

Djuprämmens rutiner i korthet

Följande häfte innehåller en del rutiner och regler på kollo, både för deltagare och personal. Det är verkligen viktigt att alla förhåller sig lika till följande rutiner och att alla känner till de.

Blir du osäker är det bättre att fråga än att gissa och hitta på eget. Rutinerna kan även komma att ändras och då kommer den informationen lyftas fram på möten.

Innehåll

Djuprämmens rutiner i korthet	1
Morgonrutiner.....	4
Väckning	4
Post.....	4
Medicin.....	4
Ansvarsområden för ledare.....	4
Kvällsrutiner.....	5
Fjäder dag 1-3.....	5
Fjäder dag 4-13.....	5
Info om morgondagen.....	5
Fika	5
Lägningsrutiner.....	5
Medicin.....	6
Tyst och släckt	6
Rollen som jour.....	6
Kvällsdisk	6
Måltider	6
Info om info	6
Positioner	7
Checkups	7
Bad.....	7
Organisation vid bad	7
Badregler	7
Övriga punkter som missas ofta.....	8
Filmdator	8
Ledardatorer.....	8
Paddor	8
Musik	8
Väglad deltagare efter aktivitet.....	8
Blöta kläder	8
Saker som går sönder	8
Saker som behöver köpas in.....	8
Inventering av kontor	9
Vattenflaska.....	9
Vart deltagare inte får springa	9

Regler som gäller ledare.....	9
-------------------------------	---

Morgonrutiner

Väckning

De två väckningspersonerna ses i matsalen 07.50 för att prata ihop sig. En av dem är kvar i matsalen och inväntar ungdomarna, den andre går upp till övervåningen. Personen i matsalen sitter på ettan, dvs stolen närmast salladsbuffen på raden närmast biblioteket. Dessa kan sedan byta av varandra efter behov.

Den på övervåningen väcker jousen så denne kan bli avlöst och ta sin sovmorgon. Därefter vid kl 08.00 så sätter man på musik från den förgjorda spellistan för den dagen. Tänk på att ha en lagom volym. Musiken spelas i ca 10 minuter.

Se till att du har koll på vilka deltagare som ska ha medicin då ni är ansvariga för att dela ut medicin under morgonen. Byter ni av varandra så måste ni förmedla vilka deltagare som har eller inte har fått medicin.

Deltagarna kommer börja vakna allt eftersom. De får välja i vilken ordning de vill äta frukost, städa, duscha, borsta tänder osv. De har mellan 08.00 och 10.00 på sig att bli klara med allt och sitta på verandan. Klockan 09.00 sätter du på musik igen från samma lista i ungefär 10 min. Denna gång går du runt och knackar på rummen där det fortfarande sover deltagare och ser till att de vaknar till och kommer igång.

Klockan 10.00 ska alla deltagare ha gått förbi tavlan, satt sin lapp på måltid och suttit sig på verandan. De ska även vara klara och godkända på sina stödområden.

Post

Väckningspersonen skall också dela ut post på morgonen. Om det finns någon ligger den i brevlådan märkt "Djupis" mittemot Djuprämmsens föreståndarkontor.

Medicin

Varje gård har sina egna rutiner. På Djuprämman är det väckningspersonalen som ger morgonmedicinen varje dag och på kvällen är det jousen som är ansvarig för kvällsmedicinen. Har en deltagare en medicin som ska ges vid en mer udda tid mitt på dagen så är detta en del av dagordningen på checkups att bestämma vem som ansvarar för medicinen just den dagen. Varje gång man ger ut medicin så skriver den ledare som gett ut medicinen sina initialer vid den tid och datum medicinen getts ut

Vi doserar ALDRIG medicin. Vi får inte under några omständigheter ta ut medicin ur dosetten och ge direkt till en deltagare eller göra en bedömning av hur mycket av en medicin deltagaren får ta, detta för att vi inte är kvalificerad vårdpersonal och det går långt utöver vårt ansvar. Föräldrarna har redan doserat i en dosett och är genom det ansvariga för att deras barn tar rätt mängd medicin varje dag

Ansvarsområden för ledare

Varje morgon finns det tilldelade morgonroller. Har man en morgonroll är man i tjänst från 08.00 Dessa är som följer:

Väckningspersoner: Ansvariga för väckningen av deltagarna samt att närvara i matsalen under början av frukosten.

Städperson: Ansvarig för att städa gemensamma utrymmen i Stora huset. Dvs, de två toaletterna på nedervåningen vid duschutrymmet, ledarkorridorerna och biblioteket.

