

# Seniorvæbnerkursus MSE

**Tid:** 16.-22. oktober 2021

**Alder:** 13-15 år

**Tilmelding:** FDF.dk/tilmeld

**Kursussted:** Midtsjællands Efterskole, Tolstrupvej 29, 4330 Hvalsø



**FDF**

FRIVILLIGT  
DRENGE- OG PIGE-  
FORBUND

## Introduktion

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

*Susanne Toft Nielsen og Benny Legaard Buur, kursusledere*

## 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 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. Er du af sted for første gang, kan du måske komme sammen med en, du kender. Som ny deltager på FDF Seniorvæbnerkursus MSE kan du finde én kursusmakker, som du vil være i gruppe med. I skal 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 kan desværre ikke garantere noget. 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. De fremgår lænere nede på siden her. På kurset gør vi alt, hvad vi kan, for at imødekomme dine ønsker, og oftest vil du få din første- eller anden prioritet. Hvis gruppe ønskerne er fordelt meget skævt, vil nogen dog få deres tredjeprioritet. Du får af vide, hvilken gruppe du er blevet en del af, i velkomstmajlen, som du modtager senest en uge inden kursusstart.

I gruppe beskrivelserne 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.

FDF giver børn og unge  
et ståsted  
at møde verden fra

## Målgruppe

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

- Start: Lørdag d. 16. oktober kl. 14.00 på Roskilde Station.
- Slut: Fredag d. 22. oktober kl. 11:30 på Roskilde Station.

## Fællestransport

Der vil før og efter kurset være fællestransport til og fra Roskilde Station. Alle mødes på Roskilde Station lørdag d. 16. oktober 2021 mellem kl. 14:00 og 15:00, hvorfra vi samlet kører i bus til MSE. Fredag d. 22. oktober 2021 kører bussen atter til Roskilde Station, så du kan nå et tog omkring kl. 11.30.

## Pris

Kurset koster i alt 2511 kroner. Heraf udgør huslejen 343,24 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 kursusprincipper og handelsbetingelser på [fdf.dk/uddannelse](http://fdf.dk/uddannelse).

## Tilmeldingsfrist

Du skal tilmelde dig kurset senest d. 15. september 2021 via [fdf.dk/tilmeld](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 på 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 velkomstmajlen 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 på mail cirka to uger efter kurset.

## GRUPPER

### 1. Afrikas stjerne

"Afrika - mysteriernes kontinent". Fra din jeep spejder du ud over savannen i den sitrende middagshede. Du løfter en hand og tørrer sveden af panden under tropehjelm. Mon den sagnomspundne ædelsten er her i nærheden? Måske skulle du have taget flyet til Darfur i stedet for den lange og besværlige landevej fra Timbuktu. Og tænk om en af de andre spillere allerede har fundet Afrikas Stjerne og nu er på vej til Cairo! Det er nok bedst at starte jeepen igen og fortsætte..."

Vær med i jagten på kæmpediamanten Afrikas Stjerne! En jagt som foregår til lands, til vands og med fly. Vi vil i gruppen have en fast base udenfor, hvor vi udforske Afrika fra. Vores måltider indtager vi forskellige steder afhængig af hvor i Afrika vi befinder os. Vi skal selv kunne bære vores tasker. Vi skal være aktive, men der vil også være tid til at slappe af. Du vil blive træt i jagten på Afrikas stjerne, men alle kan være med.

### 2. Arbejd-arbejd

Solen oppe og fuglene synger. Dit vækkeur ringer normalt først om lang tid, men i dag har du været oppe for længst! Din bøn er nemlig blevet hørt, og jobcenteret har accepteret din ansøgning! Som den heldige kartoffel du er, er du helt gratis blevet tilbudt deres famøse uddannelsesprogram "Arbejd-arbejd!" Programmet tilbyder dig en enestående mulighed for at prøve kræfter med mange forskellige erhverv! Glæd dig til bl.a. at lære at slukke ildebrande som en brandmand, knække koder som en hemmelig agent og lave mad over bål som en vaskeægte michelinkok!

