

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Forberedelsen inden mødet

Disse VintageSpejds træningsmøder er ment som inspiration til hvordan et spejdermøde kan se ud, I er velkomne til at flytte rundt og ændre i aktiviteterne. Hvis spejderne allerede kan nogle af prøvekravene er det selvfølgelig ikke nødvendigt at øve dem.

Der er brug for en møde ansvarlig og 4 assisterende trop/leder/andre som også er førstehjælpskyndige, for at kunne drive posterne sammen med spejderne.

Læs mere på Falck.dk [Link:](#)

Dette er et udvidet møde på 3timer/180min

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

Morse: Det vil være en stor fordel hvis spejderne inden forløbet har trænet morsealfabet (vigtigst er dog de 3 øverste rækker i morse alfabetet). I kan bede spejderne om at medbringe mobiler med til mødet til at anvende trænings apps, som **"Morsee"** til at prøve bogstaverne af med tegn og lyd.

Til tørtræning findes **"Morse Mania"** som spil hvor man guides igennem alfabetet og lære undervejs nye morsebogstavers.

Når man vil sende direkte beskeder til hinanden kan man i **"Morse Mania"** vælge **"Morse Chat"**, her kan man sende direkte beskeder via lyd når man har hinandens brugernavn og hvis man ønsker at se morse tegnene vil det koster 36kr pr enhed.

Hvis man ikke har morseplader i gruppen men man kan også selv lave dem f.eks. af krydsfinér. Skær to krydsfinérplader ud i målene 40 x 40 cm og farvelæg dem i hvid og rød maling som vist på billederne. Der skal klistres en tyk liste i målene 3 x 15 cm på midten af bagsiden på hver af pladerne, som man kan holde dem fast i, når man signalerer.

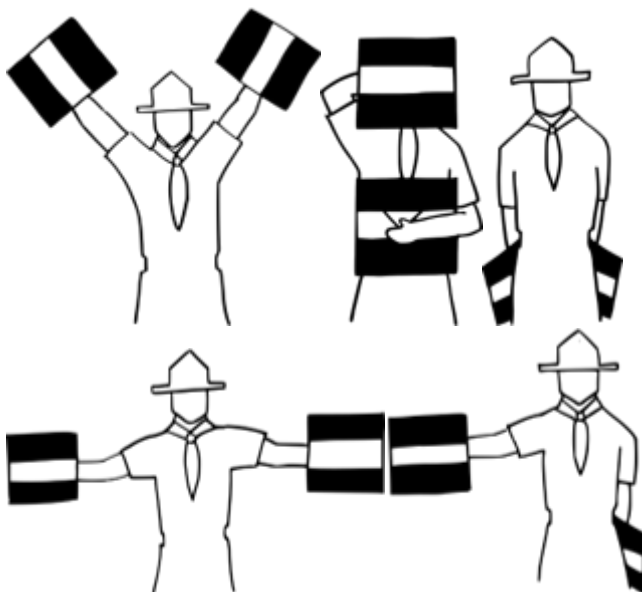
I kan læse om signalering med morseplader i spejderbøgerne Spejderlex og Spejderliv, der kan købes i spejderforretningerne.

Der anvendes morseplader til prøven og derfor skal der anskaffes minimum 4 plader (brug eventuelt

