

Reisehefte

for den norske kontingenten til World Scout Moot i Kenya 2010



Tilhører:

Hei!

Her har du reiseheftet for kontingenten til World Scout Moot. I lista under ser du hva som er i heftet. Følg med på det som blir gitt av info - og møt opp når du skal. Ellers er det viktig å holde humøret oppe - og sørge for å ha det gøy!

Anders og Kim Magnus
(kontingentledelsen)



Innhold:

Telefonliste	s. 3
Beredskapsplan	s. 4
Reglementet til kontingenten	s. 8
Pekekart	s. 10
Rop, sanger og sangleker	s. 12
Leker	s. 14
Funfacts om Kenya	s. 15
Norsk-engelsk speiderordliste	s. 16
Dyrene i Afrika	s. 17
Engelsk-Swahili ordliste	s. 18
Hvem er i hvilke biler?	s. 20

Telefonliste:

Nødnumre:

Nødnummer i Kenya/Tanzania: 999

Norges ambassade i Kenya: 020 445 1510

Norges amb. i Tanzania: 022 211 3366 / 078 277 7005

Speidernes Beredskapstelefon (i Norge!): +47 09123

Kontingentlederne:

Anders: 071 416 1567 / +47 40454781

Kim Magnus: 071 416 1569 / +47 91885491

Helseteamet:

Hans Alexander: 072 772 1903 / +47 99533081

Iril: 071 963 0713 / +47 41652586

Morten: 071 148 6087 / +47 92407229

Moot-kontoret:

020 2461335 / 020 2461334

Retningsnumre:

Fra utlandet til Kenya erstattes "0" med "+254"

Fra utlandet til Tanzania erstattes "0" med "+255"

- godt mulig at retningsnummer må brukes fra norske mobiler

Kontakt til Norge:

Kontaktperson i forbund, Bodil: +47 99007608

Norges speiderforbund: +47 22992230

KFUK/KFUM-speiderne: +47 22991550

Vår "vakttelefon" (kontingentleder):

071 416 1567 (erstatt "0" med "+254" fra norsk mobil)

Beredskapsplan

Forebyggende tiltak:

Personlig hygiene

Viktigste tiltak for å ikke bli syk på reisen er å passe på sin egen hygiene. Her er noen enkle regler som alle bør følge:

- Hyppig og grundig håndhygiene.
- Kun drikke kjøpt flaskevann (aller helst som har hatt plastforsegling).
- Bruk Antibac etter dobesøk - og før måltider.
- Bruk solkrem og drikk mye når det er varmt.

Tiltak mot malaria

- Husk å ta tabletter!
- Bruk myggmiddel. Myggnetting om natten.
- Bruk lange bukser, langermet genser om kvelden

Forsikring

- Forsikringsbevis skal medbringes til enhver tid.

Helseskjemaer

- Kontingentledelsen har med en utskrift av alle helseskjemaene. Helseteamet vil også ha tilgang til disse. Skjemaene destrueres ved endt reise.

Når uhellet er ute:

1. Gi førstehjelp
2. Kontakt en leder og informer om situasjonen.
3. Kontakt helseteamet i norsk kontingent for veiledning og hjelp.
4. Helseteamet i kontingenten vil sørge for lege behandling evt. sykehusinnleggelse. Husk helseskjema og evt. medisiner.
5. Ved direkte kontakt med leirens førstehjelps stasjon skal helseteamet i kontingenten informeres raskest mulig.
6. Ved alvorligere tilfeller som krever umiddelbar sykehusinnleggelse følges prosedyre som beskrevet i "Livstruende skade, sykdom og død"

Behandling ved langvarig magetrøbbel

- Snakk med helseteamet.
- Se om det går over.
- Få i deg vann med salt og sukker. Drikk mye.
- Etter et par dager: Idoform/imodium.
- Dersom dette skjer på en av ekspedisjons-sentrene, ta kontakt med en i helseteamet (vil være en på hvert senter) eller kontingent leder, som vil vurderer situasjonen.