Gruppen arbejder med en bred temaramme, hvor der er fokus på at udforske kompetencer og talenter, som man ikke nødvendigvis kendte på forhånd. Gruppen sover og spiser inde, så hjernen og kroppen kan holde til dage fyldt med skøre og sjove aktiviteter, hvor du er i gang det meste af dagen. Gruppen kommer (med få undtagelser) ikke til at bruge tid på madlavning. Du kommer til at forlade kurset med nye færdigheder og ideer, der gør dig mere forberedt til arbejdet i egen kreds, end da du tog afsted.

### 3. Game of Life

Karriere, Uddannelse, Familie eller Fest, hvad er vigtigst for dig? Der er mange valg at tage i livet, og du er nødt til at prioritere, hvis du vil vinde i livets spil. Måske er din store drøm at blive rig, og leve i et stort palæ, eller også er det at blive gift og få en masse børn. Uanset hvad dit mål er, så er du nødt til at spille spillet for at nå det. Kast terningerne, og se hvor langt du kan nå i livets spil. På denne gruppe skal vi lege med livet, og prøve forskellige tilgangsmåder til hverdagen af. Vi tager talemåden "livet er et spil" helt bogstaveligt, og derfor tager gruppen udgangspunkt i brætspillet Game of Life.

Gruppen sover ude og spiser som udgangspunkt ude og får mad fra køkkenet. Man skal kunne bære sin egen bagage til lejrstedet og have en turtaske med til når vi skal på løb mm. Der vil være massere af aktiviteter i løbet af kurset, der både vil være præget af tons såvel som hygge.

#### **4. Harald og høvdingespillet**

Vær hilset, vikinger! Vi håber at dette brev finder dig og din slægt i god behold, for høvdingen af Danmark, Harald, er død. Din slægt er en af de mulige arvinger vi har fundet, men da Harald ikke selv valgte en arving skal vi nu til efteråret dyste om tronen på ægte vikingemanér. Sammen skal vi også skabe den legendariske vikingeboplads hvor dysten udfolder sig. Store eventyr og megen ære venter den slægt der klarer prøverne bedst, og må den stærkeste slægt vinde tronen.

I gruppen skal vi arbejde med vikingelivet og hvordan man skaber en primitiv lejr, samt styrke det gode konkurrencegene. gruppen laver selv mad og sover ude i bivuak. Alle skal kunne bære deres egen bagage men det bliver begrænset hvor meget den skal flyttes når lejren er sat op. Gruppen laver aktiviteter i løbet af hele dagen men der vil stadig være tid til hygge og eftertanke. deltagerne bliver ikke presset psykisk, hv der vil være et højt aktivitetsniveau hver dag.

#### **5. Kom Jul, Kom Sne, Kom Krea**

Glædelig jul, kære nisse! Vi håber at denne ønskeseddel lander lige præcis hos dig. Vi mangler her hos Kom Jul, Kom Sne, Kom Krea en masse nye nisse aspiranter, som vi kan give alt vores krea viden til. I gruppen skal vi arbejde med julens mange glæder, så som sneboldskrig, julekalenderkigning, juletræsfældning, søde sager og julehygge. Vi skal lave en masse julepynt, quizze og skabe lækker krea, som måske kunne blive til en julegave eller to. Der står fordybelse, hygge, jul og kreativudfoldelse på programmet.

Gruppen spiser og sover indenfor i vores nissebo, samt udfører størstedelen af aktiviteterne i skolens krealokale. Alle skal elske jul, kreativ udfoldelse, DIY og hygge. Så hvis du syntes en uge i julens tegn lyder som noget for dig, så fat din nissehue, julesweater eller lignede, og kom og vær med. Det bliver vildt hyggeligt.

#### **6. MSE Revy 2021 - Sammen, helt rigtigt.**

Er du til gøgl og gak, så sæt et hak ved denne gruppe. Vi skal lege, vi skal hygge og vi skal overskride grænser. Du behøver ikke at være født på en scene, men en lyst til at optræde og være fjollet sammen med resten af gruppen er en sikker vinder. Vores mål er at optræde med noget, for nogle.

Vi sover og spiser inde. Vi har størstedelen af vores aktiviteter indenfor, men vi kan godt stikke snuden ud indimellem. De muskler, der bliver mest belastede, er lattermusklerne.