Titel: Møde instruktion
Forløb: 2.klasseprøven
Aktivitet: Møde 2 ud af 4

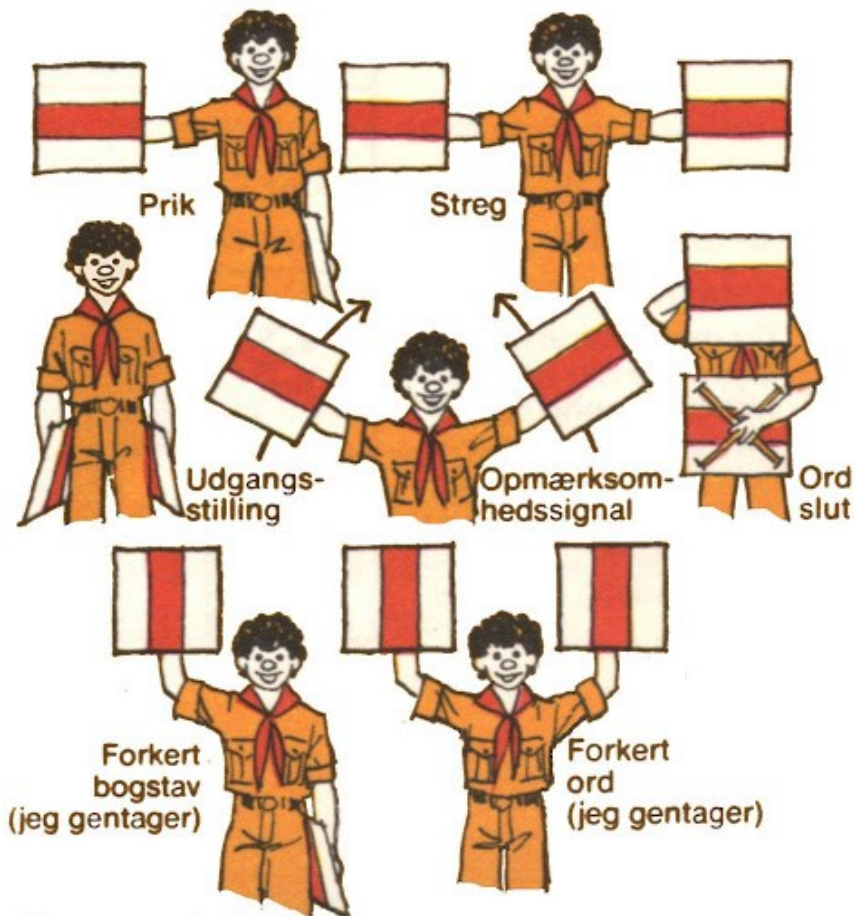
VintageSpejd
TimeWinder
Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

malerlæreder 35cm x 35cm og mal en rød stribe på dem.



Titel: Møde instruktion
Forløb: 2.klasseprøven
Aktivitet: Møde 2 ud af 4

VintageSpejd
TimeWinder
Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023



| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Inden mødet skal der laves simple sætninger, som kan udlever

Valgmuligheder hvis mn vil træne med udstyr: Se vurdering nedenfor.

Analog setup:

- a. **MFJ-557**: kan bruge batteri eller DC12V. Pris for 1 stk 82£ (inklusive porto) derefter 52,5£ pr stk. Kan bruges både til at træne morse og men også hvis man ønsker at morse via radio senere. Denne version med lyd kan også tilkobles høretelefoner, hvis man ikke vil forstyrre eller højttalere hvis man gerne vil forstyrre.

<https://www.xbstelecom.eu/shop/en/morse-rtty-psk-atv-/1191-mfj-mfj-557-avec-code-cle-oscillateur.html>

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

- b. **Morse Code Key practice sounder:** En god skole model kun til træning, som både har lyd og lys. Pris for 1 stk. 17£ (inklusiv porto) derefter 7£ pr stk.
<https://www.ebay.co.uk/itm/254943540924?hash=item3b5bd1b6bc:g:hqwAAOSwUmNgeKfv>
- c. **TK20 Morse training Key with built in Morse Tutor:** Morsenøgle kun til træning, med lyd og med træner som blander morse alfabetet, som man kan prøve at afkode. 27pund (inklusiv porto) derefter 22£ pr stk forsendelse
<https://www.phoenixkitsonline.co.uk/ourshop/product/7422031-TK20-Morse-training-Key-with-built-in-Morse-Tutor-Full-Kit-Version.html>
- d. **Byg din egen Morsenøgle med lyd:** Her skal man have lidt snilde
http://www.naturshow.dk/Historier/Telegrafi%20og%20telegrafister.html#Telegrafi_som_legetoej
- e. **Byg din egen Morsenøgle med lys:** Her skal man også have lidt snilde.
- a. Videnomenergi:
https://www.okolariet.dk/media/159861/oekolariet_byg-en-telegraf.pdf
 - b. KFUM Skærbæk:
<https://kfumskaerbaek.wordpress.com/2016/02/22/baeverne-laver-morseapparater/>

