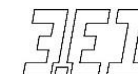


## MØTEPLAN PATRULJE: Lemen

Vår 2023



DATO	Type	Hvor	Tid	TEMA	Punkt*	Ans	Andakt	Lek	Beskjeder	Utstyr
11.jan	TM	Østerås kirke	18:00-20:00							Alle: uniform og skrivesaker
18.jan	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Introduksjon av året	Planlegge patruljeoppgave bronsegraden og idemyldre turer HUSK å spise pepperkaker	Johan	Jesu kommer til verden s41			Alle: uniform, gradsbooka og skrivesaker
21-22.jan	PT+Brunbjørn og rødms	fossum klubbhus		Tur til speiderhytta	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
25.jan	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Ta fornybar-energi-merket	1. Lag en form for fornybar energikilde, for eksempel en vindmølle, et vannhjul eller en solovn. 2. Gjennomfør et strømløst møte eller en strømløs tur. 3. Lag en oversikt over de ulike sidene i 4. vindkraftdebatten i Norge og gjennomfør en paneldebatt hvor dere diskuterer de ulike synspunktene.	Johan	Vitaminer s48			Alle: uniform og skrivesaker Johan:MATERIALE R
28. - 29. jan	TT			Isbading	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	Alle: uniform og skrivesaker
01.feb	TM	Østerås kirke	18:00-20:00							Alle: uniform og skrivesaker
4-5.feb	Vintertråkk	Skansebakken		Tur til store hvitsteinvann	Ta bål-merket: 1. Tenn bål med en fyrstikk. 2. Lag pagodebål, pyramidebål, stjernebål og nying. 3. Lag et bål som egner seg for matlaging og tilberede en rett på det. 4. Vit når det er bålforbud i Norge og vite hva vi må tenke på rundt bålpyring og sikkerhet. Ta ski-merket: 1. Delta på en skitur på minimum 10 kilometer med patruljen eller speidergruppa. 2. Prøv ut minimum tre av fire stilarter: klassisk, skøyting, alpint, telemark. 3. Smør et par ski i forkant av en skitur. 4. Vær med på skilek, for eksempel skiskyting med snøball eller vinter-OL speiderversjon. 5. Delta i et skirenn med idealtid.	Johan, Magnus og Samuel	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL

08.feb	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Bibelmanuset og patruljesærpreget	<p>Ta bibel-manuset:</p> <p>1.Kjenn til hovudetrekke i fem av de følgende bibelhistoriene:</p> <p>Vår Far (Matteus 6, 6-13)</p> <p>Påske (Matteus 26, 1-28,10)</p> <p>Dåps og misjonsbefalingen (Matteus 28, 16-20)</p> <p>Jesus tar imot barna (Markus 10, 13-16)</p> <p>Kristi himmelfart (Apostlenes gjerninger 1,1-14)</p> <p>Pinse (Apostlenes gjerninger 2, 1-13)</p> <p>Jesus som 12-åring i tempelet (Lukas 2, 41-52)</p> <p>Jesus hos Marta og Maria (Lukas 10, 38-42)</p> <p>Tølleren og fariseeren (Lukas 18, 9-14)</p> <p>De ti bud (2. mosebok 20, 1-20)</p> <p>Jesus og den rike unge mannen (Markus 10, 17-27)</p> <p>Sennepsfrøet (Matteus 13, 31-32)</p> <p>2. Vite forskjellen på det gamle og det nye testamentet.</p> <p>3. Vite hva et evangelium er og kunne navnet på de fire evangelistene.</p> <p>4. Kunne slå opp i en Bibel.</p> <p>Lage patruljesærpreget, rop og flagg</p>	Johan og Magnus	Passet s95				Alle: uniform og skrivesaker Johan: LÆR
15.feb	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	patruljeoppgave bronsegraden	Gjøre ferdig særpreget og lage patrulje rop	Johan, Magnus og Samuel	Den kloke sønnen s42			Alle: uniform, gradboka, skrivesaker og utstyr patruljeoppgave bronsegraden, Johan:Svipenn og LÆR	
18-25.feb	LEIR	Trollheimen	12-12	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	Alle: uniform og skrivesaker	
01.mar	TM	Østerås kirke	18:00-20:00							Alle: uniform og skrivesaker	
4-5.mars	PT	Abbortjern		Tråkk	Bygge gapahuk og bål med brunbjørn	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	Alle: uniform og skrivesaker	

