



# Seniorvæbnerkursus Midtsjællands Efterskole • 12. - 18. oktober 2019

**ALDERSGRUPPE** 13 - 14 ÅR

**TILMELDING** [fdf.dk/tilmeld](http://fdf.dk/tilmeld)

**KURSUSSTED** MIDTSJÆLLANDS EFTERSKOLE

## VELKOMMEN

Er du seniorvæbner og klar til nye udfordringer i FDF? Længes du efter at prøve dig selv af på et kursus med leg, kreativitet og venskab i højsædet? Så er Seniorvæbnerkursus på Midtsjællands Efterskole (MSE) lige noget for dig! Du kan se frem til en uge med masser af spænding, store oplevelser og mange nye venner. Sammen med en masse andre fantastiske seniorvæbnere er du med til at skabe den helt særlige MSE-ånd i et fælles sus af glæde, venskab, oplevelser, ny viden, sang, duft og fællesskaber på kryds og tværs af landet. Vi glæder os til at byde netop dig velkommen og til at sætte gang i endnu et kursus med glade deltagere og instruktører, som fylder MSE med den vildeste stemning og energi.

Mange hilsner

### Kursusledelsen

Susanne Toft Nielsen og Benny Legaard Buur

## FORMÅL

Kursets formål er, at du som seniorvæbner får:

- en oplevelsesrig start på FDFs lederuddannelse, som motiverer og inspirerer dig til at fortsætte som leder i kreds og landsforbund.
- en vedkommende forkyndelse, der vækker eftertanke.
- en række brugbare færdigheder til dit fortsatte engagement i FDF.
- del i et forpligtende fællesskab, hvor den enkelte tager ansvar for sig selv og andre, og dermed får et ståsted at møde verden fra.

## ER DU AF STED FOR FØRSTE GANG?

Vi er ekstra opmærksomme på at hjælpe dig, der ikke har været med før. Du er fx velkommen til at tage af sted første gang sammen med en, du kender. Som ny deltager på FDF Seniorvæbnerkursus MSE kan du finde en kursusmakker, som du vil være i gruppe med. I skal selvfølgelig vælge de samme grupper, og så skal I sørge for at skrive hinandens navne i bemærkningsfeltet til slut i den digitale tilmelding. Så gør vi alt, hvad vi kan, for at få jer i samme gruppe. Vi glæder os til at tage godt imod dig for første gang på FDF Seniorvæbnerkursus MSE.

## VALG AF GRUPPE

Du skal på forhånd vælge tre grupper, som passer til dig. På kurset gør vi alt, hvad vi kan, for at imødekomme dine ønsker, og oftest vil du få din første- eller andenprioritet. Hvis gruppeønskerne er fordelt meget skævt, vil

nogle dog få deres tredjeprioritet. Du får at vide, hvilken gruppe du er blevet en del af, i velkomstmæilen, som du modtager senest en uge inden kursusstart. I gruppebeskrivelserne på de næste sider kan du læse om de enkelte gruppers aktiviteter samt praktiske oplysninger, såsom hvordan du sover, spiser, og på hvilke måder du bliver udfordret. Du er sammen med din gruppe hele ugen. Der er normalt 15-20 deltagere i hver gruppe og tre instruktører. Alle grupper lægger vægt på det sociale og det at høre til på kurset, så du hurtigt føler tryk i vores store forsamling og de nye rammer.

## HVEM

Kurset er for alle seniorvæbnere i alderen 13-14 år – fra det halvår, du fylder 13 år, til det halvår, du fylder 15 år.

## TID OG STED

Start: Lørdag d. 12. oktober kl. 14:00 på Roskilde Station.

Slut: Fredag d. 18. oktober kl. 11:30 på Roskilde Station.

Hele kurset foregår på Midtsjællands Efterskole, Tolstrupvej 29, 4330 Hvalsø

## FÆLLESTRANSPORT

Der vil før og efter kurset være fællestransport til og fra Roskilde Station. Alle mødes på Roskilde Station lørdag d. 12. oktober 2019 kl. 14:00, hvorfra vi samlet kører i bus til MSE. Fredag d. 18. oktober 2019 kører bussen atter til Roskilde Station, så du kan nå et tog omkring kl. 11:30.

## PRIS

Kurset koster i alt 2413 kroner. Heraf udgør huslejen 335,98 kroner. For medlemmer af FDF sendes regningen til kredsens kasserer, og der skal betales inden kurset. Som ikke-medlem af FDF skal du betale ved tilmelding. Læs mere om FDFs handelsbetingelser på [fdf.dk/kursus](http://fdf.dk/kursus).