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

Digital setup

1. **Via PC:** Køb en morse nøgle enten MFJ-557 eller byg en selv: Vi foreslår at anvende hjemmesiden Morsecode.me, der findes også andre hjemmesider der kan anvendes. Brug en computermus, skil den ad og lod to ledninger på venstre musetast og du har forbundet den morsenøgle via USB.
[Converting an Old Morse Key to USB to Work With Morse Trainers and Hamsphere - YouTube](#)

Afklaringer som I skal gøre:

- For at lære alfabetet anbefaler vi at man anvender apps til træningen. Dog skal der anvendes morseplader
- For at lære at afkode og sende anbefaler vi [b.] til hver spejder, som de kan lånes med hjem, så de får den fysiske oplevelse og læring.
- Hvis I vil bruge et ekstra møde, kan I lave egen nøgle og opsætning [d. e.]

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Materialer:

- Forbindinger
- En Spejderbog pr spejder eller udprint deraf.
- Morsenøgle
<https://55nord.dk/products/baptistspejderne-morsen-gle>
- Morseplader

DelPrøver der indgår i mødet:

- 4) a ,b c, d, e
- 7) a,

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.klasseprøven: Førstehjælp og Signalering: [180]min

Mødets program:

1. Velkomst[15min]

- 1.1 Flaghejsning [10min]
- 1.2 Opfølgning på Sagnet om Dannebrog [5min]

2. Aktiviteter [150min]

- 2.1 Introduktion [5min]
- 2.2 Første Stjerneløb [55min]
- 2.3 Sang [5min]
- 2.4 Andet Stjerneløb [75min]
- 2.5 Alarmering [15min]
- 2.6 Signalering [5min]

3. Afslutning [15min]

- 3.1 Øve sagnet om Dannebrog til næste gang
- 3.2 Øve med korte om kongefamilien og Regenten
- 3.3 Øve de to nationalsange
- 3.4 Nedhaling af flag [10min]

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

1. Velkomst[15min]

Opgave: Spejderne melder klar patruljevís.

1.1 Flaghejsning [10min]

Introduktion: Flaghejsning og patruljeopstilling: Til opstart ved alle VintageSpejds træningsmøder er det en god ide at starte med en flaghejsning. Hvis det er en ting som gruppen gør i forvejen, er der selvfølgelig ikke noget der skal laves om.

Flaghejsningsøvelsen er en god undskyldning til at træne uniformsorden og spejderhilsen, hvilket også kommer til at være en vigtig del af lejren.

1.2 Opfølgning på sagnet om Dannebrog [5min]

Der vælges en spejder som der skal genfortælle sagnet, som blev gennemgået mødet forinden og som er forberedt til i dag. Hvis nødvendigt kan lederen være behjælpelig. Dette spørges der ind til de næste gange også.

2. Aktiviteter [150min]

Opgave: Spejderne melder klar, ved at stille sig op på linje eller række, når alle i patruljen står klar, kan der meldes klar med spejder honnør.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.1 Førstehjælp - Introduktion [5min]

Introduktion: Lær om førstehjælp så du kan hjælpe andre, dem som du holder af og dig selv-
"Når et andet menneske er i nød, handler det virkelig om at gøre sit bedste. En god førstehjælper ved, hvad der skal gøres. Og så handler en god førstehjælper hurtigt og Resolut" *Spejderliv.*"

På TimeWinder til Pinsen kommer I til også at skulle tage Førstehjælp som er en delprøve af 2. klasseprøven. Hvis I består alle delprøverne kan I gøre jer fortjent til at bære 2.klassemarket.

Spejderne får to stjerneløb. Spejderne bliver bedt om at øve behandlingerne hjemme, og afprøvet på næste møde.

På hvert Stjerneløb får spejderne en fælles undervisning til de fem områder hvor der kan stilles spørgsmål, hvorefter spejderne opdelt sendes ud til posterne og når de er færdige kommer de tilbage og sendes ud til ny post.

