på landsting. Arrangementet er derfor åpent for alle speidere i riktig aldersgruppe.

**PÅ UNGDOMSTING** skal vi diskutere aktuelle saker for aldersgruppen og for organisasjonen. Helgen vil også inneholde inspirasjon til det lokale speiderarbeidet og samfunnsengasjementet, lokalt og internasjonalt. Det blir mye sosialt og du vil bli kjent med speidere fra hele Norge.



**For ungdom som ønsker å lære om organisasjonsarbeid og hvordan de kan delta i organisasjonsdemokratiet. Du trenger ikke være patroljefører eller assistent for å delta. For speidere født i '04-'02**



**Aktuelle saker for aldersgruppen og for organisasjonen diskuteres og debatteres på ulike måter. Inspirasjon til det lokale speiderarbeidet. Samfunnsengasjement, både lokalt og internasjonalt.**



**9.–11. mars.**



**Nordtangen.**



**1200,-. Gir Frifondstøtte.**



**Snarest.**

## KILT – KURS I LEIRTEKNIKK

**HAR DU LYST TIL** å lære mer om hvordan det er å være på leir? Kanskje skal du og gruppen din på landsleir til sommeren, eller kanskje vil du bare 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 '05-'02.

**KILT STÅR FOR KURS I LEIRTEKNIKK**, og er et grunnleggende kurs om det du trenger å vite før du skal ha patroljen med på leir. Du vil lære om leirbygging, matlaging, sosialt fellesskap og patroljeledelse 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 patroljen på leir til sommeren.

**KILT ER EN TRYGG**, morsom og sosial mini-leir 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 patroljefører eller assistent for første gang. Født i '05-'02.**



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



**18.–21. mai.**



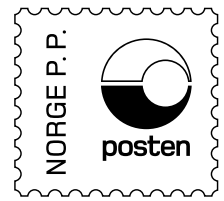
**Nordtangen.**



**1300,-. Gir Frifondstøtte.**



**Innen 29. april.**



Skal du på landsleir  
FUTURA i sommer?

SPEIDERBUTIKKEN

# FUTURAKLÆR

bestiller du nå!



## T-SKJORTE

Herre / rund hals  
Dame / V-hals

Kr **199,-**

## HETTEJAKKE

Unisex

Kr **550,-**

**VIKTIG!**

Bestill t-skjorte og  
hettejakke innen 1. mars  
og få med en Futura  
skjerfring GRATIS!

Varene sendes hjem  
til deg FØR du  
reiser til Futura.

**SPEIDERBUTIKKEN.NO**

**NB!**

Det blir veldig begrenset mulighet for å kjøpe t-skjorte og hettejakke på selve landsleiren. Fordi dette er en dyr spesialproduksjon er vi helt avhengig av forhåndsbestillinger før vi setter i gang produksjonen av ulike størrelser. De minste og største størrelsene MÅ forhåndsbestilles. Prisene på landsleir kan bli høyere.