

REGIONSLEJR 2019



Ledermappe

Her i ledermappen finder du meget af den information, du som leder kan få brug for i løbet i regionslejren.

Placeringer i lejrområdet forklares ved hjælp af verdenshjørner. Der findes et kort over lejrområdet bagest her i mappen.

På første side i ledermappen finder du den vigtigste information om lejren. Herefter står informationerne i alfabetisk rækkefølge.

Vigtigste info

Lejrteamet



Alle fra lejrteamet har hele tiden dette tørklæde på. Har du spørgsmål om lejrens forløb, tidspunkter, regler eller lignende, kan du spørge os.



Spejdere med dette tørklæde arbejder på Næsbycentret, og kaldes Næsfolket. De kan være behjælpelige med regler omkring selve lejrområdet.

Lejrteamet består af Denice fra Tårnby, Minna fra Taastrup, Ann-Britt fra Vanløse, Lydia fra Vanløse, Helle fra Strandmark og Trine fra Strandmark.

Hver dag i tidsrummet 13:00–13:30 sidder én fra lejrteamet i samlingsteltet, hvor I kan finde os, hvis I har spørgsmål.

Har I vigtige spørgsmål på andre tidspunkter, kan lejrteamet kontaktes på følgende telefonnumre:

Denice:.....28 15 91 10

Minna:.....31 90 96 18

Ann-Britt:...61 36 88 96

Lydia:.....21 15 50 66

Helle:.....29 67 75 71

Trine:.....40 41 25 90

Næsbycenterets regler

Næsbycentret har nogle få leveregler som alle skal overholde:

- Børn skal altid følges med en voksen, hvis de færdes ved søen.
- Af hensyn til beplantningen og risikoen for at komme til skade, må man ikke løbe eller lege på skrænterne.
- For at sikre, at vi har rafter til alle deltagere hele sommeren, må man ikke save i eller brænde rafterne.
- Der må ikke bades i søen.

Centerledermøder

Hver aften kl. 19:00–19:30 er der ledermøder for alle ledere på centret. Det foregår i stabslokalet i centerbygningen. Vi anbefaler at en leder fra hver gruppe deltager.

Info i alfabetisk rækkefølge

Adresse

Næsbycentret
Skelbyvej 126
4171 Glumsø

Affaldssortering

Hver lejrplads får udleveret 6 affaldsspande i forskellige farver. Vejledning til hvad der skal i hvilken spand, findes bagest i ledermappen.

Alternative overnatningssteder

Det er muligt at overnatte i shelter, hængekøje og jordhule.

Sheltere: Findes spredt på hele lejrpladsen og skal bookes på forhånd. De kan dog også bookes på lejren, såfremt de ledige.

Hængekøjer: Der findes en nyetableret hængekøjeplads syd for den store raftegård, med plads til 12 hængekøjer. Det er op til grupperne selv at have hængekøjer med. Hængekøjepladserne bookes på forhånd.

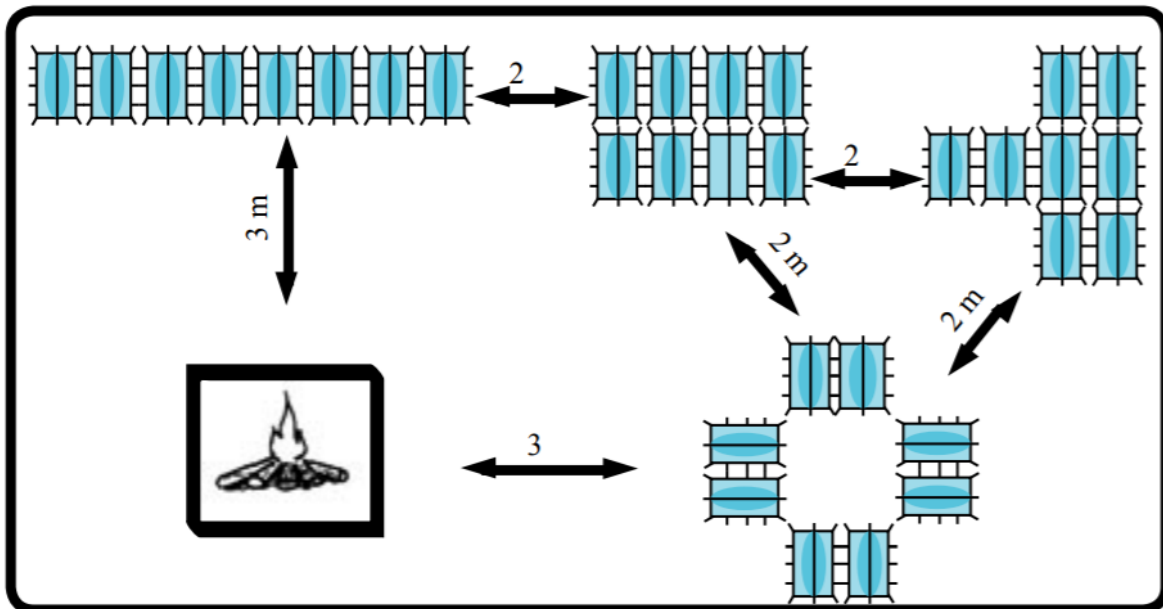
Jordhule (Gammen): Gammen ligger nede i centrets sydligste område vest for Store Aktivitetsplads. Der er plads til ca. 6 personer, og Gammen skal bookes på forhånd. Det er muligt at låne rensdyrskind til at sove på.

