

VOKSEN HEFTE

Refstad skole



HJDDØY 13. - 16. august

2020



Kjære voksen!

Velkommen til Hudøy, vårt eget lille sommerparadis!

Den årlige Hudøy-turen for Refstad skole er unik. Turen gir minner for livet for små og store. Her skapes verdifullt samhold mellom barn, mellom barn og voksne, og mellom voksne – noe som gir et fantastisk bidrag til det gode nærmiljøet på Refstad og Risløkka.

Tusen takk for at du er med og gjør denne turen til virkelighet! Uten deg og din innsats blir det ingen Hudøy-tur. Du skal derfor være stolt over å bidra til dette. Og så håper jeg at du får det gøy. At du får senket skuldrene fra hverdagens kjas og at du finner frem barnet i deg, og har det hyggelig sammen med alle de andre på øya.

Samtidig som vi skal kose oss sammen og ha det gøy, så skal vi også utføre våre arbeidsoppgaver slik at alt går som det skal. Når alle trekker lasset sammen, så blir alt mye lettere. Dette heftet skal hjelpe oss til det.

Viktigst av alt er at barna skal oppleve trygghet, sikkerhet og helse mens de er på øya!

De aller viktigste delene av dette heftet handler om akkurat det. De delene skal du lese nøye. Dette gjelder spesielt beredskapsplanen og varslingsinstruksjonen, hvor du også skal signere på at du har lest dem. Skjer det en ulykke eller oppstår en nødsituasjon, så beskriver varslingsinstruksjonen hvem du skal varsle og hvordan håndtere situasjonen. Instruksjonen inkluderer viktige telefonnumre. Fint om du lagrer dem på din egen mobil.

I år har vi også fått en ny utfordring å håndtere, så jeg ber deg **gå spesielt nøye gjennom det nye kapitlet som omhandler smittevern** og de tiltak vi har innført for årets tur. Her må vi passe på at barna følger reglene, men det er like viktig at vi som voksne følger retningslinjene og er gode forbilder – også på dette området.

Jeg gleder meg veldig til å være sammen med deg disse dagene på Hudøy!

Inge

General

1. BEREDSKAPSPLAN	3
2. VARSLINGSINSTRUKS FOR ULYKKER OG NØDSITUASJONER	5
3. KONTAKTINFO TIL STYRET, SAMT ANDRE VIKTIGE TELEFONNUMMER	6
4. REGLER.....	7
5. ROLLER PÅ KOLONIENE	9
6. PROGRAM.....	11
7. KONTAKTINFO TIL KOLONIENE	12
8. VEDLEGG	13
1. Hussjefens sjekkliste.....	13
2. Informasjon til Aktivitetssjefen	14
3. Informasjon til kjøkkensjefen	18
4. Oppgaver til bussansvarlig	21

1. BEREDSKAPSPLAN

Denne beredskapsplanen MÅ leses av alle voksne, og det MÅ signeres på at den har blitt lest (i hussjefens kvitteringsliste).

1. Formål og omfang

Formålet med denne beredskapsplanen er å beskrive hvordan vi varsler og håndterer eventuelle ulykker og nødssituasjoner i forbindelse med den årlige Hudøy-turen for barna ved Refstad skole.

2. Målgruppe

Beredskapsplanen gjelder alle voksne som er med på Hudøy-turen, inkludert styret i Stiftelsen "Aldri et år uten...", og ansatte ved Aktivitetsskolen Refstad (REA).

3. Ansvar

Hudøygeneralen er ansvarlig for at denne beredskapsplanen ligger til grunn for all virksomhet som utøves i regi av Stiftelsen "Aldri et år uten...".

Hussjefer på Hudøy er ansvarlige for at varsling og håndtering skjer i henhold til denne beredskapsplanen og at alle voksne på huset har fått tildelt planen og er innforstått med dens innhold.

Øvrige voksne har ansvar for å sette seg inn i beredskapsplanen og følge denne om det skulle oppstå ulykker eller nødssituasjoner på Hudøy-turen.

4. Scenarier

4.1 Alvorlige ulykker med store personskader, eller andre nødssituasjoner med fare for liv og helse.

Åsted

Den/de som er på åstedet eller først kommer til åstedet skal umiddelbart varsle nødetatene.