Ved livstruende skade, sykdom og død

1. Gi førstehjelp.
2. Ring nødnummer **999** eller hent hjelp
3. Når hjelp kommer: Norsk leder, helseteam medlem eller IST ledsager den forulykkede. Om ikke leder, helseteammedlem eller IST er i umiddelbar nærhet, reiser den forulykkede uten norsk ledsager til sykehus.
4. Helseteamet skal umiddelbart ha beskjed og informere kontingentleder. Helseteamet følger opp situasjonen videre.
5. Deltakeren/deltakerne som har vært i situasjonen skal, sammen med minst en fra kontingentledelsen, henvises til helseteamet for oppfølging. Her vil det bli tatt fortløpende vurdering om ytterligere oppfølgingstiltak for de involverte og berørte er nødvendig.
6. All informasjon til SpF og pårørende håndteres av kontingentleder. Ingen andre henvender seg til pårørende og SpF.
7. Hvis kontingentleder er syk, tar nestleder ansvaret – og videre helseteamet hvis også nestleder er syk.

I tilfelle brann

1. Følg evakueringsplan
2. På stedets samlingsplass skaffer kontingentlederen seg oversikt over deltakerne.
3. Kontingenten holder seg samlet slik at man har oversikt over speiderne inntil situasjonen er avklart.

Håndtering av media under/etter kriser

1. Media håndteres av SpF hjemme i Norge i samarbeid med kontingentleder.
2. Ingen andre uttaler seg til media.
3. Kun kontingentleder informerer (og kan bekrefte informasjon) til SpF - som så kan gå videre til media og pårørende hjemme.

Varsling av pårørende

1. Ved alvorlig skade er det kontingentledelsen, i samarbeid med helseteamet som varsler pårørende.
2. Ved dødsfall er det politi/ offentlige myndigheter som varsler pårørende.
3. Ved alvorlige hendelser er det kontingentleder som informerer resten av kontingenten om hva som har skjedd - og hva som vil skje videre.

Reglement - Norske kont. til WSM 2010

Vis hensyn

Når vi er på reise skal vi leve tett sammen under tildels slitsomme forhold i en lengre periode. Det er derfor viktig at alle oppfører seg på en måte som ikke går utover de andre. Vi vil omgås mennesker med en forskjellig kultur enn oss, delvis som gjester i deres land. Dette er også ting vi må ta hensyn til når det gjelder klesdrakt etc. Vi har imidlertid forsøkt å gjøre reglene så lite omfattende som mulig og tilrettelegge disse slik at de legger minst mulig begrensninger på den enkeltes utfoldelse og opplevelse av frihet. Nedenfor ser du reglene som lederne i den norske kontingenten sammen er kommet frem til.

Regler

Som et utg.pkt. følger vi norske og lokale lover, samt leirens regler.

- Generelt

Alle beskjeder fra respektive ledere skal følges, og alle skal sette seg inn i beredskapsplanen.

- Oppmøtetider og ro

Tidspunkter for oppmøte og ro skal overholdes. Deltakere som kommer for sent til avreisetidspunkter vil måtte bære evt. kostnader ved dette selv.

- Alkohol

Bruk av alkohol er ikke tillatt under leiren. Vår holdning er at en ikke kjøper alkohol iført speiderskjorte.

- Narkotika

All omgang med narkotiske stoffer ut over til medisinsk bruk er forbudt.

- Tobakk

Vi følger lokale regler – og unngår å plage andre med det.

- Antrekk

Kontingenledelsen bestemmer når det skal være felles antrekk. Ellers skal vi kle oss på en måte som ikke støter andre.

- Vaksiner og personlig hygiene

Hver enkelt har ansvar for å ta malariatabletter til riktige tider og sørge for god personlig hygiene på reisen.

Rutiner for flyreise

1. Max to kolli á 23 kg pr person + håndbagasje. Sørg for å feste telt, liggeunderlag osv godt til sekken.
2. Under reisen har hver enkelt ansvar for pass, billett, rei seforsikringsbevis, vaksinasjonskort og andre reisedok.
3. Når signaltavlen sier "Go to gate," skal alle gå til gaten, selv om du tror du har tid til noe annet.
4. Evt overvekt på bagasjen må betales av den enkelte.
5. Alle skal pakke slik at de i prinsippet kan tåle å miste bagasjen. Det betyr at viktige medisiner, ladere osv som ikke så lett lar seg kjøpe lokalt bør pakkes i håndbag.