Förrådsansvarig samt städgeneral: Ansvarig för att gå igenom alla förråd och notera om något saknas eller börjar ta slut, sammanföra detta i en lista som lämnas till föreståndaren. Se till att förråden ser snygga ut. Ska även hämta eventuella deltagarkläder som legat i torkrummet under natten. Även ansvarig för att kontrollera och godkänna deltagarnas stödområden.

Kontor: Ledare som är i behov av planeringstid och har två timmar på morgonen att planera vad det nu kan vara.

Övrig personal som inte har en morgonroll är i tjänst från kl 08.30, och då har man duschat osv. Åter man frukost efter 08.30 gör man detta med deltagarna. Hjälptill och byta av de ledare som haft morgonroller ifall de behöver få tid att äta eller annat.

Kvällsrutiner

19.30 – 21.30 Aktiviteter

21.30 – 22.00 Fjädern

22.00 – 22.40 Info om morgondagen + kvällis

22.40 – 23.00 Alla deltagare på övervåningen, tandborstning, toa, dusch osv.

23.00 – Tyst och släckt på rummen.

Fjäder dag 1-3

Varje kväll avrundas med fjädern, som är en aktivitet som innebär att man skickar runt en fjäder i en cirkel och det bara är personen som håller i fjädern som får prata och dela med sig av sina tankar. Fjädern är ca 21.30 varje kväll. De första tre kvällarna görs detta i respektive faddergrupp ute på lägerbålsplatserna.

Fjäder dag 4-13

Dag 4 har vi en sammanslagning och således kommer alla fjädrar därefter hållas i helgrupp. Det gör vi i lekhallen

Info om morgondagen

Efter fjädern så får den ledaren med bäst koll ge en kort info om morgondagen och om det är något särskilt som händer.

Fika

När deltagarna fått info om morgondagen är det kvällsfika. De första tre kvällarna är detta ute på lägerbålsplatserna, och från och med dag 4 är det i lekhallen. Deltagarna har möjlighet att hänga kvar i lekhallen, äta en kvällsmacka och dricka te och få socialisera lite. Deltagarna ansvarar själva för att lekhallen ser ren och fin ut innan de går och lägger sig.

Läggningsrutiner

Deltagarna har egentligen hela kvällen på sig att planera sin tid. Vill man till exempel inte vara med på fjädern kan man gå och lägga sig direkt. De får gå från fikaten när de vill för att börja göra sig i ordning och här handlar det om att vägleda dem till att planera sin tid. Allra senast 22.40 ska lekhallen vara tom. (De första tre kvällarna ska den vara tom 22.30.) På övervåningen hänger vi inte,

utan då gör man sina kvällsbehov och går in på rummet. Jouren är ständigt närvarande på övervåningen från att första deltagare lägger sig.

Medicin

Varje gård har sina egna rutiner. På Djuprämnen är det väckningspersonalen som ger morgonmedicinen varje dag och på kvällen är det jouren som är ansvarig för kvällsmedicinen. Har en deltagare en medicin som ska ges vid en mer specifik tid under dagen så är detta en del av dagordningen på checkups att bestämma vem som ansvarar för medicinen just den dagen. Varje gång man ger ut medicin så skriver den ledare som gett ut medicinen sina initialer vid den tid och datum medicinen getts ut på vår medicinlista.

OBS: Vi doserar ALDRIG medicin. Vi får inte under några omständigheter ta ut medicin ur dosetten och ge direkt till en deltagare eller göra en bedömning av hur mycket av en medicin deltagaren får ta, detta för att vi inte är kvalificerad vårdpersonal och det går långt utöver vårt ansvar. Föräldrarna har redan doserat i en dosett och är genom det ansvariga för att deras barn tar rätt mängd medicin varje dag

Tyst och släckt

23.00 är det tyst och släckt. Det innebär att alla deltagare är inne på sina rum, taklampan när släckt och man inte låter ut i korridoren eller till andra rum. På Djuprämnen tillåter vi deltagarna sitta uppe och viska om de nu vill de, men med betoningen på att då måste alla i rummet vara okej med det och vill någon sova ska de få det, annars kommer de behöva vara helt tysta 23.00. De ska också inte störa andra rum.

Rollen som jour

Jouren sover på soffan i Övre chill och finns som en trygghet för deltagarna ifall det är något som sker på natten. Jouren är även ansvarig för medicinutdelning på kvällen. Oftast brukar jouren passa på att under fjädern duscha, borsta tänder osv så man är klar till att deltagarna börjar komma upp. Därefter är man närvarande på övervåningen och coachar deltagare att dels vara lugna, dels planera sin tid.