BRANN 110, POLITI 112, AMBULANSE 113

- Den som kommer til ulykkesstedet skal selv forsøke å avgrense skadeomfanget og utøve førstehjelp og legge forholdene til rette for redningsmannskapenes arbeide.
- Den som oppdager ulykken/nødssituasjonen skal videre melde fra til Hudøylege og Hudøygeneral så raskt som mulig.
- All aktivitet på ulykkesstedet stanses umiddelbart og settes ikke i gang igjen før det er besiktiget og politiet eller Hudøygeneral har gitt tillatelse.

Ytterligere varsling og informasjonshåndtering

Hudøygeneral eller den han/hun bemyndiger, overtar ledelsen av det videre arbeid med ulykken fra stiftelsens side:

- Oppretter kontakt med ulykkessted (sende personer)
- Opprette kontakt med redningsledelsen (Politi/ambulanspersonell)
- Varsler båtansvarlig Vebjørn/André (vakttelefon 480 35 839)
- Varsler resten av styret
- Varsler skolens ledelse ved Rektor
- Skaffer frem nødvendig informasjon slik at pårørende kan varsles, enten fra politi, Rektor og/eller Hudøygeneral.
- Sørge for informasjon om ulykken til øvrige deltakere.
- Stå for all informasjon som går til media og andre utenforstående.

Videre håndtering av hendelsen

- Hussjef på det berørte huset sørger for utarbeidelse av ulykkesrapport innen 24 timer etter hendelsen. Av rapporten skal det framgå hva som konkret er gjort, av hvem og når. Det skal også foreslås konkrete korrektive tiltak.
- Hudøygeneral eller den han/hun bemyndiger skal stille seg til rådighet for, og bistå, de etterforskende organer.
- Hussjef tar ansvar for innlevering av skademelding til økonomisjef i styret.
- Økonomisjef i styret sender skademeldingen til forsikringsselskapet.
- Styret i stiftelsen "Aldri et år uten..." følger opp skademelding med umiddelbare og eventuelt korrektive tiltak.
- Skole/REA og foreldre meddeles evt. tiltak som følge av ulykken.

4.2 Ulykker med mindre personskade

Åsted

- Førstehjelpsansvarlig på huset varsles av den forulykkede eller voksen ved åstedet.
- Førstehjelpsansvarlige på huset varsler Helse- og sosialsjef i Styret.
- Førstehjelpsansvarlig på huset sørger for at den skadede får umiddelbar behandling, og om

nødvendig bringer den skadede til legebehandling (Hudøylege), i samråd med Helse- og sosialsjef i styret.

- Helse- og sosialsjef i styret varsler Hudøygeneral.
- Hudøygeneral står i kontakt med aktuell hussjef og Båtansvarlig Vebjørn/André.
- Aktiviteter på ulykkesstedet stanses og settes ikke i gang igjen før Hudøygeneral, Helse- og sosialsjef i styret, og Hussjef har besiktiget stedet og funnet sikkerheten tilfredsstillende.

Videre håndtering av hendelsen

- Ved tvil om behov for medisinsk ekspertise, kontaktes uansett Helse- og sosialsjef i styret. Helse- og sosialsjef kontakter Hudøylege. Ytterligere medisinske behov vurderes av Hudøylege i samråd med Helse- og sosialsjef i styret.
- Ved behov for legebesøk fra/til fastlandet kontakter Hudøygeneral båtansvarlig for transport. Hudøygeneral, eller den han/hun bemyndiger, informerer pårørende.
- En voksen skal følge barnet (voksen som har ansvaret for barnet, eller annen voksen).
- Hussjef tar ansvar for innlevering av skademelding til økonomisjef i styret.
- Økonomisjef i styret sender skademeldingen til forsikringselskapet.
- Styret i stiftelsen følger opp umiddelbare og langsiktige korrektive tiltak.

4.3 Brann

Åsted:

- Den/de som er på åstedet eller først kommer til åstedet må umiddelbart redde/evakuere personer som er i fare og varsle personer som kan rammes av brannen.
- Ring brannvesenet på 110.
- Om det er tilgjengelig brannslukningsutstyr i nærheten (finnes på alle kolonier) starter man brannslukning. Om brannsjef på kolonien er på åstedet tar vedkommende ansvar for slukkingen.
- Den som oppdager brannen skal videre melde fra til Hudøygeneral så raskt som mulig.