Rutiner under rundreisen

1. Alle skal alltid møte opp i god tid til alle avtaler.
2. Den som forsinker felles transport skal utsettes for den straffen resten bestemmer. (Skal godkjennes avledelsen)
3. Alle sikkerhetsinstruksjoner skal følges.
4. Alt sikkerhetsutstyr skal brukes når dette anbefales.
5. Alle skal være vennlige, hjelpsomme og positive hvis de ikke er skikkelig syke.

Reaksjoner ved brudd på regler

Kontingentledelsen vil reagere på regelbrudd når tilliten misbrukes grovt – og når oppførselen går ut over egen og/eller andres sikkerh. Slike brudd kan være: **1)** Være synlig beruset, **2)** Total mangel på personlig hygiene – og/eller vise alvorlig mangelfull evne til å ta vare på seg selv - eller **3)** Ikke følge oppsatt program og/eller ikke forholde seg til gitte sikkerhetsinstrukser.

Reaksjoner vil skje i to trinn:

1. En grundig samtale / tydelig advarsel med den/de det gjelder.
2. Ved gjentakelse sendes den/de det gjelder hjem. Nær meste pårørende i Norge varsles samtidig. Alle kostnader knyttet til hjemsendelsen – deriblant også kostnader for eventuelt følge - må dekkes av de som sendes hjem.





Rop, sanger og sangleker

Boom Chicka Boom:

Boom Chicka Boom!
I said a boom chicka boom
[Scouts repeat]
I said a boom chicka boom.
[Scouts repeat]
I said a boom chicka rocka
Chicka rocka, chicka boom
[Scouts repeat]
I said a boom chicka boom.
[Scouts repeat]
Oh yeah (echo), uh huh (echo),
next time (echo)
A little softer (echo).
A little louder...
A little slower...
A little faster...
The end!!!

(Kan og gjerast på ulike språk)

Bravo!:

Bravo!
B-R-A sier BRA
V-O sier VO
Sier BRA
sier VO
Sier BRAVO

Hysj, ka sa ho:

Hysj, ka sa ho?
Ho masa, masa, masa!
Ein kar skal svinga sverdet!
(Han ska'kkje vera hime!)
Han skal ikkje vaska opp!

Oggi:

Oggi, oggi, oggi! Ai, ai, ai! (2x)
Oggi -Ai!
Oggi - Ai!
Oggi, oggi, oggi! Ai, ai, ai!

Ole, ole, ole! Brum, brum, brum!
(2X)
Ole! Brum!
Ole! Brum!
Ole, ole, ole! Brum, brum, brum!

Nasse, nasse, nasse! Nøff, nøff,
nøff! (x2)
Nasse! Nøff!
Nasse! Nøff!
Nasse, nasse, nasse! Nøff, nøff,
nøff!

Oggi, ole, nasse! Ai, brum, nøff!
(x2)
Oggi! Ai!
Ole! Brum!
Nasse! Nøff!
Oggi, ole, nasse! Ai, Brum, Nøff!

Klara Barnestemmar

Ja, vi har våra klara
barnestemmar kvar,
men har ni era klara
barnestemmar kvar?
(høyere og høyere)

Den var god, den var bra

Den var god, den var bra, den
 var slettes ikke dårlig, den må vi
 ha minst 10 ganger årlig!

Den var vannet

Den var vannet over måte, vi har
 ingen redningsflåte!
 Hu, hei, ville dyr.
 Blå elefanter på sykkelstur.
 Sola går ned i havet plask!

Everywhere we go!

Everywhere we go-o
 Pe-ople want to know-o
 Who we a-are
 And where we come from
 So we tell them
 We're from [name of town]
 Mighty, mighty [town]
 And if they can't hear us
 We sing a little louder

*(Repeat, get louder each time
 until you reach your limit)*

...