Bad i varmt vand

Man kan bade i varmt vand ved at købe en badepolet. Den koster 10 kr., og så kan man bade i cirka 10 minutter. Jo varmere bad, man tager, jo kortere tid rækker en badepolet.

Brandregler

Vi skal, som altid når vi er på lejr, overholde brandreglerne på vores lejrpladser. Telte må samles i klynger af maksimalt 8 stk. Disse må stå helt tæt. Mellem hver klynge af telte skal der være minimum 2 meter fra bardun til bardun. For hver klynge af telte skal der placeres en branddasker og et håndsprøjtebatteri med 2x10 L vand (eller andet tilsvarende håndslukningsudstyr med pulver eller vand) Der skal mellem en klynge af telte, og bålpladsen, være minimum 3 m fra nærmeste bardun til bålpladsens kant. Grupperne er selv ansvarlige for brandslukningsudstyr.



Vejledning fra www.brs.dk

Imellem lejrpladserne på vores grund er der brandveje. Her må man gerne opholde sig, men det er ikke tilladt at stille ting på brandvejene. Ting fra jeres lejrplads må heller ikke stikke ud på brandvejene.

Brænde

Centret har to brændepladser. Den nærmeste findes nord for centerbygningen.

Deltagende grupper fra Region Øresund

Vi er ca. 185 pigespejdere på lejren og vi kommer fra 12 forskellige grupper:

- Augusta Niels
- Ballerup
- Bornholm
- Dragør
- Grøndal
- Rødovre
- Strandmark
- Taastrup
- Tårnby
- Valby
- Vanløse
- Vesterbro

Flaghejsning og morgensamling

Hver morgen kl. 08:00 hejser vi flag sammen med resten af centerlejren, og efterfølgende gives der fælles beskeder om dagens forløb. Efter flag og beskeder fra Næsfolket, samles region Øresund i hjørnet af flagpladsen til beskeder, der angår hele regionen. Har du noget, du ønsker bragt på banen til denne samling, så kontakt én fra lejrteamet inden der hejses flag.

Fællesdag

Mandag er fællesdag for hele centerlejren. Her bidrager hver gruppe med aktivitet, som alle andre spejdere på centret har mulighed for at deltage i. Temaet for fællesdagen er 'cirkus', og hver gruppe bidrager med cirkusaktivitet. Centrets fællesdag slutter om eftermiddagen, hvorefter Region Øresund fejrer De grønne pigespejderes 100-års jubilæum med fællesmad, fest og kage.

Fællesmad

Lørdag og mandag laver regionen mad sammen i friluftkøkkenet.

Kl 16:00 stiller hver gruppe med én leder til at hjælpe med madlavningen. Valby, Strandmark og Grøndal stiller med to ledere.

Hver gruppe skal medbringe en gryde, en stor skål, et rivejern, en dåseåbner, en grydeske, en kartoffelskræller, et skærebræt, en dunk med vand, en stor køkkenkniv og en urtekniv. Husk, I skal kunne genkende jeres egne køkkenting.

Giftig plante

Rundt omkring på Næsbycentrets område findes en plante, der er meget giftig. Den hedder 'vild pastinak', men det er IKKE en pastinak. Den har giftig saft siddende på stilken og på bladene, og man kan få et grimt udslæt og smertefulde væskefyldte blærer på huden hvis man rører den.

Glemmekasse

Region Øresund har vores egen glemmekasse i samlingsteltet.

Gudstjeneste

Mandag kl. 9–10 holder region Øresund gudstjeneste. Den foregår på andagtspladsen syd for søen, og der kommer en spejderpræst og afholder gudstjenesten.

Købmand / indkøbsmuligheder

Næsbycentret har et samarbejde med den lokale Brugs.