Videre håndtering av hendelsen:

- Hudøygeneral oppretter kontakt med redningsledelsen fra brannvesenet og varsler båtansvarlig Vebjørn/André (vakttelefon 480 35 839).

- Aktiviteter på ulykkesstedet stanses og settes ikke i gang igjen før Hudøygeneral, Hussjef og brannsjef på kolonien har besiktiget stedet og funnet sikkerheten tilfredsstillende.
- Hussjef på det berørte huset sørger for utarbeidelse av ulykkesrapport innen 24 timer etter hendelsen. Av rapporten skal det framgå hva som konkret er gjort, av hvem og når. Det skal også foreslås konkrete korrektive tiltak. Se rapporteringsskjema i vedlegg.
- Om brannen bedømmes som alvorlig, følger man de samme trinn som for Alvorlige ulykker i den videre oppfølgingen (se 4.1).

4.4 Uønskede hendelser/nestenulykker

Åsted

- Hussjef i samråd med andre voksne, eventuelt i samråd også med Hudøygeneral vurderer behovet for, evt. setter inn, korrigerende tiltak
- Meld fra til Hudøygeneral

Videre håndtering av hendelsen:

- Hussjef er ansvarlig for at årsak til hendelsen/nestenulykken utredes og tiltak iverksettes.
- Hussjef melder fra til styret på eget skjema.

4.5 Sykdom eller symptomer på sykdom

- Ta kontakt med førstehjelpsansvarlig på huset
- Førstehjelpsansvarlig konsulterer ved behov lege og informerer Helse- og sosialsjef i styret.

Videre håndtering av hendelsen:

- Lege diagnostiserer og gir nødvendig legehjelp.
- Ved behov isoleres pasienten(e) i samråd med hussjef og helse- og sosialsjef. Det sørges for at en voksen frigjøres til å passe på og følge opp pasienten.
- Hussjef og Helse- og sosialsjef avtaler i samråd med pasient og foresatte om pasient skal sendes hjem.
- Helse- og sosialsjef gjør vurdering av smittesporing og evt. behov for at flere flyttes til annet sted for soving, evt. til karantene/isolat.

5. Viktige skjemaer:

- Oppdatert Varslingsinstruks for huspermer og oppslag (se neste side).
- Rapporteringsskjema for bruk ved oppfølging av alvorlige hendelser (hussjef har skjemaet).
- Kvitteringsliste for lest Beredskapsplan og Varslingsinstruks (hussjef har listen).

2. VARSLINGSINSTRUKS FOR ULYKKER OG NØDSITUASJONER

Telefonnummer for varslings. NB- disse numrene skal lagres på egen mobil

Brann 110	Hudøylegene:
Politi 112	Liv Risvold Vikan 984 79028
Ambulanse 113	Stian Røsjø 992 38153
Helse- og sosialsjef:	Hudøygeneral:
Hanne Eriksen 924 19477	Inge Alme 928 86086

Scenarier	Aksjoner på skadested
Alvorlige ulykker og personskader: <ul style="list-style-type: none">▪ Ulykker ved vannet▪ Hodeskader - bevisstløshet▪ Større blødninger▪ Bevisstløshet, illebefinnende▪ Hjerteproblemer▪ Store allergiske reaksjoner▪ Bruddskader	<ol style="list-style-type: none">1. Gi nødvendig førstehjelp og ring 113!2. Ring Hudøylege3. Ring Hudøygeneral
Ulykker med mindre personskader: <ul style="list-style-type: none">▪ Forstuinger/strekk▪ Hoggormbitt▪ Kuttskader▪ Vanlige sykdomstilfeller m/feber osv	<ol style="list-style-type: none">1. Gi nødvendig førstehjelp og varsle førstehjelpsansvarlig på huset.2. Ring Helse- og sosialsjef i styret3. Ring Hudøylege ved behov
Barn som er savnet	<ol style="list-style-type: none">1. Gi umiddelbart beskjed til Hudøygeneral2. To voksne blir igjen på huset med barna, de andre voksne går ut og leter – spesielt langs vannet
Brann <ul style="list-style-type: none">▪ Brann i hus/bygninger▪ Skog- eller gressbrann	<ol style="list-style-type: none">1. Redd/evakuer og varsle personer som er i fare2. Ring brannvesenet 1103. Om mulig: start slukking4. Ring Hudøygeneral
Småskader: <ul style="list-style-type: none">▪ Sår▪ Myggstikk▪ Flåttbitt▪ Andre småskader	<ol style="list-style-type: none">1. Ta kontakt med førstehjelpsansvarlig på huset2. Ta kontakt med Hudøylege ved behov3. Gi mye kos og trøst
Sykdom: <ul style="list-style-type: none">▪ Oppkast▪ Symptomer på luftveissykdom▪ Annet	<ol style="list-style-type: none">1. Ta kontakt med førstehjelpsansvarlig på huset2. Ta kontakt med Hudøylege ved behov3. Ring Helse- og sosialsjef i styret