På hver post er det vigtigt at alle spejdere får prøvet deres viden af. Dette kan gøres ved at lederen stiller spørgsmål skiftevis til hver spejder, mens en spejder demonstrerer eller fremviser.

På posterne præsenterer spejderne deres førstehjælp som makkerpar på hinanden og på stjerneløbet efter bytter de rundt så alle for prøvet det af enten på sig selv eller en anden. Ved flere elementer på posterne kan der godt køre to makkerpar parallelt mens de andre ser på.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.2 Første Stjerneløb [55min]

Præsentation i basen af ledere, gerne fordelt med en leder for hvert punkt [30 min]

- A. Solstik og Hedeslag [5min]
- B. Forbrændinger og skoldninger [5min]
- C. Bid og stik [5min]
- D. Hudafskrabninger [5min]
- E. Hjernerystelse [5min]
- F. Mindre sår [5min]

Stjerneløb [25 min]

(Hver post er bemanded af en leder)

- Pos A: Solstik og Hedeslag [4min]
- Pos B: Forbrændinger og skoldninger [6min]
- Pos C: Bid og stik [4min]
- Pos D: Hudafskrabninger [6min]
- Pos E: Hjernerystelse [5min]

E: Mindre sår: Er dækket i spejderprøven eller kan være trænet i et andet forløb.

2.3 Sang [5min]

“Kong Christian” synges inden start på andet stjerneløb.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.4 Andet Stjerneløb [75min]

Leder fremviser forbindelse af hoved, øje, albue, finger, knæ og fod på en frivillig. Fremvis en type forbindelse af gangen og lad spejderne øve den på hinanden.

Præsentation i basen af leder, gerne en leder for hvert punkt [35min]

- A. Mindre blødninger og mindre Snitsår [18min]
- B. Større Ydre Blødning [8min]
- C. Simple ulykkestilfælde [6min]
- D. Næseblod [3min]

Stjerneløbet [40min]

Pos A1: Mindre blødninger og snitsår 1/2 [10min]

- En spejder viser forbindelse for dybt eller gabende sår ved/på hoved
- En Spejder viser forbindelse for dybt eller gabende sår ved/på albue

Pos A2: Mindre blødninger og snitsår 2/2 [10min]

- En Spejder viser forbindelse for dybt eller gabende sår ved/på knæ
- En Spejder viser forbindelse for snitsår på finger

Pos B: Større Ydre Blødning [10min]

- Spejderen viser hvordan personen stabiliseres

Pos C: Simple ulykkestilfælde [10min]

- Spejderen viser behandling og forbindelse af øje

D: Næseblod: Dækket i spejderprøven eller kan være dækket i andet forløb.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.5 Alarmering [15min]

Denne aktivitet afvikles i 5 grupper så alle lederne/hjælperne stadig anvendes. Ved færre end 10 deltagende spejdere, kan gruppe antal reduceres.

Introduktion:

Når en ulykke opstår er det en god ide altid at være flere tilstede, selvom det kan være en mindre skade.

Ved mindre skader, skal man kontakte egen læge eller skadestuen.

Ved større ulykker er det vigtigt at ringe til alarmcentralen på 1-1-2.

Er der ikke tale om akut opstået sygdom eller skade, skal du ringe til Akuttelefonen på 1813.

Sp

Når du ringer:

- **(Hvem)** du er?
- **(Hvor)** adressen det er sket?
- **(Hvad)** der er sket?
- **(Hvor mange)** er det kommet til skade?

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Gruppearbejde med ledere:

Hvis man ønsker at teste spejderne rigtig godt kan hver leder have aftalt en som leger Alarmcentral som spejderne i gruppen kan ringe til. Det vil udfordre for spejderne i at det lige pludselig er en fremmed de skal ringe til.

Lederne står på hver deres post så spejderne fordeles bedst muligt ud. Lederen har forberedt et par historier om de "tilskadekommande", som spejderne skal fortælle til alarmcentralen.

En Spejder er moment og lader som om de er kommet tilskade.