## TILMELDINGSFRIST

Du skal tilmelde dig kurset senest d. 16. september 2019 via [fdf.dk/](http://fdf.dk/) tilmeld. Tilmeldingen er bindende og skal foretages af eller i samarbejde med forældre eller kredsleder.

## DELTAGERBREV

Senest en uge før kurset modtager du per mail et deltagerbrev med program, en hilsen fra dine instruktører og praktiske oplysninger. Du vil også kunne finde deltagerbrevet på vores hjemmeside. Hvis du ikke kan finde velkomstmæilen i din indbakke, så sørg for at tjekke dit spamfilter.

## DELTAGERBEVIS

Kurset er en del af FDFs lederuddannelse. Du får bevis for din deltagelse tilsendt per mail cirka to uger efter kurset.





# 1

## LEVEL UP

Hvad skal der til for at komme videre til næste level? Er det i dag man skal ofre 17 point for at få lov til at sove inde eller er det en god ide at gemme dem til senere? Vi skal kæmpe med og mod hinanden alene og i grupper, for at nå level 100. Er du glad for at samarbejde, men er konkurrence-genet også en del af dit DNA, så er dette gruppen for dig.

*På Level Up kan alt ske, men vi sover ude. Der vil både være aktiviteter dag og nat og man ved aldrig om man har nok point til goderne, som fx at sove indenfor. Gruppen vil primært få mad der er lavet på forhånd af køkkenet, men det kan jo være at man kan vinde point ved at lave maden selv. Umiddelbart vil gruppe have en base så man ikke skal transportere sin bagage alt for langt af gangen. Gruppen arbejder med samarbejde og konkurrence, og man kan blive presset både fysisk og psykisk.*

# 2

## VAR DET BYGGE ELLER HYGGE DELUXE?

Er du en af dem der glæder dig lidt til Landslejren allerede? Og synes det der med at bygge sin egen lejr og møde nye mennesker bare er fedt? Må lejren gerne bestå af andet end blot reb, rafter og presenninger? Så kom og vær med til at hygge en lejrstemning i gang, mens vi bygger med traditionelle og utraditionelle byggematerialer. Vi bygger med fantasien til vi har det delux!

*Gruppen sover ude i telte og egne konstruktioner, laver enkelte delux måltider. Gruppen er primært i deres lejr men har mindre turer ud det omkringliggende i område. Der er plads til både at give den gas, men også at få et pusterum. Igennem samarbejde arbejder gruppen med at bygge en moderne lejr i både rafter, plastic, tømmer og hvad der eller kan bruges.*

# 3

## PHINEAS OG FERB

Melodi: Phineas og Ferb-introsang  
Det er efterårsferie, vi daser derhjemme, men skolen vil slå det i stykker. Derfor er det så vigtigt, man ikke må glemme, at brug' den på noget der rykker.

### For eksempel

Byg' en raket eller finde et næbdyr, bestig det allerhøjeste hus.  
Se om du afslører Doofenshmirtz plan – før Candis hun afslører dig.  
Fang skurken hvis du kan, og mal et kontinent,  
gi' din' instruktør et skæg. (Phineas!)  
Tag på M-S-E, vælg gruppe nummer tre, Og få en uge fyldt med leg.  
Som i kan se er der meget der kan ske, hvis du vælger gruppe tre.  
Vær sikker på at din' instruktør', er fuld' af gak og spas,  
vær sikker på at Phineas og Ferb vil vær' på deres post.  
(Moar! – denne her gruppe har en serienintro!)

*Gruppen sover og spiser inde, men har masser af aktiviteter ude. Gruppen er for alle bare du kan lide at lege.*

## 4

## THE VILLAGE

Kære Nabo

Velkommen til landsbyen. Vi er så glade for, at du vil være en del af dette idylliske samfund. Vores landsby sætter naboskabet højt og vi lever fredfyldt sammen om dagen - Og de underlige lyde fra skoven om natten? Tag dig ikke af dem, de har altid været der. Ligesom den konstant voksende kirkegård. Pyt med det! Du elsker mysterier og har et nysgerrigt sind og dine naboer vil altid hjælpe dig. Men pas på! Man ved jo aldrig hvem der kunne forråde dig i sidste ende...

*Vores landsby er bygget op af det fineste træ, som penge kan købe. Landsbyen kommer ikke til at flytte sig i løbet af ugen, men egen bagage skal kunne bæres.*

*I landsbyen hjælper vi hinanden med at forberede maden og holde landsbyen kørende. Der vil være tid til at bruge hjernen når vi arbejder med strategi og naboskab. Der er altid godt gang i byens aktiviteter på et højt niveau, men hvor alle kan være med, og alle landsbyens beboere bliver udsat for et vist psykisk pres.*

## 5

## DE FEM MANDARINER

Don Corleone har indkaldt til krisemøde. Repræsentanterne for familierne Falcone, Borsellino, Trapani, og Roco er mødt frem. Under Don Corleones ledelse udgør de gangstersyndikatet DE FEM MANDARINER. På trods af interne magtkampe og stridigheder, er de mægtige familier for første gang i flere årtier samlet på ét sted. Truslen fra det udefrakommende kartel - Meli-kartellet, lurder i udkanten af Ny Tolstrup, og familierne er nu tvunget til et samarbejde om at fjerne dem hurtigst muligt samtidig med at en ny kamp om indflydelse starter.