3. KONTAKTINFO TIL STYRET, SAMT ANDRE VIKTIGE TELEFONNUMMER

- Brann 110 (7110)
- Politi 112 (7112)
- Ambulanse 113 (7113)

- Legevakta i Tønsberg 33 31 63 50
- Giftinfo-Sentralen 22 59 13 00
- Medisinske råd Oslo Legevakt 22 93 22 93

- Refstad Skole 24 05 88 00
- Magnus Kristiansen (Rektor) 24 05 88 00
- Astrid Smith-Jacobsen (Stranna) 95 80 19 95
- Vakt-telefon Hudøy/Brygga 480 35 839

Styret i Aldri et år uten ...



Hudøygjeneral

Inge Alme
928 86 086
general@aldrietaruten.org



Helse- og sosialsjef

Hanne-Merete Eriksen
924 19 477
helse@aldrietaruten.org



Økonomi- og logistikksjef

Lars l'Abée-Lund
982 24 624
okonomi@aldrietaruten.org



Matsjef

Anders Vist
913 22 888
mat@aldrietaruten.org



Transportsjef

Erik Lund
Mobil: 488 83 282
transport@aldrietaruten.org



Informasjonssjef/Redaktør

Aranya Rusli
918 83 038
info@aldrietaruten.org



Aktivitetssjef

Gøril S. Netteberg
971 35 927
aktivitet@aldrietaruten.org

Redaksjonen Hudøynytt:

Tipstelefon: 91 88 30 38
Tipsmail: tips@hudoynytt.no

Felles epost: styret@aldrietaruten.org

4. REGLER

Generelle regler på Hudøy

1. Vi er snille og hjelper hverandre. Det vil si at vi viser hensyn og respekt for hverandre og vi snakker hyggelig til og om hverandre.
2. Voksne skal alltid vite hvor du befinner deg.
3. Det er ikke tillatt for barn å ferdes i og ved sjøen uten oppsyn av voksne. Barn som ikke gjennom påmeldingen har fått tillatelse fra foresatte til å gå uten, må alltid ha på redningsvest i og ved sjøen.
4. Utestengning av enkeltelever eller mobbing – aksepteres ikke, i likhet med annen uønsket og/ eller ulovlig atferd som hæververk, vold, tyveri, rasistiske utsagn og handlinger, seksuell trakassering, sjikane på grunn av religion eller livssyn etc.
5. Røyking blant elevene er ikke tillatt.
6. Det er totalforbud mot alkohol og andre rusmidler på øya. Dette gjelder alle, både voksne og barn.
7. Duppeditt-fri sone. Barna får ikke lov til å ha med elektroniske duppeditter, det være seg telefoner, spill, iPod, nettbrett, kamera, m.m. Slike vil bli inndratt umiddelbart (og barna får dem igjen ved hjemreise).
8. Vi har rikelig med leker og utstyr på øya. Det er ikke nødvendig å ha med eget. Dersom det likevel gjøres, er det på eget ansvar. Stiftelsen dekker ikke dersom slikt utstyr blir ødelagt (baller, vannpistoler m.m.).
9. Det er kun lov til å ha med godteri for inntil kroner 50,- som samles inn og brukes i felles godtefest. Annet godteri er ikke tillatt.
10. Det er ikke tillatt for barn å gå inn på soverom med den hensikt å skremme/vekke barn som sover.

