

Uddens 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

Bad	3
Organisation vid bad	3
Badregler	3
Kvällsrutiner Dag 4-12	4
Jour	4
Godis	4
Fika	4
Film/Serie och spelhäng på kvällen	4
Fjäder 1-3, 4-12 och dag 13	5
Info om morgondag – släpp	5
Tandborstning	5
Läggning	5
Medicin	5
Tyst och släkt	5
Vad gäller på rummet.....	5
Disk	5
Morgonrutiner	6
Väckning	6
Post.....	6
Medicin	6
Ansvarsområden (Städ).....	6
Måltider.....	6
Släpp	6
Positioner	6
Info.....	6
Check-up	7
Övriga punkter som missas ofta.....	7
Filmdator.....	7
Ledardator	7
Ipad	7
Musik	7
Kameror	7
Flottbygge (Plocka undan).....	7
Vägled deltagare efter aktivitet.....	7
Blöta kläder.....	7
Saker som går sönder.....	7
Saker som behövs köpas in.....	7
Inventering av kontor.....	8
Vart deltagarna inte får vara	8
Vart deltagarna inte får springa.....	8
Vart deltagarna inte ska skrika.....	8
Regler som gäller som ledare.....	8

Bad

Organisation vid bad

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 som 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

Allmänt om badet:

- 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, uppblåsbara tornet 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 bredvid dina kompisar så du inte hoppar på någon
- Vi hoppar och simmar mellan vattenstudsmattan och bryggan
- Vi har bara med oss badkläder och flytvästar ut på bryggan. Resten lämnas på land
- Är vi över 30 som badar samtidigt så måste alla ha flytväst
- Kom ihåg att hänga upp din flytväst och knäpp fast den om du har lånat en

Vattenstudsmattan:

- Det får hoppa max 1 person på vattenstudsmattan och max 10 som chillar (en ligger eller sitter ner). Vi knuffar inte i varandra från studsmattan
- Hoppa går före chill
- Vi hjälps åt att snurra stegen på vattenstudsmattan rätt, så att den syns från bryggan
- Vi har alltid på oss flytväst på studsmattan, det är roligast så.

Badpyramiden

- Vi har alltid på oss flytväst när vi badar vid badpyramiden.
- Ska du hoppa ut från pyramiden så gör du det på sidan mot vattenstudsmattan
- Vi åker max 1 i taget från vattenrutschkanan, då sätter vi oss ner och åker ner på rumpan, med fötterna först, vi hoppar inte ner på rutschkanan.
- Vi klättrar upp på vänster sida om vattenrutschkanan - närmast bryggan
- Vi puttats inte på pyramiden
- Vi klättrar inte innanför/under pyramiden
- Vi simmar framför badpyramiden när vi ska komma till sidan där vi får klättra upp
- Vi klättrar inte upp på baksidan av badpyramiden utan bara till vänster om sliden
- Den som hoppar har ansvaret för att inte hoppa på någon
- Den som väntar i vattnet på att klättra upp måste vänta till personen före har tagit tag i de färgade handtagen

Kvällsrutiner Dag 4-12

17.30 – 19.45	Gårdshäng + aktiviteter
19.45 - 20.30	Mys med fika och fjäder
20.30 - 20.45	Tandborstning
20.45 – 21.10	Kvällstolett och ombyte för övervåningen
21.10 – 22.00	Film och mys i övre chill för övervåningen
20.45 – 21.40	Film och mys i DC för undervåningen
21.40 – 22.00	Kvällstolett och ombyte för undervåningen
22.00 – 22.15	Alla ska vara på rummet och varva ner.
22.15	Tyst och släckt
22.15 – 23.00	Reflektion och utvärdering av dagen

Jour

Inför sin första jour behöver ledaren som ska sova få en genomgång av föreståndaren. Där går brandrutiner, medicinrutiner, bakjour och annat igenom. Det viktigaste som Jour är att skapa trygghet för deltagarna och finnas tillgänglig under natten. När en sover jour är det okej att ha sin privata telefon med sig, men inte använda den, under några omständigheter, med deltagare eller i arenor där deltagarna är. Detta bla. eftersom de deltagare som är oroliga under natten tenderar att vilja ringa hem, och kommer ha svårt att sortera på att du som ledare inte kan ge de den möjligheten. Om en situation uppstår under natten som Jouren är tveksam på hur den ska hantera eller känner att föreståndaren behöver kopplas in under natten ringer Jouren till föreståndaren som då kommer bistå.