And if they can't hear us
 They must be DEAF!!!!

Jambo

Jambo, jambo Bwana.
 Habari ghani, mzuri sana.
 Wageni, Wakaribishwa.
 Kenya yetu
 Hakuna Matata

Sangleker

Hode, skulder kne og tå
 Jeg er en liten undulat
 Min hatt den har tre kanter
 Bro, bro brille
 Slå på ringen
 Bjørnen sover
 Buggi buggi
 Per sjuspring
 Ta den ring
 My pony

Leker

Leker:

Her er noen forslag til leker hvis du og patruljen trenger noe å gjøre:

Flaskelek

Tegn opp en strek på bakken og legg en stein (eller en annen liten ting) en halv meter fra streken. Stå bak streken og hent steinen uten å være borti bakken mellom streken og steinen. Når alle har prøvd å få tak i steinen flyttes den lenger vekk fra streken og man starter på ny runde. Etter hvert som steinen ligger langt fra streken er det lov å bruke en flaske (helst i hardplast) som hjelpemiddel. Kun flasken har lov til å være borti bakken. Hvis man ikke får tak i steinen eller er borti bakken med kroppen er man ute. Sistemann igjen vinner.

Potetløp

Den klassiske 17. mai-leken! Du trenger en spiseskje, en potet (eller noe som ligner) og to eller flere lag.

Stiv heks med fine ord

Som vanlig stiv heks, blir du tatt må du stå i ro.. For å få bevege deg igjen må en annen person komme bort til deg og gi deg en kompliment.

Hermelek

Omtrent som hviskeleken, men med bevegelser istedenfor ord. To stykker begynner med ansiktet mot hverandre, resten av patruljen står på rekke med ryggen til. Den som står først skal vise noen bevegelser til nr to. Deretter skal nr to vise bevegelsene til nr tre. Fortsett helt til nest siste i rekken har vist bevegelsene til sistemann. Den som fant på bevegelsene må huske dem, slik at man kan sammenlikne bevegelsene man startet med og endte opp med.

Funfacts om Kenya (klippet litt herfra og derfra)

- Kenya, formerly known as British East Africa, became independent in 1963 and a republic in 1964.
- There are more than 65 national parks and wildlife preserves. Each zone has distinct wildlife. Twenty hectares of rainforest contain more bird species than the whole of Europe. Much of Kenya's native flora is not found anywhere else in the world.
- Kenya has been named after Mount Kenya, a very significant landmark in the country.
- The most popular sports in Kenya are cricket, track and field, box, soccer, volleyball, rugby, tennis and field hockey.
- Kenya has only two seasons - the rainy season and the dry season.
- The dowry (medgiften) for marriage starts at 10 cows.
- Everyone wants to know what you think of Obama.
- Corn is the top commodity.
- Kenyans' are very well dressed people.
- There is no such thing as personal space.
- Sleeping under a mosquito net is like making a tent in the living room when you were a little kid.
- Kenyans' drink lots of chai tea and not very much coffee.
- Usually drink their beverages either room temperature or hot never cold.
- Kenyan men can have multiple wives.
- Driving the Kenyan way means fitting 19 people in a 9 passenger van.
- In Swahili the word "chai" means tea . . . so in America when we order a chai tea we are actually saying tea tea.
- Mount Kenya is a long extinct volcano. It is Kenya's highest mountain at 5,199 metres. It carries 12 glaciers beneath the twin rocks of Batian and Nelion. The snowline is perennial above 15,000 feet.
- Kenya means 'white mountain'. It derives its name from kirinyaga, the Kikuyu name of Mount Kenya. The Kikuyu tribe believe that the home of God is there.
- Kenya maintains an almost constant 12 hours of daylight. Sun up and sundown is at around 6.15 to 6.45 and varies by only 30 minutes throughout the year.