Baderegler på Hudøy

Bading for 5.-7. trinn:

- Alle elever i 5.-7. trinn **må** ha levert skriftlig tillatelse til å bade uten redningsvest (gjort via påmeldingen). Hvis ikke slik finnes, **skal** de ha på seg redningsvester når de er nær/ved sjøen, eller i sjøen (bading). Redningsvest skal være testet på en dybde hvor barn kan stå, før en får hoppe fra bryggen.
- Ved bading skal det minimum være 2 voksne til stede, og ikke mer enn 6 barn per voksen – bruk sunn fornuft!
- Ved alle koloniene på disse trinnene finnes det voksne med livredningskompetanse. Disse vil først og fremst bemanne brygga på Norda og stupebrettet ved Stranna/Vika, men skal også være med på evt. større badeutflukter til andre steder. Livredderne skal ikke ha ansvar for enkeltbarn, men komme i tillegg til de voksne som har ansvar for barn.

NB! Dersom noen svelger mye vann akutt, skal legen på Hudøy kontaktes.

Smittevern på Hudøy

- Ingen som er i karantene eller som kjenner symptomer på koronasmitte kan være med på turen. Se beredskapsplan angående påvist sykdom på turen.
- Vi følger de til enhver tid gjeldende smittevernreglene i Norge.
- Stor oppmerksomhet rundt håndhygiene:
 - Håndsåpe skal til enhver tid være tilgjengelig ved alle vasker
 - Hånddesinfeksjon skal være tilgjengelig på alle doer.
 - Hånddesinfeksjon skal stå fremme på alle fellesrom.
 - Foreldre vil utstyres med hånddesinfeksjon og kan gi til barn når det behøves.
 - Vasking etter toalettbesøk skal gjøres med hånddesinfeksjon, siden det ikke er tilgjengelig varmtvann ved vaskene ved doene.
 - Alle må vaske hender før alle måltider.
 - Ekstra streng håndhygiene for kjøkkentjeneste.

- Personlig hygiene:
 - Påminne barn (og voksne) om hosting og nysing i albue eller i papir.
 - Se til at barna vasker seg (minimum ansikt og hender) før de legger seg.
 - Etablere puljer for tannpuss, vasking, dusjing osv. for å sikre at det ikke er for mange på en gang per vask.
- Mer frekvent vasking:
 - Dovasking/desinfisering vil gjøres frekvent (minimum annenhver time på dagtid), og dette inkluderer dørhåndtaker osv.
 - Vasking av dusjer/vasker hver dag.
- For reisen til/fra øya følger vi veilederen for kollektivtrafikk om hvor mange passasjerer det kan være på bussene.
- Inndelingen av hvilke barn som er på hvilke kolonier og sovesaler gjøres etter klasser, dvs. at vi følger de samme kohorter som brukes på skolen.
- Foreldre oppfordres til å sove i telt.
- Spising i mindre grupper for å sikre avstand.
- Førstehjelperne på hver koloni vil få ekstra innføring i viktigheten av håndhygiene før førstehjelpsaktiviteter (inkl. plastring).
- Unngå klemming også ved trøstesituasjoner (man kommer langt med fine ord, varme smil og stryking på kinn i kombinasjon med god håndhygiene før og etter strykingen.)

Ytterligere om barnas trygghet:

Gå i grupper, med flere voksne til stede. Ved turer bort fra kolonien og rundt på øya, så skal minst to voksne gå sammen med barna. Det skal ikke være én voksen til ett barn på tur.

Stiftelsen «Aldri et år uten...» støtter oss på LNUs veileder «Trygg og tilstede – En veiviser for barne- og ungdomsorganisasjonene i møte med grenseoverskridende seksuell atferd», se <https://www.lnu.no/wp-content/uploads/2016/08/trygg-veiviser-nett.pdf>. Alle hussjefene har fått en innføring i hvordan vi sikrer at LNUs råd blir fulgt hos oss.

Konsekvenser ved brudd på regler:

- Ved brudd på reglene er det Hussjef som i første omgang vurderer og gjennomfører tiltak. I mange tilfeller vil det være hensiktsmessig å kunne gjøre opp for seg eller be om unnskyldning.
- Ved grove tilfeller skal Hudøygeneral informeres. Tiltak kan være skriftlig melding til foresatte, eller hjemsendelse. Det er kun Hudøygeneral, i samråd med Hussjef, Helse- og sosialansvarlig og minst ytterligere to styremedlemmer samt REAs ledende representant som avgjør en eventuell hjemsendelse.
- Ved hjemsendelse blir foresatte kontaktet og bedt om å hente barnet umiddelbart. Stiftelsen sørger for transport til fastlandet ved Budal brygge. Hjemtransport fra Budal besørges og bekostes av foresatte.