08.mar	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Førstehjelpsmerket	<p>1. Lær nødnummeret 1-1-3, når det skal brukes, og hva vi skal fortelle når vi ringer 1-1-3.</p> <p>2. Lær hvordan vi renser skrubbsår, sår og små kutt, og hvordan vi setter på plaster.</p> <p>3. Øv på ulike metoder for å finne ut om en person er bevisstløs og på å legge en person i stabilt sideleie.</p> <p>4. Gjennomfør en øvelse med hjerte- og lungeredning.</p> <p>5. Legg støttebandasje på et kne, en albue, en ankel og et håndledd.</p> <p>6. Øv på å legge en trykkbandasje, og finn ut hvorfor store blødninger er livstruende.</p> <p>7. Gjennomfør en bårestafett.</p> <p>8. Finn ut hvordan dere kan merke forskjell på brudd og forstuing, og hvordan dere behandler det.</p>	Johan	Min gitar s83		Til Johan: HUSK MIN GITAR!	Alle: uniform og skrivesaker Johan: Husk blodpumpe og førstehjelp
15.mar	PM Årsmøte	Østerås kirke	18:30-20:00	Førstehjelpsmerket	<p>Fullføre resten av førstehjelpsmerket, evt pugg</p> <p>1. Lær nødnummeret 1-1-3, når det skal brukes, og hva vi skal fortelle når vi ringer 1-1-3.</p> <p>2. Lær hvordan vi renser skrubbsår, sår og små kutt, og hvordan vi setter på plaster.</p> <p>3. Øv på ulike metoder for å finne ut om en person er bevisstløs og på å legge en person i stabilt sideleie.</p> <p>4. Gjennomfør en øvelse med hjerte- og lungeredning.</p> <p>5. Legg støttebandasje på et kne, en albue, en ankel og et håndledd.</p> <p>6. Øv på å legge en trykkbandasje, og finn ut hvorfor store blødninger er livstruende.</p> <p>7. Gjennomfør en bårestafett.</p> <p>8. Finn ut hvordan dere kan merke forskjell på brudd og forstuing, og hvordan dere behandler det.</p>	Magnus og Samuel	Vi trenger deg s84			Alle: uniform og skrivesaker Johan: Husk blodpumpe og førstehjelp
17.mar	Årsfest	Eiksmarka kirke	18:00-21:00	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
18.mar	Kakelotteri	Eiksmarka senter	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
22.mar	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Morse	<p>1. Lær 15 bokstaver i morse.</p> <p>2. Skriv, send, motta og løs en morsemelding med de 15 bokstavene, uten å bruke morsenøkkel eller andre hjelpemidler.</p> <p>3. Skriv, send, motta og løs en morsemelding hvor alle bokstavene brukes ved hjelp av en morsenøkkel.</p> <p>4. Send og motta en morsemelding ved bruk av to ulike teknikker, for eksempel lys, lys, armbevegelser eller lignende.</p>	Johan	Husker du Ole Brumm s23H16F17H17:H 20			Alle: uniform og skrivesaker, lommelykt

29.mar	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Fornybar energi	1. Lag en form for fornybar energikilde, for eksempel en vindmølle, et vannhjul eller en solovn. 2. Gjennomfør et strømløst møte eller en strømløs tur. 3. Lag en oversikt over de ulike sidene i vindkraftdebatten i Norge og gjennomfør en paneldebatt hvor dere diskuterer de ulike synspunktene.	Magnus og Samuel	Merry Christmas s38				Alle: uniform og skrivesaker Magnus og Samuel: Utstyr til å lage en greie
05.apr	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	PÅSKE	Alle: uniform og skrivesaker
12.apr	TM	Østerås kirke	18:00-20:00								Alle: uniform og skrivesaker
19.apr	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	Geocache 2	Finn ut hvordan geocaching oppstod. Lær dere minimum ti ulike attributter. Lær dere spillereglene for geocaching. Planlegg geocache tur	Magnus og Samuel	Fotball s20				Alle: uniform og skrivesaker HUSK TELEFON OG Å LASTE NED GEOCACHE
22.-23. april	TT	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
26.apr	PM	SE MAIL	SE MAIL	Geocache 2	Finn minimum ti geocacher der minimum to ulike typer cacher skal være representert.	Magnus og Samuel	Reklame s54			SJEKK MAIL	Alle: uniform og skrivesaker HUSK TELEFON OG Å LASTE NED GEOCACHE
29.apr	Dugnad		SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
03.mai	TM	Østerås kirke	18:00-20:00								Alle: uniform og skrivesaker
6-7.mai	Krets konk	Tveterhytta	SE MAIL	SE MAIL	KRETSKONKURRANSE	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
10.mai	PM	Østerås kirke	18:00-19:30	Ta flagg-merket med brunbjørn	Ta flagg-merket: Finn ut hva de ulike symbolene og fargene i det norske og det samiske flagget ser ut. Finn ut historien til et av flaggene. Øv på å heise opp og fire ned flagget. Lær å knyte flaggstikk. Lær forholdstallene på det norske flagget. Finn ut hvordan det norske og det samiske flagget har utviklet seg i et historisk perspektiv. Finn ut hva de grunnleggende prinsippene for å designe et flagg er. Design et flagg og sy det av holdbart materiale.	Magnus og Samuel + Henrik fra brunbjørn				HUSK ANNET TIDSPUNKT	Alle: uniform og skrivesaker Magnus og Samuel: Husk flagg og tau i kirka