Godis

Deltagarna får äta sitt godis efter middag tills efter fikaten. Deltagarna får även äta det godis de haft med sig hemifrån så länge det inte är chips eller innehåller nötter. Kontrollera det godis som inte är från kiosken. Om en deltagare har fått stora volymer godis hemifrån så fråga om vi ska förvara godiset så att deltagaren inte äter allt på en gång, eller att kompisar anser att de ska ha av godiset.

Fika

Enligt upphandling måste vi ALLTID erbjuda kvällsfika (och mellis). Därför får aldrig detta hoppas över. Fikat sker antingen vid lägerbålsplatsen följt av fjäder eller i tältet, följt av fjäder. Viktigt att detta blir en lugn och trevlig stund, med inramning. Använd gärna deltagare för att skapa en ordentlig inramning på aktiviteten. Deltagarna ansvarar själva för att snygga till efter sig och lägga disk i diskback.

Film/Serie och spelhäng på kvällen

Film visar vi i DC för de som bor på undervåningen och i övre chill för de som bor på övervåningen. Tanken är att deltagarna som vill ha lugn och ro, och passivt få komma ner i varv inför kvällen. Viktigt att det är lugnt. Viktigt att använda film datorn för filmvisning i DC och den bärbara projektorn i Övre chill. I DC måste man stänga av både mixerbord och strömbrytaren för projektor och ljud efter sig. Datorn får aldrig lämnas kvar där, lika så projektorn på övervåningen. Viktigt att släppet från film blir lugnt. Om filmen inte kollas klart notera vart i filmen deltagarna är på en lapp och lägg i fodralet/fäst på projektorn. Skriv även datum och namn på din lapp. Det går inte själv att välja film/serie utan detta sker i samråd med föreståndare.

Under kvällshänget är det även viktigt att de deltagarna som behöver komma ner i varv genom aktivitet får möjlighet till det, utan att störa andra. Förslagsvis med spel eller genom att småsnacka.

Fjäder 1-3, 4-12 och dag 13

Dag 1-3 hålls fjädern i respektive faddergrupp. Dag 4-12 hålls den antingen vid SLBP eller tältet. Dag 13 är det gemensamt för alla och föreståndaren håller fjädern. Inled fjädern med att kort berätta om dagen, berätta sedan att ”precis som vanligt är den som håller fjädern som pratar, vi andra är tysta och lyssnar, vill man inte säga något är det helt okej att bara skicka vidare fjädern”. Beroende på dag och barngrupp kan en ibland behöva berätta syftet med fjädern. Skicka sedan fjädern det håll som du tror sätter bäst standard från början. Dvs. mot de som brukar prata och pratar bra.

Info om morgondag – släpp

Efter fjädern är det viktigt att kort berätta viktiga grejer om morgondagen, ex. om frukost, städ, några aktiviteter som vi VET kommer ske (lova aldrig något). Det kan också vara bra att förbereda deltagarna på om vädret avviker. Berätta sedan vem som sover Jour och vad de behöver göra fram tills de lagt sig. Viktigt att sedan inte släppa alla deltagare samtidigt. Skicka alltid en ledare först och förklara för deltagarna att du vill att de ”GÅR till tavlan, flyttar sin lapp, gör sig redo för att lägga sig. Tänk på ljudvolymen”.

Tandborstning

Sker antingen vid vaskarna, i hallen, alternativt ute vid det höga gräset. Det är inte okej att gå runt mot fönsterna och borsta tänderna, eller sitta i gungorna. De ska alltid spotta i det höga gräset, inte på plattorna eller på gräset. Vi sköljer bara av tandborste under vasken. Coacha så många som möjligt att borsta ute.

Läggning

Vid läggningen är det viktigt att deltagarna kommer ner i varv, exempel på aktivitet kan då vara ljudbok eller högläsning, om deltagarna vill. Viktigt att alltid knacka och invänta att få gå in på rummen tills deltagarna okat det.