5. ROLLER PÅ KOLONIENE

Ansvar for barn

De fleste voksne på koloniene får ansvar for 4–6 barn hver. Hva innebærer det å ha ansvar for en gruppe barn?

- Bidra til at barna opplever trygghet og sikkerhet på øya.
- Passe på at vi overholder de regler som gjelder, både generelt, for bading og for smittevern.
- Sørge for smidig buss- og båttur, hjelpe barna ved behov (stort og smått).
- Hjelpe til med bagasje.
- Bidra til fordeling av sengeplasser etc på huset.
- Hjelpe med pålegging av sengetøy og installering.
- Lage et system for oppbevaring av bagasjen med mer.
- Hjelpe barna med informasjon om «hva er hvor?», «hva skjer når?» og lignende.
- Hjelpe til ved måltider, at de spiser, sørge for at det blir smurt nistemat.
- Se til at barna ikke faller utenfor, men er med på leken.
- Bidra til husets meldingsrutiner, «hvem er hvor?» «Og sammen med hvem?»
- Se barna. Vær der for alle de barna du har ansvar for!
- Ha orden på redningsvester (dersom relevant).

*Vær tilgjengelig som voksen, for **alle** barn!*

I tillegg til å passe på barna, har vi de følgende faste rollene per koloni på øya:

Hussjef

Hussjefen er den øverste ansvarlige på kolonien, og er også bindeleddet til Hudøygeneral og resten av styret. Hovedoppgavene til hussjefen er å organisere de oppgaver som skal gjøres på kolonien i dialog med de andre voksne, informere om regler og rutiner, samt se til at det er god stemning og at alle har det bra. En sjekklister for hussjefen ligger vedlagt. Hussjefen må sørge for at alle rollene nedenfor er besatt i god tid før vi drar til Hudøy.

Førstehjelpsansvarlig

Hver koloni har en egen førstehjelpsansvarlig som skal sørge for plastring, trøsting og annen nødvendig førstehjelp, samt hjelp med håndtering av medisiner for de som har behov for det. Alle som har denne rollen har gjennomgått et obligatorisk førstehjelpskurs. Førstehjelpsansvarlig er kontaktperson mot helse- og sosialsjef i styret, samt med de to legene vi har på øya.

Kjøkkensjef

Kjøkkensjefen skal sørge for at det er satt opp en meny for hele oppholdet og setter opp en plan med fordeling av kjøkkenoppgaver. Kjøkkensjef er også ansvarlig for at man har holder god hygiene på kjøkkenet, og håndterer allergier og halal i henhold til våre rutiner (evt. kan man ha en egen dedikert person for dette). Det er ikke meningen at kjøkkensjefen skal stå på kjøkkenet hele oppholdet. I vedlegget ligger det mer informasjon til hjelp for kjøkkensjefen, og det er også tatt frem en samling oppskrifter som gjøres tilgjengelig på alle kjøkkener (se www.aldrietaruten.org). Kjøkken-sjefen har oversikt over mengden matvarer og har direkte kontakt med Matsjefen i styret.

Brannsjef

Brannsjef har ansvar for å sette seg inn i brannsikkerheten, rømningsveier og det slukkeutstyr som er tilgjengelig på kolonien, og se til at det gjennomføres en brannøvelse samme dag som man ankommer øya. Om det skulle oppstå en brann er det brannsjef som koordinerer det umiddelbare rednings- og slukningsarbeidet, ref. beredskapsplanen.

Aktivitetssjef

Aktivitetssjefen har oversikt over leker/utstyr som er tilgjengelig på kolonien (aktivitetskassene), og koordinerer de 'offisielle'/organiserte aktivitetene under oppholdet. Dette inkluderer Oliaden, evt. fotballturnering/kamper,

vennskapsbånd og sangkonkurransen. I tillegg bør aktivitetssjefen være aktiv i å legge til rette for morsom lek og aktivitet for barna, og kan gjerne sette i gang en vannkrig. Aktivitetssjefen er koloniens kontaktperson med Aktivitetssjefen i styret. For flere detaljer angående programmet og hva som forventes av aktivitetssjefen finnes det en egen beskrivelse i vedlegget.