När deltagarna har gått och lagt sig, alltså efter 23.00, så bäddar man soffan där man ska sova. Gör inte detta innan dess då signalvärdet lätt blir att du vill gå och lägga dig och att deltagarna inte ska störa. Är det så att någon deltagare av någon anledning inte kan sova på sitt rum så kan de få sova på den andra soffan, men i första hand försök vägleda dom att sova i sitt rum.

Jouren är även ansvarig för att söka igenom övervåningen samt vinden i händelse av brandlarm. Först deltagarrummen på övervåningen och sedan vinden. Vindsnyckel finns i linneförrådet.

Kvällsdisk

Efter kvällsfikat så diskar en ledare kvällsdiskan. Vem som gör detta bestäms vid varje middagscheckup. Detta gör man i kökets diskrum.

Måltider

Info om info

Vid varje måltid finns det ett info, även kallat ett "pling" då det kännetecknas av att man plingar i en klocka på verandan. Vid varje info ska alla deltagare sitta på verandan och ha sin lapp på måltid. Den övriga tiden så får de välja vad de vill göra av sin tid. Till exempel kan man välja att hänga på gården fram till plinget och äta först efter infot, alternativt komma dit, äta en portion, gå iväg och hänga för att sedan komma tillbaka när det är dags för info. Återigen handlar det om att vägleda dom att lyckas med sin tidsplanering.

Positioner

När det är dags för måltid så har vi alltid ledare på förutbestämda platser. En ledare sitter på "ettan" utomhus, dvs platsen på verandan närmast trappan, så denne kan se ut över både gården och verandan. Nästa ledare står inne i matsalen och coachar för att hålla ljudvolymen nere. Den tredje ledaren som ansluter sätter sig på "tvåan" vilket är bänken längst ner på verandan, närmast dörren till matsalen. På så sätt har vi en överblick över hela matsituationen.

Viktigt att vara medveten om vid måltider

- Det ska vara en lugn och trivsamt miljö så att alla kan äta i lugn och ro. Med det sagt ska man inte gå runt och skälla på deltagarna så det är knäpptyst, utan vägleda dom att samtala i lagom ton och att det inte blir lek och knas på verandan eller i matsalen.
- Som ledare behöver du vara uppmärksam på avvikande beteenden, till exempel deltagare som inte äter, äter väldigt lite eller bara tar sallad. Detta för att fånga upp om det finns en matproblematik eller annat i tidigt skede för att förebygga att det går flera dagar där en deltagare inte får i sig tillräckligt med mat.
- Även om du äter på verandan så jobbar du fortfarande. Lyft blicken och var aktiv både i socialiseringen med deltagarna men också i att scanna av vad som händer runt omkring.

Checkups

Vid varje måltid så finns det en checkup på en utsatt tid, och sedan även ett kvällsmöte. Tiderna är som följer:

Frukost mellan 08.00 - 10.00, **Checkup:** 09.30.

Lunch mellan 13.00-14.00, **Checkup:** 13.30.

Middag mellan 18.30 – 19.15, **Checkup:** 18.45

Kvällsmöte ca 22.25.

Bad

Organisation vid bad

Det finns alltid minst två ledare med vid badaktivitet, oavsett antal barn som badar. En ledare som står i land vid vår badtavla samt en ledare som står ute på bryggan. Det är ledaren som står vid tavlan som ska kunna utföra livräddning om det finns behov. Det är denna ledaren som är 1:a vid badet och bestämmer. Om det är 20 deltagare eller färre som badar ska det finnas en ledare på bryggan och en ledare vid badtavlan. Ledare på bryggan räknar antalet deltagare i badet och rapporterar in detta till 1:an vid tavlan. Om rapporteringen sker via tecken eller rop är upp till 1:an. Den som räknar på badet ska inte interagera med deltagarna, fotografera eller skoja utan bara fokusera på att ha koll vid badet och markera om deltagare inte följer reglerna. Då ska ledaren samtala med deltagaren om vad den gör fel och varför det är ett problem. Om det är över 20 deltagare vid bad ska det finnas 3 ledare. Den tredje ledaren kan ha en flytande roll, stötta med flytvästar om det är många som ska ha på sig flytväst, hjälpa till att räkna antalet deltagare i vattnet (då rapporterar 3:an det till 2:an på bryggan, inte direkt till 1:an). 3:an kan även fotografera om det finns tillfälle för det

Badregler

- Vi dyker bara vid dykbryggan (där vi dyker från vattenstudsmattan eller från kortsidan på bryggan).