Medicin

Extremt viktigt att aldrig ta medicinsvaret om en är osäker! När vi ansvarar för deltagarnas medicin får vi inte misslyckas, vi ska vara 100% över hela sommaren. Jätteviktigt att ha koll på när deltagarna ska ha sin medicin och hur de tar den. Vi får aldrig ta ut en tablett från dosetten. Vi ger dosetten till deltagaren som sedan tar ut sin medicin. Vi svarar aldrig på frågor vilken tablett de ska ta. Vi kan svara på vilken dag det är. När medicinen har gets ut måste ledaren signera på medicinlistan.

Om medicin ges ut från vår medicinlista (Resorb, Iprex, Alvedon, Kestine osv.) måste detta noteras på medicinlistan.

Tyst och släkt

22.15 ska det vara tyst och släkt på rummen. Detta så alla får en chans att sova och vila. Viktigt att detta efterlevs och att vi stöttar så att de lyckas. Efter 22.15 får deltagarna inte gå ut ur huset, de får inte vara i varandras sängar. Detta måste de få information om. Detta är pga brandsäkerhet.

Vad gäller på rummet

Deltagarna får inte under några omständigheter vara på varandras rum.

Vi ledare får inte gå in på rummen när deltagarna är där om det inte är okej för de. **Vi knackar alltid först.**

På kvällen strävar vi efter att deltagarna vill ha oss ledare på rummet för att de tycker det är mysigt. Detta bygger på att vi är bra på att bygga relationer.

Disk

Kvällsdisk kan vi inte börja med före 21.30. Det finns lathundar i diskrummet med vad som gäller MEN en ledare som inte kan disken får aldrig diska själv, utan ska ha med sig någon som kan disken för att lära sig.

Morgonrutiner

Väckning

Väckningen ska gå lugnt till. Starta lugn musik kl 08.00 (det gör jouren). Musiken ska sedan spelas fram till 08:25. Samtidigt går ledarna och knackar på dörrarna och ser till att varje deltagare har vaknat. 08:25 ska alla deltagare ha lämnat huset och börjat gå mot frukosten. Detta så alla hinner till infot 08.30 OBS. försök få deltagarna att droppa in till frukosten, men att de är där senast 08.30, det blir bara stress och kö om alla kommer samtidigt.

Viktigt att bemöta deltagarna i den energin de befinner sig i inte i den energin du befinner dig i.

Post

Posten ges ut på morgonen av de som väcker, antingen innan eller efter frukost. Detta görs diskret så att de som inte får post känner att ”alla får utom jag”. Leta upp personen som ska ha brevet och ge det till personen. Om det är paket är det viktigt att berätta att om det är godis osv. att du som ledare får kolla på det så det inte innehåller nötter.

Medicin

Extremt viktigt att aldrig ta medicinsansvaret om en är osäker! När vi ansvarar för deltagarnas medicin får vi inte misslyckas, vi ska vara 100% över hela sommaren. Jätteviktigt att ha koll på när deltagarna ska ha sin medicin och hur de tar den. Vi får aldrig ta ut en tablett från dosetten. Vi ger dosetten till deltagaren som sedan tar ut sin medicin. Vi svarar aldrig på frågor vilken tablett de ska ta. Vi kan svara på vilken dag det är. När medicinen har gets ut måste ledaren signera på medicinlistan.

Om medicin ges ut från vår medicinlista (Resorb, Ipren, Alvedon, Kestine osv.) måste detta noteras på medicinlistan.

Ansvarsområden (Städ)

När vi coachar ansvarsområden är det viktigt att vi inte coachar saker som inte står med. Dvs. står det inte att de ska moppa golvet, så coachar vi inte detta. Vill deltagarna ändå göra det är det helt okej. Men det är det som står på ansvarsområdeslapparna som gäller. Coacha även med energi. Den som godkänner områdena måste tänka på vems område det är, så att anpassningar görs och att det inte blir ett misslyckande. Ett städområde som inte blir godkänt är ett ledarproblem, inte ett deltagarproblem.

Måltider

Släpp

Viktigt att inte släppa alla deltagare från alla aktiviteter samtidigt. Om det är så att alla kommer samtidigt så låt deltagarna gå. Fånga upp detta på infot sedan och prata om att alla inte behöver gå samtidigt, då blir det bara kö.