Rengjøringsjef

Rengjøringsjefen er ansvarlig for å organisere renhold på kolonien, slik som feiing av gulv, vasking ved behov, osv. Før avreise må alle hjelpe til med utvask av kolonien.

Hygienesjef

Hygienesjefen sørger for at det er orden på doene, at det fylles på jevnlig med dopapir, og at det alltid finnes hånddesinfeksjon og såpe tilgjengelig der det skal, dvs. ved doene og alle vasker på kolonien, samt at det er hånddesinfeksjon på fellesrommene. Doene skal også vaskes annenhver time på dagtid.

Godnattsjef

Godnattsjefen er den som holder orden på leggingen, og hjelper barna med å finne roen. Flere voksne hjelper selvsagt til med dette, men godnattsjefen oppfordres til å fortelle en godnatthistorie, lese fra en bok, spille en sang på gitar, eller annet som skaper den rette godnattpfølelsen.

Redaksjonskontakt

Som støtte til redaksjonen har hver koloni en redaksjonskontakt. Denne personen skal sørge for å tipse/informere redaksjonen om det er noe spesielt som skal skje på kolonien, og også sende inn bilder, historier, tekster eller annet som kan hjelpe redaksjonen å fylle Hudønytt med aktuelt innhold.

Bussansvarlig

For hver koloni skal det være en bussansvarlig per buss kolonien transporteres i (noen hus reiser i to busser). I vedlegget gis det en sjekkliste på hva som forventes av bussansvarlig, både før under og etter bussturen. Bussansvarlig har ansvar for barna helt til de er fremme ved husene på Hudøy!

Livreddere

På koloniene for 5. – 7. trinn, hvor det ikke er krav til at barna skal bruke redningsvest ved og i vannet, har vi innført en rolle som livredder. Dette er personer som har gjennomført livredningskurs og som skal være til stede når større grupper barn skal bade ved disse koloniene. De prioriterer tilstedeværelse ved brygga på Norda og ved stupebrettet på Stranna/Vika.

Og uansett hvilken oppgave man har: gjør den med et smil. Lag hyggelig stemning, senk skuldrene, vær barnslige og se til at både barn og voksne har det moro.

6. PROGRAM

Etter over 20 år med Hudøyturer er det en del tradisjoner som har satt seg, blant annet den gode balansen mellom organiserte aktiviteter og tid for barna å leke, utforske naturen, slappe av og ha det hyggelig sammen. Tabellen nedenfor gir en oversikt over hvilke organiserte aktiviteter vi har hvilke dager, samt noen eksempler på annet man kan finne på. For fellesaktivitetene tas det forbehold ift. gjeldende smitteverntiltak i større forsamlinger.

I det vedlegget som handler om Aktivitetssjefen gis det mye mer detaljer for de organiserte aktivitetene, så les gjerne gjennom det for å få mer innblikk i hva som skjer på øya.

Dag	Organisert aktivitet	Uorganisert aktivitet (eksempler)
Torsdag	Ankomst	<ul style="list-style-type: none">- Åpne aktivitetskasser- Frilek- Begynne å lage sang- Bading- Vannkrig- Utforske øya
Fredag	<ul style="list-style-type: none">- Oliaden- Samling på brygga (på kvelden)	<ul style="list-style-type: none">- Vannkrig- Frilek- Bading- Lage ferdig og øve på sang
Lørdag	<ul style="list-style-type: none">- Minifotballturnering mellom trinnene- Fotballkamper foreldre mot 7. trinn- Piknik eller fellesgrilling- Vennskapsbånd- Sangkonkurranse	<ul style="list-style-type: none">- Vannkrig- Frilek- Bading
Søndag	Hjemreise	Rydde og vaske...

Oppgaver før avreise

Før avreise må vi rydde ut av alle husene, vaske over gulvene og se til at det ser fint ut for de neste som skal bo på øya.

Noen retningslinjer for håndtering av mat som er til overs:

- Brødet skal legges i fryseren, det samme med pålegg som salami, leverpostei og lignende som ikke er åpnet.
- Tørrvarer som ikke er åpnet skal pakkes i esker, og settes på kjøkkenet i matlageret.
- Frysevarer kan bli liggende i fryseren.
- Påleggsrester og lignende kan gis til fuglene.
- Tørrvarer som er åpnet legges i søppelsekker.

