



## På lejr med FDF Aulum

Lejrture er noget af det bedste vi har i FDF. Det er her, vi får de store og unikke oplevelser. Det er her, der er mulighed for at lave større ting, der tager lidt mere end den tid, vi har til rådighed på det ugentlige klassemøde. Vi er sammen længe og lærer hinanden godt at kende.

I FDF Aulum har vi gode erfaringer med at skabe rammer, der betyder, at alle kan føle sig trygge - og har lyst til at være med i fællesskabet, når vi er på lejr. Men vi har brug for, at du som forælder er opmærksom på en række ting...

### At pakke til en lejr...

Så vidt det er muligt, pak tasken SAMMEN MED din søn/datter. Så ved I begge, hvad der er med.

Der skal være navn i tøjet og på udstyr i øvrigt.

Der vil altid være en pakkedisse i indbydelsen/deltagerbrevet. Men regntøj skal altid med, uanset hvor god vejrudsigten er. Mangel på ordentligt regntøj kan være altødelæggende for lejroplevelsen.

Ordentligt fodtøj er også altid vigtigt – at det er vandtæt kan være til stor fordel.

At kunne skifte tøj fra inderst til yderst, hvis man skulle være så uheldig at blive gennemblødt, er også vigtigt, så sørg for at der er nok skiftetøj med. Det er dog ikke nødvendigt med et komplet sæt tøj til hver dag, for det er sjældent man når i bad/skifter tøj hver dag.

### Lidt om udstyr

Oftest sover vi udendørs i telt eller evt. bivouak. Derfor er det vigtigt, at I sikrer jer, at soveposen kan klare også en kold nat. Selv i maj måned, hvor vi ofte er på sommerlejr, kan temperaturerne fortsat komme langt ned om aftenen/natten.

Liggeunderlaget skal også have en vis kvalitet, så det kan isolere mod kulden fra jorden. Yogamåtter og luftmadrasser dur simpelthen ikke, da de ikke isolerer!

Vi anbefaler, at I sender en lagenpose eller lign. med. Det kan gøre det lidt nemmere at holde varmen. Lejrkop, -tallerken og -bestik skal ikke være engangsservice eller af porcelæn.

### Mobiltelefon og andet elektronisk udstyr

Der er ingen grund til at tage computer, notepad, mobiltelefon eller lignende med på lejr. Børnene har som udgangspunkt ikke brug for dem.

Særligt i forhold til mobiltelefonen er det vores erfaring, at den ofte er årsag til hjemvé, og blandt andet derfor ønsker vi ikke, at den medbringes. Er det absolut nødvendigt med en "livline" hjem, vil vi gerne vide det, således at vi har mulighed for at undgå, at børnene fx kontakter jer uden vores viden.

### Hjemve

Masser af børn har indimellem hjemve. Er det et problem for dit barn, så har vi lidt erfaring, vi gerne deler:

- Snak med lederne om det, inden turen.
- Tal med dit barn om hjemvéen - støt i, at det okay at længes hjem. Vis du er sikker på, at det godt kan klare det. Fortæl, at det ikke skal være bange for ikke at kunne komme hjem. Snak om, hvor meget du vil glæde dig til at høre om alt det, han/hun kommer til at opleve. Vær opmærksom på, at dit barn ikke føler, det går glip af noget hjemme, men at det 'vinder' på oplevelser.
- Lad være at aftale, at dit barn bare kan ringe, hvis det gerne vil hjem. Hjemve opstår oftest, når børn er trætte, eller når de er i kontakt med forældrene. Oftest kan hjemve kureres med



en god nats søvn, og det kan være svært at få børn til at sove, hvis de er blevet lovet at komme hjem, når de har lyst.

- Vær i øvrigt opmærksom på, at vi i FDF Aulum har det udgangspunkt, at hvis man tager hjem fra lejr grundet hjemve, så kommer man ikke igen.'

Vi kontakter jer selvfølgelig, hvis det bliver nødvendigt.

### Vådligere

Mange børn har det problem, at de tisser i sengen. Det behøver ikke udelukke dem fra at tage med på lejr. Snak med en leder inden turen.

### Specielle hensyn

Fortæl os på tilmeldingen eller snak med dit barns leder inden turen, hvis der er specielle hensyn vi skal tage grundet allergi, medicin eller diæter.

### Sygdom

Hvis dit barn bliver sygt eller kommer til skade på lejren, kontakter vi dig, hvis vi skønner det nødvendigt, dog altid hvis lægebehandling bliver aktuel.

### Sove og bad

Drenge og piger sover hver for sig, ligeledes vil toilet- og badeforhold være kønsopdelt. Se i øvrigt kredsens samværsregler