Det er muligt at bestille mad ud over de på forhånd planlagte måltider, som lejrteamet står for. Dette kan gøres via en bestillingsseddel til den lokale Brugs, der udleveres af lejrteamet. Der er dag-til-dag-levering på hverdage. Bestiller man mad på ankomstdagen, leveres det først mandag. Har man lørdag eller søndag brug for mad udover de planlagte måltider, skal dette bestilles senest fredag den 5. juli. Kontakt lejrteamet for nærmere info herom.

Ekstra bestillinger er for gruppens egen regning. Aktiviteter, der kræver på forhånd indkøbte madvarer, er også for gruppens egen regning.

Ledercafé

Der er hver aften ledercafé i samlingsteltet ved siden af centerbygningen. Her har alle ledere (+16) på centerlejren mulighed for at komme op og snakke og få et glas øl, vin eller sodavand, og snakke om dagen. Ledercaféen modtager kun kontanter. Det er også tilladt at medbringe drikkevarer/snacks selv.

Ledercaféen åbner kl. 21 og lukker kl. 24

Lederhøjskole

Der vil igen på denne regionslejr blive udbudt lederhøjskole ved Barbara Taubert og Monica Hald Ingerslev. Det vil foregå i samlingsteltet ved siden af centerbygningen og er for alle ledere over 16 år.

Der vil ikke være tilmelding, og moduler vil blive afholdt uanset antal fremmødte.

Der vil være moduler med følgende temaer:

- Inspiration til bestyrelsesmøder
- Inspiration til ledermøder
- Pigeliv og unge
- Medlemsservice og hjemmeside – medbring pc/tablet
- Intro til nye voksne
- Mangfoldighed og rekruttering af frivillige

Der kommer et særskilt program med en oversigt over moduler og tidspunkter.

Madudlevering

Hver dag i specifikke tidsrum kan en spejder fra hver lejrplads komme op til kølerummet i den sydlige ende af centerbygningen og hente mad til næste måltid til gruppen. Tidspunkterne er endnu ikke besluttet, men det får I at vide.

Hver gruppe skal medbringe to kasser* med gruppens navn på, til at få pakket maden i. Ved ankomst til lejren, afleverer I den ene kasse til lejrteamet, og når I henter kassen med mad inden første måltid, afleverer I den tomme kasse, så den kan blive pakket til næste måltid. I får ikke udleveret en kasse med mad, hvis I ikke afleverer en tom kasse retur til os.

*Kassen kan være en Arla mælkekasse, foldekasse eller alternativt en stor pose. Den skal bare kunne holde hele lejren, og kunne tåle vand/fugt.

Madplan

Dette er en oversigt over de planlagte aftensmåltider. I hver enkelt gruppes madkasse tages der højde for allergier og special kost, der er oplyst til os. Det antages at gruppen selv har medbragt salt og peber samt sukker.

I tilfælde af afbrændingsforbud har vi en alternativ – bålfri – madplan.

Der bliver udsendt et dokument inden lejren med alle opskrifterne. **Bemærk** at opskrifterne er til 4 personer og gruppen selv skal gange op. Ingredienserne vil være tilpasset gruppens størrelse.

Dag	Planlagt aftensmad
Lørdag	Pasta og kødsovs – fælles
Søndag	Jambalaya
Mandag	Kylling i karry med ris – fælles
Tirsdag	Gryderet med kartoffelmos
Onsdag	Burger
Torsdag	Pitabrød

Morgenmaden består af følgende:

- Havregryn
- Cornflakes
- Kaffepulver
- Te
- Fuldkornstoastbrød
- Smør
- Ost
- Syltetøj
- Mælk
- Laktosefri mælk
- Laktosefri smør
- Frugt (til hele dagen)

Frokosten består af følgende:

- Rugbrød
- Smør (også laktosefri)
- Makrel i tomat
- Leverpostej
- Hamburgerryg
- Æg
- Agurk
- Tomat
- Spidskål
- Tun
- Figenpålæg
- Mayonnaise
- Løg

Ønsker man andet end det oplyste skal det bestilles for gruppens egen regning, se punktet Købmand/indkøbsmuligheder.

Materialegård

Næsbycentret har en materialegård de kalder "Jagtvejen". Her har de alle de materialer man kan få brug for på en lejr. Både til aktiviteter og hvis man har glemt noget lejrudstyr derhjemme. Det er dog som udgangspunkt gruppens eget ansvar at have materialer med.

I Jagtvejen er der også et "Idéværksted" hvor I kan finde inspiration til flere aktiviteter, frie aktiviteter og hikes.