#### **7. MSE World Travel**

*Jordomrejse, leg, solcreme*

Tag på den ultimative jorden-rundt-rejse, hvor du oplever flere lande - måske endda flere kontinenter - på én og samme tur! Vores smilende og kompetente guides står klar til at tage jer med ud i verden og få en oplevelse vi lover I aldrig vil glemme! Turen vil byde på luksuriøse hoteller, et overflødhedshorn af spændende og eksotiske oplevelser og et eksklusivt indblik i de mindre besøgte områder overalt på kloden. Flyet letter om lidt, så pak solcremen, kom dit coronapas i lommen og husk at spænd selen ved take-off og landing!

Gruppen sover og spiser primært inde, og lader bagagen blive på værelserne. Dog vil jordomrejsen også byde på en outdoor-oplevelse, hvor vi skal sove og spise ude samt bære sin egen bagage. Aktivitetsniveauet er varieret og spænder mellem fysiske udfordringer og afslappende aktiviteter, samlet i gruppen. Rejsens formål er at skabe nye venskaber og give oplevelser og aktiviteter man kan tage med hjem.

## **8. Stormester**

*Samarbejde, Kreativ tænkning, tidsoptimering/tidspres*

Stormesteren har pudset brillerne og er klar til en ny omgang finurlige opgaver. Uret er indstillet til præcision ned til mindste sekund og opgaverne er forsejlet med lak. Er du god til at tænke ud af boksen, når det gælder? Og er det dig som laver den vilde løsning, lige inden tiden løber ud? Så er det nu du skal slå til.

I stormester-gruppen skal vi prøve kræfter med skøre opgaver som udfordrer os i at tænke på nye måder. Nogle opgaver giver plads til at fordybe sig, mens andre er et ræs mod tiden. Vi skal arbejde med gruppedynamik og igennem det prøve at arbejde sammen i forskellige situationer. Vi skal løse de fleste af opgaverne udendørs, men kommer ind i varmen engang imellem. Vi sover og spiser inde.

## **9. Tidspresset**

Tiden går, sekunderne tæller ned og urets tal kommer tættere på 00:00. Hvad gør du? På Tidspresset skal hvert enkelt sekund prioriteres. Det Store Ur tæller ned, og du skal sammen med din gruppe gøre alt hvad du kan, for at holde det i gang. Hvad vælger du at give af? Tid til at slappe af? Tid til at spise? Tid til at sove? Alt er på spil, timerne er lange, men tiden er kort. Endnu et minut er gået, du og din gruppe må straks videre og skaffe atter en time.

Gruppen sover og spiser ude, men skal ikke selv lave mad. Du skal kunne bære din egen bagage. Aktivitetsniveauet vil være højt, for vi har meget vi skal nå inden tiden rinder ud. På Tidspresset vil du blive udfordret sammen med din gruppe, og I arbejder i fællesskab for, at vinde tid. Så hvis du er klar på et udfordrende og sjovt kursus i højt tempo, hvad venter du så på? Tiden venter ikke på nogen!

## **10. Tv-Tv**

Sidder du tit og kigger på tv'et og drømmer dig ind i de fede konkurrencer der kører henover skærmen? Så er dette program lige noget for dig! Vi søger lige nu deltagere til det fedeste gameshow nogensinde. I showet vil du dyste i konkurrencer du allerede kender fra TV, og det vil spænde helt fra "Hvem vil være millionær" til "Ninja Warrior" og måske vil du også møde konkurrencer du aldrig har oplevet før! Så hvis du er klar på at dyste med både hjerne og muskler så meld dig til "Tv-Tv".

På gruppen vil vi konkurrere mod hinanden med udgangspunkt i mange forskellige game- og Tv-shows, aktivitetsniveauet vil derfor variere og vil til tider være fysisk udfordrende. Det forventes at du kan gå 10 kilometer med dagsrygsæk, dog vil størstedelen af aktiviteterne foregå tæt ved gruppens base. Gruppen sover og spiser udenfor, men bruger ikke tid på madlavning. Der vil være fokus på samarbejde og konkurrence så medbring holdånd og kampgejst.