Norsk-engelsk speiderordliste

Norsk

NSF

KFUK-KFUM-speidere

SpF

Gruppeledelse

Gruppeleder

Gruppeassistent

Gruppeting

Patroljeleder (peff)

Patroljeassistent (ass)

Stifinner

Vandrer

Rover

Roverlag

Bever

Beverkoloni

Småspeider

Småspeiderflokk

Krets

Kretstinget

Kretsstyre

Kretsleder

Ombud

Korps

Forbund

Speiderstyre

Speidersjef

Generalsekretær

Speiderting

Engelsk

The Norwegian Guide and Scout Association

YWCA-YMCA Guides and Scouts of Norway

Guides and Scouts of Norway

Group Executive

Group Commissioner

Assistant Group Commissioner

Group Council

Patrol Leader

Patrol Assistant

Pathfinder

Venture

Rover / Ranger

Rover / Ranger Team

Beaver

Beaver Unit

Brownie / Cubs

Brownie Unit / Cubs Unit

District

District Council

District Executive Committee

District Commissioner

Commissioner

Corps

Association

National Executive Committee

Chief Scout

Secretary General

National Assembly

Dyrene i Afrika

(“De fem store” er uthevet og i kursiv)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Bøffel | <input type="checkbox"/> Sjakal |
| <input type="checkbox"/> Gnu | <input type="checkbox"/> Svart Mamba (slange) |
| <input type="checkbox"/> Sebra | <input type="checkbox"/> Ørerev |
| <input type="checkbox"/> Thomson's Gaselle | <input type="checkbox"/> Bavian |
| <input type="checkbox"/> Giraff | <input type="checkbox"/> Kudu |
| <input type="checkbox"/> Elefant | <input type="checkbox"/> Surikat (Timon) |
| <input type="checkbox"/> Løve | <input type="checkbox"/> Masai |
| <input type="checkbox"/> Hyene | <input type="checkbox"/> Pelikan |
| <input type="checkbox"/> Topi (antilope) | <input type="checkbox"/> Struts |
| <input type="checkbox"/> Impala | <input type="checkbox"/> Honninggrevling |
| <input type="checkbox"/> Halvmåneantilope | <input type="checkbox"/> Amerikanske turister |
| <input type="checkbox"/> Grant's Gaselle | <input type="checkbox"/> Gribb |
| <input type="checkbox"/> Vortesvin (Pumbaa) | <input type="checkbox"/> Marabustork |
| <input type="checkbox"/> Eland | <input type="checkbox"/> Sekretærfugl |
| <input type="checkbox"/> Flodhest | <input type="checkbox"/> Krontrane |
| <input type="checkbox"/> Gepard | <input type="checkbox"/> Perlehøne |
| <input type="checkbox"/> Krokodille | <input type="checkbox"/> Mangust |
| <input type="checkbox"/> Duiker (antilopeart) | <input type="checkbox"/> Hare |
| <input type="checkbox"/> Vannbukk | <input type="checkbox"/> Ekorn |
| <input type="checkbox"/> Leopard | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Svart nesehorn | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Dik-dik (liten antilope) | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Oribi (liten antilope) | <input type="checkbox"/> _____ |

Engelsk - Swahili ord og uttrykk

English

'Hello

How are you?

Fine (response)

Goodbye

See You Later

Nice to meet you

Goodnight

Yes

No

Thank you

Thank you very much

Please

OK

Excuse me

You're Welcome

Can you help me?

What is your name?

My name is

Where are you from?

I'm from ..

May I take a picture?

Do you speak English?

Just a little bit

I don't understand

Friend

Where is the ...

Bank

Market

Police station

Post Office

Tourist Office

Toilet/bathroom

Swahili

Jambo / hujambo / Salama

Habari gani

Nzuri

Kwa heri

Tutaonana

Nafurahi kukuona

Lala salama

Ndiyo

Hapana

Asante

Asante sana

Tafadhali

Sawa

Samahani

Starehe

Tafadhali, naomba msaada

Jina lako nani?

Jina langu ni ...

Unatoka wapi?

Natokea ...

Naomba kupiga picha

Unasema kiingereza?

Kidogo tu!