- Vi voltar inte, det finns andra roliga sätt att hoppa i vattnet
- Vi simmar inte under bryggan, bananbåten eller vattenstudsmattorna
- Vi går på bryggan. Vi springer inte för då finns risken att halka och slå sig. Vi knuffar heller inte i våra kompisar i vattnet.
- Hoppa i brevid dina kompisar så du inte hoppar på någon
- Vi hoppar och simmar mellan vattenstudsmattan och bryggan
- Kom ihåg att hänga upp din flytväst och knäpp fast den om du har lånat en
- Vi kan vara ett obegränsat antal på vattenstudsmattan, men tänk på att ha hänsyn till varandra. Ligger folk och solar så kanske man inte behöver klättra upp och börja springa i cirklar på studsmattan.

Övriga punkter som missas ofta

Filmdator

Det är endast filmdatorn som får lämna kontoret. Deltagarna får inte under några omständigheter använda denna. Lösenordet till alla våra datorer är utepedagogik!

Ledardatorer

Dessa får aldrig under några omständigheter lämna kontoret. Lösenordet till alla våra datorer är ”utepedagogik!”

Paddor för att spela musik

Får endast användas av ledare. Ska finnas en i linneförrådet på övervåningen och en i musikstudion. Vill man spela musik ute på gården via en högtalare gör man det med paddor från studion. Deltagarna får ALDRIG använda paddorna. Paddorna ska aldrig ligga framme utan uppsyn. Lösenordet är ”2015”

Musik

Till skillnad från Udden och Akka spelar vi på Djuprämmen ibland låtar som är märkta ”explicit”, men det kräver också sunt förnuft. Spela inte låtar som anspelar på sexism, innehåller kränkande ord eller behandlar ämnen som vi inte står för som företag. Det leder oftare än vad man tror till konflikter när deltagare blir arga för att någon kanske sjungit med i en låt som tolkades rasistisk, eller att någon deltagare vill spela en låt som glorifierar en livsstil som inte är i linje med vår värdegrund.

Vägled deltagare efter aktivitet

Berätta alltid efter en aktivitet vad de förväntas göra efter. Ta med vattenflaskan, material, ombyte eller vad det nu kan vara och GÅ till tavlan, där de kan flytta lappen till ombyte/ny aktivitet.

Blöta kläder

Ska alltid hängas utomhus eller på våra galgar vid kiosken. Detta måste coachas och kontrolleras. Förklara blöta-kläderbacken nedanför ungdomstrappen för ditt rum vid inkvarteringen.

Saker som går sönder

Ska rapporteras och mailas in till föreståndaren. Detta kan oftast lagas av deltagare tillsammans med en ledare. Eller köpas in nya

Saker som behöver köpas in

Saknar du något, maila föreståndaren ett förslag på inköp

Inventering av kontor

Det är ert ansvar som ledare att informera om något saknas på kontoret och vad som behövs fyllas på eftersom det är ni som använder materialet.

Vattenflaska

Deltagare ska ALLTID ha med sig vattenflaskan. Det är biljetten till samtliga aktiviteter. Uppmuntra vid varje tillfälle du kan deltagarna till att dricka mer vätska.

Vart deltagare inte får springa

De får inte springa in i husen eller inne i husen.

De får inte springa till maten. Vi vill ha lugn och ro vid maten så vi springer inte dit.

De får inte springa mot någon tavla. Vid aktivitetstavlan går gränsen längs med stenplattorna.

De får inte springa till badet. Det är brant nerförsläp och kan bli halt, samt att det kan bli tävling där störst går först för att hinna till aktiviteter såsom bananbåt.

Regler som gäller ledare

Precis som deltagarna får ledare INTE ha sin mobil i verksamheten, om det inte finns särskilda skäl och detta har stämts av med föreståndaren.

Får inte ha solglasögon om det inte är av medicinska skäl eller vid kvällsbad pga, låg sol, detta pga att det blir avskärmande gentemot deltagarna.

Det som deltagarna inte får ha kan ni inte ha i verksamheten öppet (Nocco, snus, godis, chips osv.) Ska ni sedan slänga detta får ni bara göra det i soptunnor som deltagarna inte använder.

Badar ni med deltagarna gör ni det i täckande badkläder = Badshorts och tshirt.

Ska ni låna en yta som tillhör verksamheten på er lediga tid MÅSTE ni få ett OK av en föreståndare.

Ni ska aldrig springa om det inte är en lek = ni upplevs stressade

Ni bör verkligen fundera på om ni behöver höja er röst eller skrika. Undvik!