



## Patruljehaik

ALLTID BEREDT

### Informasjon til patruljen:

En patruljehaik er en overnattingstur hvor en patrulje drar på tur alene.

Dette kan være en tur for patruljen alene, uten kontrollposter og innblanding utenfra dersom speidere og ledere er trygge på at speiderne klarer seg selv.

Alternativt så kan leder være tilgjengelig i området og hjelpe til ved behov. Dette tilpasses hver enkelt haik og kan variere for hver patrulje.

En haik skal være en fin opplevelse for hele patruljen, med god tid og varm mat som viktige trivselselementer. Det er ikke en konkurranse om å komme raskt frem, her er natur, kos og samhold viktige stikkord!

### Viktig info for gjennomføring av patruljehaik

- ✓ Patruljen drar alene på tur, ofte uten leder, så husk å samarbeide godt, unngå krangling, mobbing og utfrysning.
- ✓ Gå alltid samlet under hele turen. Ingen skal gå alene langt foran eller bak resten.
- ✓ Tilpass farten slik at alle klarer å holde følge
- ✓ Det du trenger skal du selv bære med deg.
- ✓ Du skal ha med både personlig klær/utstyr i tillegg til at fellesutstyr blir fordelt på alle i patruljen før turen starter. Så husk å ha litt ekstra plass i sekken.
- ✓ Det er viktig å holde seg tørr og unngå at klær og utstyr blir vått. Husk derfor å alltid ta på deg regnklær hvis det begynner å regne. Det er ikke lett å tørke klær når det er vått og kaldt ute.
- ✓ Troppsleder er ansvarlig for patruljen på tur. Han er kontaktperson og skal være tilgjengelig på telefon hele turen.
- ✓ **Sikkerhet:**
  - Vær veldig forsiktig ved bruk av ild. Sørg for at stormkjøkken står stabilt og ikke på brennbart underlag. Ha vann i en kjele klar for evnt slokking dersom det er tørt i området.
  - Minst 2 i patruljen bør ha med mobiltelefon. Det er viktig å sørge for at det alltid er nok strøm igjen i tilfelle det blir behov for å ringe etter hjelp.
  - Installer appen «Hjelp 113» og klargjør før haiken. Gå i innstillinger og velg koordinatsystem UTM. Hvis dere går dere vill og ikke vet hvor dere er, kan dere ringe til troppsleder og oppgi koordinatorene for der du befinner deg (vises i appen)
  - Hvis patruljen får problemer dere ikke kan løse på egen hånd, ringer dere troppsleder og IKKE foreldre/venner. Troppsleder vil informere foreldre ved behov.
  - Ved alvorlige skader og ulykker ringer dere **nødnummer 113**. Når hjelp er på vei tar dere kontakt med troppsleder.

**PAKKELISTE:****Felles Utstyr (Blir delt ut ved oppmøte:**

- Presenning til å ligge på
- Tarp eller presenning til å lage tak/gapahuk
- Stormkjøkken med gass og brenner
- Kjøkkenutstyr (Det som trengs for matlaging: Sleiv, pisk, stekespade)
- Fyrstikker
- Kartmappe, kart over området og kompass.
- Førstehjelpsutstyr: Plaster, elastisk støttebandasje og sportstape.
- Fyrstikker, tau, sag
- Antibac
- Toalettpapir
- Spade
- Poser (til søppel etc)

**Personlig utstyr:**

- God sekk. Pass på at den er riktig innstilt.
- Sovepose og liggeunderlag
- Kopp, tallerken og bestikksett
- Vannflaske med vann
- Speiderkniv
- Lommelykt/Hodelykt
- Tannbørste, tannkrem, toalettpapir
- Egne medisiner om du trenger det
- Tykk ullgenser
- Ekstra ulltrøye og stillongs
- 2 par ekstra ullsokker
- Votter
- Ekstra lue og evt. en hals, helst av ull
- Solrem/Myggolje ved behov.
- Mobiltelefon, avskrudd og tørt nedi sekken. Minimum 2 per patrulje tar med mobil.

**Påkledning:**

- Ulltrøye og stillongs (Dersom det er varmt kan du gå uten stillongs, men bør ha den med hvis det blir kaldt på kvelden eller i soveposen)
- Ullsokker
- Mellomlag i ull eller fleece, genser/jakke (og evt. bukse)
- Vind- og vanntett ytterjakke
- Vind- og vanntett bukse
- Fjellsko eller gode gortex sko
- Speiderskjerf

**Mat:**

- Hver speider tar med egen brødmat/frokost til søndags morgen + lunch begge dager (rett i koppen etc)
- Patruljen tar med felles middagsmåltid
- Lurt om alle har smurt matpakke som kan spises før turen starter.
- Ta gjerne med litt snacks/sjokolade/nøtter etc
- Husk å ta med vann!

God tur!