Der er også computere og printere, samt stikkontakter til at oplade mobiler (medbring eventuelt ladekasse).

Miljøprogram

Næsbycentret er medlem af SCENES netværket (Scout Centres of Excellence for Nature and Environment), som er en række spejdercentre i hele verden, der har forpligtet sig til at arbejde intenst med natur og miljø.

De har derfor udviklet et miljøprogram, man kan deltage i, og til sidst få et mærke.

Miljøprogrammet blev udsendt sammen med aktivitetstilmeldingen. Det kan også findes på næsbycentrets hjemmeside:

http://www.naesbycentret.dk/images/dansk_milj%C3%B8program_ledere.pdf

Pause-aktiviteter

I Jagtvejen har de masser af spændende aktiviteter, I kan gennemføre på egen hånd, hvis dine piger mangler noget at lave. Aktiviteterne er delt i aldersgrupper, så der er noget for alle. Henvend jer i Jagtvejen, så hjælper de jer. Næsfolket ser helst at det kun er ledere eller en seniorspejder, der henvender sig i Jagtvejen.

Privat skov som nabo

Vesterskoven, lige ved siden af centret, er en privat lukket skov. Næsbycentret har tilladelse til at bruge den to gange om ugen til aktiviteter. Man må dermed kun benytte skoven med tilladelse fra Næsfolket.

Rafter

Nærmeste raftegård ligger på den anden side af det læbælte (række af træer), der afgrænser region Øresunds lejrplads mod syd. Bemærk at læbælterne kun må krydses ad de eksisterende stier. Der skal ikke bestilles rafter på forhånd og man må ikke save i rafterne.

Rengøringsplan

Alle deltagende grupper på centerlejren skal tage del i rengøring af bad/toiletter. Der laves en plan over hvornår hvilke grupper skal gøre rent.

Ryge- og alkoholpolitik

Der må kun ryges bag centerbygningen ude af syne for børn. Området bag centerbygningen er et pausested for Næsfolket, så de ser helst ikke at andre ledere på lejren bruger stedet til at hænge ud. For os er det kun et rygested. Alkohol serveres og indtages kun i samlingsteltet til ledercafé, og kun til personer over 18 år. Vi følger korpsets alkoholpolitik, og optræder ikke berusede foran pigerne.

Samaritertjeneste

Vi har ekstra førstehjælpskasser med plaster, bandager, støttebind, tægetænger osv. i samlingsteltet. Har man brug for hjælp i forbindelse med skader, er Helle og Dorthe vores samaritter. Helles nummer er 29 67 75 71 og Dorthes nummer er 26 97 36 24.

Kan I ikke få fat i nogen af dem, kontakter I nogle andre fra lejrateamet.

Skader

Kommer en spejder værre til skade end hvad I selv kan løse, kontakter I lejrteamet og/eller Næsfolket. Er det livstruende, ringer I naturligvis 112 først. Download eventuelt 112-appen eller hjertestarter-appen, så du kan ringe til alarmcentralen via gps, så de kan se, hvor du er.

Slikbod/kiosk

Næsby centrets kiosk kaldes "Biksen" og har åbent to gange dagligt, efter frokost og efter aftensmad.

Der sælges slik, sodavand, lejrmærker, t-shirts, postkort, frimærker, mugs og sporks. Biksen modtager kun kontanter. Der kommer en prisliste senere.

Det er muligt at få indkøb i løbet af lejren noteret, og få en samlet regning til gruppen når lejren slutter.

Smuttedisko

Søndag eftermiddag fra 14-16 afholdes der smuttedisko for de 5-10 årige. Det foregår i samlingsteltet ved centerbygningen. Dresscode: Hvad end du har lyst at have på + glade ansigter.

Telefonnummer

Centrets telefonnummer er 57 64 72 84

Nummeret er kun bemandet i lejrperioden og er bemandet af Næsfolket.

Vand




Der er en udendørs vandhane på gavlen af pigetoilet-bygningen. Der må ikke leges vandkamp eller vaskes op ved vandhanen. Man henter vandet i en dunk eller lignende, og tager det med til sin lejrplads.

Affaldssorteringen – Hvordan gør vi?

På Næsbycentret sorterer vi vores affald. Når det er sorteret ser vi det som en ressource, der skal genbruges. Det foregår 3 steder; på **jeres lejrplads**, **kompostpladsen** ved drengenes toilet og på den **Rådhuspladsen** ved centerbygningen.

Sådan sorterer I på lejren:

Som en del af miljøprogrammet på Næsbycentret skal I lave en miljøstation. Hertil udleveres 6 farvede spande og en sorteringsvejledning. Hver type affald har sin helt egen farve. Vær omhyggelig med sorteringen og kik hellere en ekstra gang. Spandene udleveres rengjorte og skal afleveres i samme stand. I den røde spand skal I bruge en plasticpose.