17.mai		Eiksmarka skole	07:45-0900	SE MAIL	Flaggheis på Eiksmarka skole	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
24.mai	PM	Gjønneshallen/Holmen klatresenter MER INFORMAJON KOMMER	17:30-19:30	klatring med røyskatt	Klatremerket: Kjenne til forbundets sikkerhetsregler i forbindelse med klatring og brevandring. Kunne selvstendig ta på seg klatresele på korrekt måte, og få dette kontrollert av sikkerhetsansvarlig. Utføre kameratsjekk på riktig måte. Kunne binde seg inn i tau med dobbel åttetallsknute. Klatre til topps i en klatrevegg eller minst 10 meter utendørs på topptau. Kunne behandle klatretau riktig. Sikre en person under klatring eller rappellering (under veiledning av ansvarlig veileder).	Magnus	KLATREBIBELEN s146		HUSK ANNET TIDSPUNKT	Alle: treningstøy og speiderskjerf. Ta med eget utstyr hvis du har.
31.mai	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	primitiv mat-merket	2. Tilbered en treretters meny på kokeapparat og bål. 2. Bak brød eller dundstykker på primitivt vis, for eksempel i syvsteinsovn, gryteovn eller dutch oven. 3. Lær et nytt bordvers.	Johan			SE MAIL	Alle: uniform og skrivesaker + SE MAIL
3-4.jun	PT+ røyskatt+ rødmus			Tur til blåhaug	kose oss + gjemsel	Johan, Magnus og Samuel			SE MAIL	SE MAIL
07.jun	PM	Østerås kirke	18:30-20:00	oppsummeringsmøte	gjøre ferdig merkene og/eller graden	Magnus og Samuel				Alle: uniform, gradsboka og skrivesaker
14.jun	TM	Østernvann	18:00-20:30		SOMMERAVSLUTNING					Alle: uniform og skrivesaker
17-18.jun	PT	Siste veikryss før Damtjern		Tur til Mørkgonga naturreservat	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL
24.-1.jun	LEIR	Hvam			NSF sin kretsleir	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL	SE MAIL

TM = Troppsmøte kl 18:00 - 20:00  
TT = Troppstur  
FPM = Førerpatruljemøte kl 19:30-21:00  
FPT = Førerpatruljetur  
PM = Patruljemøte  
PT = Patruljetur

#### Kontakt

Peff: Johan Vincent Marzan Harildstad  
Ass: Magnus Flydal Jenstad  
Ass: Samuel Eskeland Gallefoss

Tlf 97311886  
Tlf 92872856  
Tlf 41062953

[johanvincent63@gmail.com](mailto:johanvincent63@gmail.com)  
[magnusf07@gmail.com](mailto:magnusf07@gmail.com)  
[samueleskeland@yahoo.com](mailto:samueleskeland@yahoo.com)

**Mål:****Hele**

patruljen	Johan	Magnus	Samuel	John Paul	Fredrik	Jacob
Komme til NM	Ta bronsegraden	Ta aspirantgraden	Ta aspirantgraden	Ta bronsegraden	Ta bronsegraden	Ta bronsegraden
Bli godt kjent med de nye	Lage eget mål	Lage eget mål	Lage eget mål	Lage eget mål	Lage eget mål	Lage eget mål
Uniform på 80% av møtene				Ta ansvar for all lek	Ta ansvar for all lek	Ta ansvar for all lek
Ta minst 7 merker						
Gjennomføre fem overnattinger, to av dem ute						
Gjøre patruljeoppgave bronsegraden						
Kunne pakke egen sekk, uten pakkeliste						
Lage patruljesærpreg, rob osv.						

**Turer:****Med**

PT	21-22.jan	Speiderhytta	Brunbjørn og Rødmus
TT	28-29.jan	isbading	
PT	4-5.feb	Store hvitsteinvann	
TT	18-25.feb	vinterleir	
PT	4-5.mars	Abbor-tjern	Brunbjørn
TT	22-23.apr	troppstur	
KK	6-7.mai	kretskonk	
PT	3-4.jun	Blåhaug	Brunbjørn, Røyskatt og Rødmus
PT	17-18.jun	Kongens utsikt	Brunbjørn
TT	24.jun-1.jul	Hvam	