Det ska alltid finnas minst 1 ledare på matverandan och alltid 1 ledare som är sist från gården. Viktigt att den ledaren som är sist har koll på att alla deltagare gått till maten

Positioner

Den första positionen att täcka är matverandan. Denna position sitter vid dörren till matsalen. Viktigt att ha koll på skor och energi. Nästa ledare, som ska komma relativt omgående, täcker inne i matsalen och coachar så deltagarna inte spiller och att det är lugnt när de tar mat. Ledare 3 och 4 ansluter och stöttar deltagarna. Viktigt att kommunicera vid maten.

Info

Infot är ett ypperligt tillfälle att synas och höras som ledare. Ta chansen! Deltagarna ska inte äta, dricka eller prata under infot, det är alla som är på verandans ansvar att detta efterlevs.

Check-up

Under frukost sker check-up innan deltagarna blir väckta, men under lunch och middag har vi check-up 15 min in på måltiden. Under Check-upen är det otroligt viktigt att alla är fokuserade och har en plan för vad de behöver lyfta. På 15 min behöver vi gå igenom så att all personal är uppdaterade med hur alla deltagare mår, vad alla ska göra efter check-up och om det är något annat arbetsgruppen behöver vara medveten om. På mötet fokuserar vi primärt på det som inte har fungerat, antingen i deltagargrupp eller i arbetsgrupp. Det kan medföra att vissa upplever check-upen som negativ. Anledningen att fokus ligger på det som inte fungerar är att det är det vi behöver förändra. Det som fungerar, eller de deltagare som mår bra behöver inte få den tiden där och då. Våra kvällsmöten däremot kan fokusera mycket mer på det som fungerat, lärdomar och tankar.

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 utepedagogikl

Ledardator

Får aldrig under några omständigheter lämna kontoret. Lösenordet till alla våra datorer är utepedagogikl

Ipad

Får endast användas av ledare. Deltagarna får ALDRIG använda ipaden. Ipaden ska aldrig ligga framme. Lösenordet är 2019

Musik

Vi spelar aldrig musik som är märkt "explicit". Detta gäller även karaoke och just dance

Kameror

Fotografera endast deltagare som vill vara på bild. Vänd aldrig kameran på högkant. Filma max 1 min. Varje kväll ska minneskortet läggas i plastfickan märkt "fulla" även om de inte är helt fulla. Kamerorna sätts sedan på laddning. Batterierna behöver ni aldrig ta ut. Minneskortet kräver ingen kraft att sätta i, använd aldrig våld.

Flottbygge (Plocka undan)

Vi ska alltid avsluta aktiviteterna med att plocka undan. Detta gäller även flottbygge. Om flotten inte är klar är det ledarens ansvar att se till att fortsatt flottbygge planeras in och att kommunicera vilka deltagare som varit med. Alla deltagare som deltagit i flottbygge hjälper till att plocka undan. Flottrepen ska hängas på tork. Använd inte sisal.

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 på verandorna. Detta måste coachas och kontrolleras.

Förklara blöta-kläderbacken för ditt rum vid inkvartering

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 behövs köpas in

Saknar du något, maila föreståndaren ett förslag på inköp.

Inventering av kontor

Det är ert ansvar att informera om något saknas på kontoret och vad som behövs fyllas på.

Vart deltagarna inte får vara

Deltagarna får under INGA omständigheter vara i ledarutrymmen. Dvs. Djuprämmenhuset (ledarverandan), stugorna eller innanför markering på kontoret. Undvik i största möjliga mån att ha deltagare på kontoret. Föreståndaren tar ibland in deltagare, men då är det för att hen inte behöver ringa vårdnadshavare vid det tillfället.

Vart deltagarna 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 in till tältet – detta för att det är lätt att snubbla och om många springer mot öppningen kan någon skadas.

De får inte springa mot någon tavla. Dvs. sista ca. 5-7 meterna ska de gå till tavlan – om 30 deltagare springer mot tavlan kommer de längst fram knuffas in i tavlan.

De får inte springa till badet. Det är brant nerförsbacke och kan bli halt. Det är inga problem att springa från badet (sen får de inte springa på bryggan)

Inte springa på stigen till/från LLBP

Vart deltagarna inte ska skrika

Inne i huset, vid paddling/bananbåt/bad eller vid maten

Regler som gäller som ledare

Får inte ha solglasögon om det inte är av medicinska skäl eller vid kvällsbad pga, låg sol

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 flytväst.

Ska ni låna en yta som tillhör verksamheten MÅSTE det okas av en föreståndare.

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

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