 <p>Andet organisk affald</p>	<p>Kompost – mørkegrøn spand:</p> <p>Organisk kompost er til uforarbejdede madvarer (kun ting fra planteriget). Det er f.eks. kartoffelskræller, æggeskaller, grøn salat, løgskaller, tomatstykker, agurkestykker, ukogte grøntsager, æble skrog, kaffegrums, teblade, kål og urter.</p>
 <p>Plast til genanvendelse</p>	<p>Plast – gul spand:</p> <p>Plastic posen fra cornflakes, Matadormix poser, drikkedunke, rugbrødsposer, spegepølseopbevaringsbokse, spaghetti poser, salathoved poser, agurkeovertræk, affaldsposen uden indhold, bæreposer og alt andet plastik emballage, der er rent og uden madaffald.</p>
 <p>Glas</p>	<p>Glas – lysegrøn spand:</p> <p>Glas uden låg, ketchup flasker, sennepsglas, sildeglass, drikkeglas, dressingflasker, rødbedeglas og syltetøjsglas m.v. Glassene skal skylles, før de lægges i spanden. Vinflasker skal afleveres i en speciel container på Rådhuspladsen.</p>



Pap - orange spand:

Papkassen fra cornflakes, pap bakken fra rugbrødsposen, karton rester, papkasser, bølgepap, o.s.v. Det er vigtigt at pappet er rent og ikke er plastbelagt. Mælkekartoner, juice kartoner, Rynkeby saftkartoner m.v. er **IKKE** pap, men skal i dagrenovation - og skal mases helt flade inden de kommer i affaldscontaineren. Når I tænder op til bål, ser vi meget gerne, at I benytter papir/pap til optænding.

Papir - orange spand:

Aviser, ugeblade, breve, kuverter m.v. Det er vigtigt at papiret ikke er snavset, vådt eller fedtet. På Rådhuspladsen skal pap og papir deles i 2 containere.



Jern og Metal - grå spand:

Torskerognsdåser, makreldåser, sølvpapir, låg fra ketchup flasker og syltetøjsglas, aluminiumsbakker, leverpostej bakker, konservesdåser fra frugt, flåede tomater m.v, sodavandsdåser, ødelagte teltstænger o.s.v. Det er vigtigt at I **skylder dåserne rene for madrester eller brænder dem** af i bålet, for at metalbeholderen ikke bliver levende i sommervarmen. Dåserne kan trykkes helt flade før de kommes i beholderen, så de ikke fylder så meget.



Restaffald - rød spand:

Spanden er til alt det affald, der ikke tilhører nogle af de øvrige affaldstyper. Forsøg at mase og presse affaldet sammen så meget som overhovedet muligt. Hold den røde spand ren og pæn. Vask den ofte. **Alle madrester skal også i restaffald.**



Batterier:

Batterier er miljøfarligt affald og skal altid indsamles og afleveres til staben i Jagtvejen.

Kort over Næsbycentret



Lejrsang

tekst: Regitze Viborg

melodi: 'Giv os lyset tilbage'

1. Sommeren er kommet og vi er parat
til lejr, vi' sammen igen
vi skal i Øresund huske på
en fremmed, det er blot en kommende ven
som du husker når du ta'r hjem
// Nu, her, knytter vi bånd
i ægte spejder-fællesånd
tørklædet bundet og støvlerne på
kom lad os gå alle sammen, store og små
2. Korpset har rundet de hundrede år
Godt, at de ikke gav op
generationer har gang på gang vist
at man som spejder kan fejle i flok
og i fællesskab gå amok
// Du er modig og fri
og sådan opstår en nice energi
verden står åben for alle der tør
lad os nu vise dem alle, hvad fællesskab gør
3. Har du nu husket din fjällräven-hat
når du skal ud på en hike?
spejderens ry er at være beredt
vi knytter bånd, og det er da for sejt
dette modige pigespejd
// Vi vil klatre i træer
og bage snobrød i alle slags vejr
fældet er træet og popcornet brændt
Sådan er livet for Øresunds pigespejd
4. Ingen kan alting men alle kan nog't
det ser vi i alt hvad vi gør
når vi står sammen så flytter vi os
husk nu vi alle er piger der tør
vi er fremtidens ambassadør'
// Vi kan løfte i flok
Helt uden tøven vi når det jo nok
bygger en verden med rafter og smil
Piger er seje fordi vi kan alt, hvad vi vil