*I Gangstersyndikatet DE FEM MANDARINER skal vi arbejde med tons og tempo, magt og logik i mødet med Meli-kartellet. Du vil som deltager få testet din erfaring med koder, listighed og lederskab. Vi sover i telte i løbet af ugen, men laver ikke selv vores mad. Du skal være forberedt på at kunne bære din egen bagage under noget af kurset. Aktivitetsniveauet er højt og søvn er en luksusvare. Det betyder også at man skal kunne gå et par kilometer.*

## 6

## CIRKUS 2. HAND

“velkommen alle de tykke, de smalle, Lange og korte i kjole og skjorte, lad os more hinanden gå helt fra forstanden. Skæg og ballade kan gøre os glade.”

Velkommen til gruppen hvor næsten alt kan ske. Gruppen hvor vi skal ud over scenekanten, men også arbejde bag scenen. Vi skal synge, male, klippe, sy, optræde og ikke mindst hygge imens.

Vi skal lave vores eget cirkus helt fra bunden. Det er os der laver reglerne!

*Gruppen sover og spiser inde.*

*Vi sover om natten og er vågen om dagen.*

*Vi er mest inde.*

## 7

## DEN NYE ORDEN

Vi lever i en verden hvor individet har taget over og fællesskabet er blevet glemt, men i mørket og krogene hvisker stemmer om nye tider. En ny orden kalder til samling, men kun i det skjulte - for i samfundet er de ikke accepteret.

De samles når tiden er rigtig, og de rette mennesker har vist sig for deres sag. Til den tid vil fællesskabet stå sin prøve og de retoverbeviste vil atter få en plads i verden. Så vil der igen være plads til, at de som giver til andre, får den respekt de har fortjent.

*Ordenens medlemmer lever i det skjulte, og dem som optages sover og spiser ude, hvor de ikke bliver generet. Er det nødvendigt skal de hurtigt kunne pakke sammen og rykke videre. Bliver du optaget i Ordenen skal du være klar på, at sætte egne behov til side til fordel for gruppen. Du vil blive udfordret fysisk og psykisk, om dagen såvel som natten.*

## 8

## GANGSTERPARADIS

Er du træt af det kedelige liv på den rigtige side af loven?

Så byder GANGSTA'S PARADISE dig ind i en verden, hvor pengene er mange, respekten er stor, bandanaen er farvet, og dine homies altid har din ryg! Vi skal tjene mange penge, kaste håndtegn, rap battle og beskytte alle i vores hood imod de korrupte politifolk. Denne gruppe arbejder med at få banden fra et simpelt gadeslæng til en magtfuld organisation. Det er ikke en nem vej til toppen, og det kræver at man stoler på sine homies, derfor vil vi arbejde med gruppedynamik.

*Gruppen sover og spiser inde, men alle aktiviteter foregår udendørs. Det kan til tider være hårdt at kæmpe sig til toppen, men rigtige gangstere forstår også at slappe af og nyde livet.*

## 9

## FANGERNE PÅ FORTET

Er du typen der vil gøre alt for at vinde? Typen der ikke lader sig overvinde af hverken højder, ækle kryb eller mørkets overraskelser? Og er du typen, der kan gennemskue den gamle vismands gåde? Så er dette gruppen for dig! Du får nu en enestående mulighed for at prøve kræfter med dig selv og dine meddeltagere, i ægte Fangerne på Fortet stil. I løbet af ugen skal du igennem forskellige prøvelser og dyste, for at låse op til fortets skatkammer, hvor store rigdomme venter på dig!

*Gruppen spiser og sover ude i sheltere. Madlavning er ikke i fokus, men du vil ikke gå sulten i seng. Du skal kunne bære din egen bagage mindst 10 km, dog vil størstedelen af aktiviteterne foregå tæt ved gruppens base. Gruppen er fysisk aktiv, men stiller krav til jernen såvel som kroppen. Gruppen arbejder med personlig udvikling og samarbejde. Med hjem i rygsækken får du desuden en idé om, hvordan du tilpasser forskellige aktiviteter til temarammer, som du kan bruge i eget kredsarbejde, fx i forbindelse*