En anden spejder skal så ringe til alarm centralen. Ved flere spejdere roteres der rundt så alle kommer til at prøve.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

2.6 Signalering [5min]

Næste gang skal vi arbejde med Signalering med Morsekoder. Her skal vi lære at afsende og modtage lette ord med morse i lav hastighed.

- Vi skal kunne modtage morse via morseskilte og skrive den ned
- Derefter skal vi også kunne sende en besked tilbage til lederen
- Hastigheden kan trænes så det foregår flydende

I dag får alle en sætning udleveret i morsekode som I skal øve jer på at morse den udleverede besked til næste gang med armposition til morseplader. Der kan også øves på apps som "Morsee" hvis man kun vil træne frit, hvis man vil spille et spil for at indøve dem udenad kan man anvende "Morse Mania".

Til dem som gerne vil træne på app, kan komme hen efter mødet og vi finder appen sammen på jeres mobiler og hvis gruppen har morsenøgler med lyd udleveres de også.

Hver især for udleveret en tekst som skal øves til næste gang.

Se tekst der skal printes i bilag til uddeling

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

3. Afslutning: [15min]

Mødet afsluttes med opsamling på dagen

3.1 Dannebrog: [1,5 min]

Øves til næste gang: Kunne genfortælle sagnet om Dannebrog

3.2 Kongefamilien og Regenten: [1,5 min]

Øves til næste gang: Spejderne skal hjem og øve kortene til næste gang hvor de skal alle kunne svare på spørgsmålene fra lederne. (Dette tjekkes ved at udvælge hvem der svarer på spørgsmålene)

3.3 Nationalsange: [2min]

Øves til næste gang: Begge sange øves til næste gang. "Der er et yndigt land" og "Kong Christian"

3.4 Nedhaling af flag: [10min]

Opgave: Flaget tages ned af to spejdere, lad to ledere hjælpe hvis der er behov. (Husk at tage det ned inden det bliver mørkt) Dette gøres mens der synges "Fra himlen er du faldet" fra sangbogen

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

**Bilag: 2.Klasseprøvens samlede krav, hvor
markeringer viser mødets emner:**

1) Karakter

a) Vise at orden og Præcision er gennemgående for spejderen.

2) Danmark

a) Kunne synge "Kong Christian" og "Der er et yndigt land" fra sangbog

b) Kunne navnene på regenten og dennes børn samt statsministeren

3) Flaget

a) Kunne sagnet om Dannebrog

b) Hejse og nedhale et flag

c) Kunne synge: "Fra himlen er du faldet" fra sangbog

4) Førstehjælp

a) Kunne vise rensning af hudafskrabninger og snitsår, og alm. steril forbindelse.

b) Kunne vise, hvorledes forbindinger kan holdes på plads med tørklæde, forbindinger på hoved, øje, hånd, knæ og fod og kunne lægge armstøtte.

c) Kunne vise, at du kan alarmere læge og ambulance

d) Kunne behandle solstik, forbrændinger, skoldninger og bid

e) Vide hvad man skal gøre ved en besvimelse

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

5) Lejrfærdigheder

- a) Kunne tænde et bål ved hjælp af kniv, økse og naturmaterialer, samt to tændstikker
- b) Kunne holde bålet ved lige (koge vand til te).
- c) Kunne gøre rede for reglerne for brug af økse

6) Knob

- a) Vise slyngestik, dobbelt halvstik om egen part, ottetalsknob og pælestik

7) Signalering

a) Kunne afsende og modtage lette ord med morse.

8) Orientering

- a) Kunne udlægge en given retning ved hjælp af kompas og vise, at du kender de 8 hovedretninger.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag: Lommeindhold

- Vi forventer, at alle spejdere til enhver tid bærer følgende i deres uniformslomme(r): notespapir, blyant, viskelæder, plaster i hygiejnisk forsvarlig indpakning, 100 kroner, sygrej og håndsprit - Vi ser gerne, at alle spejdere til enhver tid også bærer følgende i deres uniformslomme(r): - Mindre gaze-komprimert, renseserviet - begge i hygiejnisk forsvarlig indpakning, kort lineal, lommebog/-bøger, sangbog, kompas - sidstnævnte kun for tropsspejdere.