Sielewi

Rafiki

ni wapi ...

benki

soko

kituo cha polisi

posta

ofisi ya watali

choo

English	Swahili
Today	leo
Tomorrow	kesho
Yesterday	jana
Now	sasa
Later	baadaye
Every day	kila siku
Monday	umatatu
Tuesday	Jumanne
Wednesday	Jumatano
Thursday	Alhamisi
Friday	Ijumaa
Saturday	Jumamosi
Sunday	Jumapili
1	moja
2	mbili
3	tatu
4	nne
5	tano
6	sita
7	saba
8	nane
9	tisa
10	kumi
11	kumi na moja
12	kumi na mbili
20	ishirini
21	ishirni na moja
30	thelathini
40	arobaini
50	hamsini
60	sitini
70	sabini
80	themanini
90	tisini
100	mia
200	mia mbili
1000	elfu
100,000	laki

English	Swahili
Where can I find a ...	Naweza kupata ... wapi?
Doctor	daktari/mganga
Hospital	hospitali
Medical Center	matibabu
I'm sick	mimi ni mgonjwa
I need a doctor	nataka kuona daktari
It hurts here	naumwa hapa
Fever	homa
Malaria	melaria
Headache	umwa kichwa
Diarrhoea	harisha/endesha
Vomiting	tapika
Medicine	dawa
Animal	wanyama
Buffalo	Nyati / Mbogo
Cheetah	Duma / Chita
Cow	N'gombe
Elephant	Tembo / Ndovuh
Giraffe	Twiga
Goat	Mbuzi
Hippo	Kiboko
Hyena	Fisi
Leopard	Chui
Lion	Simba
Rhino	Kifaru
Warthog	Ngiri
Wildebeest	Nyumbu
Zebra	Punda milia
No money	Hakuna pesa
I do not know	Mimi sijui
Toilet	Choo
Stop the car!	Tafadhali
(=please),	simamisha gari!

Hvem er i hvilke biler?

1

<u>Johanne Prestegård</u>	1-1
Ingeborg Saugé Torpe	1-2
Audun Formo Buene	1-3
Halvor H Spikkeland	1-4
Lillian Frette Litlehamar	1-5
Fredrik Storehaug	1-6
Lene Hagen	1-7

2

<u>Fredrik Hansen</u>	2-1
Håkon Broder Lund	2-2
Kristoffer Hauken	2-3
Randi Korsgaard	2-4
Marie Fauskrud	2-5
Eline Marie Grøholt	2-6
Marianne Lilleeng Walløe	2-7

3

<u>Asbjørn Stokka</u>	3-1
Kim Terje Myrseth Tollefsen	3-2
Pia Dydland	3-3
Ingrid Mykkeltveit Terjesen	3-4
Peter Munch-Ellingsen	3-5
Hans Edvard Dahl Gjerde	3-6
Dan Cato Fagernes	3-7

4

<u>Erling Husby</u>	4-1
Ingeborg Solvang	4-2
Martin Løvbakk Iversen	4-3
Erling Torvid Hagen Agøy	4-4
Jon Martin Harstad Bakken	4-5
Camilla Aabakken	4-6
Priska Helene Hiller	4-7

5

<u>Mats Brunsvik</u>	5-1
Mona Cecilie Helliksen	5-2
Bjørn Liland	5-3
Lise Lotte M Øveråsen	5-4
Karina Endresen	5-5
Lise Knutsen	5-6

6

<u>Pernille L. Skovly</u>	6-1
Maren Paulsen	6-2
Hans Alexander Skalleberg	6-3
Carl-Fredrick Sandberg	6-4
June Irene Fagernes	6-5
Maren Aksland	6-6

7

<u>Kathrine Meitzner</u>	7-1
Iril Naustdal	7-2
Marianne E. F. Morland	7-3
Morten Kolbu	7-4
Anders Myhr Nielsen	7-5
Kim Magnus Bærum	7-6
Audun Ingebrigtsen	7-7

8

<u>Martin Dons</u>	8-1
Martine Firing	8-2
Andreas Handal Dørum	7-3
Torben Øvredal Hesse	8-4
Katrine Hauken	8-5
Henriette Wathne Gelink	8-6