- Vi ser gerne at alle spejdere har hurtig adgang til følgende: kniv, knobtov, flint og stål, krus/kop

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Solstik og Hedeslag [5min]

Kilde: Falck.dk

Sådan behandler du Solstik og Hedeslag
Hvis uheldet er ude og du eller en du kender bliver ramt af solstik eller hedeslag, skal du gøre følgende:

- Tilkald hjælp: Ring 1-1-2
- Berolig den tilskadedkomne
- Bring personen i skyggen eller til et område med aircondition
- Løsn stramt tøj, fjern sko og strømper
- Giv personen noget at drikke - gerne væske med salt
- Sprøjt koldt vand på personen - eller afkøl personen med is
- Læg kolde, våde klude på underben, underarme og hoved eller læg personen i vandkanten eller i et badekar for at blive nedkølet.

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

Bilag Førstehjælp - Forbrændinger og skoldninger [5 min]

Kilde: Falck.dk

Der findes 3 grader af forbrændinger

- 1. grads forbrænding: Rødmen og svien (f.eks. solskoldning)
- 2. grads forbrænding: Rødmen, svien og blæredannelse
- 3. grads forbrænding: Forkulning og ingen smerter, da nerverne er brændt væk. Ved skoldninger bliver huden hvid

Hvad sker der, hvis en person bliver forbrændt?

- Ved en forbrænding bliver huden udsat for varme, så temperaturen stiger. Samtidig vil stofskiftet i hudens celler også stige. Derfor er det vigtigt skylle med tempereret (ca. 15 - 20°C) vand, så temperaturen nedsættes. Husk altid at skylle så længe der er smerter - og altid mindst 20 minutter.
- Efter afsluttet køling bør et brandsår tildækkes af en løs steril forbinding.
- Vigtigt: Ved forbrændinger kommer der et stort varmetab. Sørg derfor for at holde kroppen varm de steder, der ikke er forbrændte.

Fortsættes:

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Symptomer ved forbrænding

- Rødmen og svien
- Smerter
- Blæredannelse
- Forkulning og hvid hud

Sådan gør du, hvis en person bliver forbrændt:

- Nedkøl straks med vand (find en temperatur, der føles behagelig)
- Tag løstsiddende tøj af
- Tilkald hjælp, hvis personen har dybe, udbredte forbrændinger
- Vær opmærksom på almen afkøling
- Fortsæt med at køle med vand
- Hvis personen bliver bevidstløs:

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Bid og stik [5 min]

Kilde: Falck.dk

Ved du hvad du skal gøre, hvis du er blevet stukket af et insekt? Nedenunder har vi samlet et par gode råd til hvad du skal gøre, hvis du bliver stukket eller bidt af en bi, hveps, fjæsing, myg eller flåt. Bid og stik fra insekter, hugorme m.m. er sædvanligvis ikke farlige. Dog skal du være meget opmærksom på, hvis en person lider af allergi overfor insektstik (bier/ hvepse) eller f.eks. hugormegift.

Symptomer ved insektstik

Symptomer du skal være opmærksom på, hvis en person er blevet bidt/stukket:

- Voldsomme hævelser
- Udslæt på kroppen
- Utilpashed
- Vejrtrækningsbesvær

Vigtigt! Hvis en person udvikler disse symptomer, skal straks ringe 1-1-2 og tilkalde en ambulance.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Hudafskrabninger [5min]

Kilde: Falck.dk

Sådan behandler du hudafskrabninger

- Rens såret med rent vand eller renseserviet.
- Prøv at undgå sæbe direkte i såret - det kan irritere såret
- Tildæk med steril forbinding eller plaster.
- Hvis hudafskrabningen er større, i ansigtet eller der er urenheder der sidder fast: Kontakt læge, skadestue eller sundhedscenter

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Mindre sår [5min]

Kilde: Falck.dk

Sådan behandler du et mindre sår:

- Rens såret med rent vand eller renseserviet.
- Prøv at undgå sæbe direkte i såret - det kan irritere såret
- Dæk såret med forbinding eller plaster

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Mindre blødninger [4min]

Kilde: Falck.dk

Sådan behandler du en mindre blødning:

- Hvis såret er dybt og gabende, eller placeret i ansigtet eller ved et led skal du gøre følgende:
- Stop blødningen
- Dæk såret med en forbinding
- Kontakt læge, skadestue eller sundhedscenter

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Mindre Snitsår [4min]

Kilde: Falck.dk

Sådan renser du mindre snitsår:

- Rens såret omhyggeligt
- Brug vand, sæbe, børste eller renseserviet
- Dæk såret med forbindelse eller plaster

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Hjernerystelse [5min]

Kilde: Spejderliv side 68

Kontakt lægen hvis den tilskadekomne:

- Har mistet bevidstheden ved slaget
- Virker forvirret eller har tomt blik
- Har problemer med balance og koordination
- Har mistet hukommelsen

Sådan gør du ved hjernerystelse

- Kontakt lægen

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Næseblod [3min]

Kilde: Falck.dk

Sådan gør du ved næseblod:

- Sæt personen op - evt. med hovedet let fremover
- Klem om næsen i 5-10 minutter
- Hvis blødningen fortsætter: Supplér med en klud med isterninger, der placeres over personens næse/pande, mens du fortsat klemmer. Put eventuelt en isterning i munden.
- Hvis blødningen ikke stopper efter et par forsøg (2x10 min) eller personen bliver dårlig: Kontakt læge, skadestue eller sundhedscenter

Titel: Møde instruktion VintageSpejd
Forløb: 2.klasseprøven TimeWinder
Aktivitet: Møde 2 ud af 4 Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

Bilag Førstehjælp - Større Ydre Blødning [8min]

Kilde: Falck.dk

Sådan kan du kende en større ydre blødning:

- Personen bløder meget
- Blegthed
- Smerter
- Kold og klam hud

Sådan behandler du større ydre blødninger:

- Pres dine fingre eller din hånd direkte mod det blødende sted
- Anbring personen i liggende stilling med benene hævet
- Anlæg en forbindelse, hvis muligt
- Løft det blødende sted så højt som muligt
- Berolig og trøst personen
- Beskyt den tilskadekomne mod kulde og varmetab (pak personen ind i tæpper eller lignende)
- Tilkald hjælp: Ring 1-1-2

Sådan reagerer kroppen på en større blødning

- Hvis blodtabet er så stort, at der er for lidt blod i årene, kan der opstå kredsløbssvigt. Dette er livsfarligt og kræver øjeblikkelig handling. Derfor skal du med det samme tilkalde hjælp.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Lederen viser hvordan man behandler blødninger på pulsårer og vener. Der forklares at det er vigtigt at kunne, da det ikke tager lang tid før det bliver farligt for den tilskadekommande. Spejderne øver kompresforbinding af hinanden.

| | | |
|------------|------------------|------------------|
| Titel: | Møde instruktion | VintageSpejd |
| Forløb: | 2.klasseprøven | TimeWinder |
| Aktivitet: | Møde 2 ud af 4 | Grønesesgaard |
| | | Dato: 01-01-2023 |

Bilag Førstehjælp - Simple ulykkestilfælde [15min]

Kilde: Falck.dk

Lederen gennemgår med spejderen, hvordan man handler bedst i simple ulykkestilfælde. I disse tilfælde indgår Brandsår, fremmedlegemer i øjet, forstuvning og besvimelse.

Titel: Møde instruktion
Forløb: 2.klasseprøven
Aktivitet: Møde 2 ud af 4

VintageSpejd
TimeWinder
Grønesesgaard
Dato: 01-01-2023

Bilag: Morse:

Print

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| E | | | | T | | | | | | | | | | | |
| I | | A | | N | | M | | | | | | | | | |
| S | U | R | W | D | K | G | O | | | | | | | | |
| H | V | F | * | L | Æ | P | J | B | X | C | Y | Z | Q | Ø | CH |