All bagasje som ikke er håndbagasje skal være ferdig pakket og plassert utenfor huset dere bor i innen to timer før båtavgang søndag. HUSK å plassere bagasjen praktisk utenfor husene slik at den enkelt kan plukkes opp med traktor.

- Håndbagasje og eventuelt regntøy og redningsvester må barna bære selv til båten.
- Aktivitetskassene på husene skal være ferdig pakket (pent pakket) innen klokken 20.00 lørdag kveld, med utfylt skjema for innhold i kassene (skriv detaljert og tydelig). **Aktivitetssjef** har ansvaret for dette.
- For de som har sykler må disse leveres på Brygga søndag morgen før 08.30.

Hjemreise

- Alle bes møte opp i rett tid, se i brosjyren/avisen for avreisetider fra Brygga.
- Bussansvarlig på kolonien har også ansvaret for bussreisen på hjemturen.
- Hjemkomsten vil være på Refstad skole!

7. KONTAKTINFO TIL KOLONIENE

(Legges inn i de versjonene som distribueres på turen, men er ikke tilgjengelig i nettversjonen)

8. VEDLEGG

1. Hussjefens sjekkliste

For gjennomgang med alle voksne på huset ankomstdagen

- ✓ Beredskapsplan og varslingsinstruks utdelt, gjennomlest og akseptert (underskrift alle).
- ✓ Mobilnummer til Hudøygeneral, hussjef og førstehjelpsansvarlig er lagt inn på alle voksnes mobil.
- ✓ Baderegler er gjennomgått og akseptert.
- ✓ Smittevernregler er gjennomgått og akseptert.
- ✓ Brannansvarlig oppnevnt – brannøvelse gjennomført.
- ✓ Forventninger til de voksne/voksnes ansvar gjennomgått.
- ✓ Oppslagstavle etablert på sentralt sted på huset.
- ✓ Oppslag om hvilke barn de voksne har ansvar for.
- ✓ Varslingsinstruks og telefonliste hengt til oppslag.
- ✓ Allmøte med barn avholdt første dag/kveld – med diverse info som baderegler med mer.
- ✓ Meldingssystem på huset etablert. Meld alltid fra hvor du går og hvem du har med deg.
- ✓ Organisering av dagen på huset – det er lov å ha litt frie tøylar...
- ✓ Fordeling av ansvar, organisering av matlaging, vaktordning, aktiviteter (ikke så mye organisert), førstehjelp med mer.
- ✓ Vurdering av behov for etablering av egne husregler.
- ✓ **VOKSNE! Senk skuldrene – kos dere – skap glede, latter og vær barnslige og ikke lag for mange regler. Bruk sunn fornuft!**

Medbringes i underskrevet stand til hussjefmøte, torsdag kl. 20:00 på Åsly.

Hus: _____

Dato/sted: _____

Sign. Hussjef: _____

2. Informasjon til Aktivitetssjefen

- Ta ansvar for å åpne/pakke ut aktivitetskassene (innekasse og utekasse) ved ankomst. Ikke la barna gjøre det. Det er viktig at du får en oversikt over hva kassene inneholder.
- Sett opp volleyballnett (dersom dere har fått utdelt dette).

Under oppholdet:

- Ta en rydderunde hver kveld, inne i fellesrom og rundt huset.
- Kast ødelagte leker og utstyr med en gang. «Halve spill» kan leveres inn på Saghuset
- La barna skrive noen ord i «hytteboka».
- Ta sosiale initiativ, og inviter gjerne nabohuset på fotballkamp, volleyballkamp, pizzafest osv. osv. Eller overrask dem med en vannkrig.
- Pass på at barna har det bra og at ingen blir ekskludert fra leken (viktig oppgave for *alle* voksne på huset).
- Sørg for at noen tar ansvar for å lage sang til sangkonkurransen på lørdag. Barna er hovedaktørene, og bør oppfordres til å skrive sangen selv, men det er viktig at en voksen har oversikten og sørger for at det blir gjort.
- Oppdater deg gjerne på diverse regler for ulike spill, f.eks. slåball- og kanonballregler.
- Deleger oppgaver! Inviter andre voksne til å sette i gang lek og spill!

Det finnes en del ekstra utstyr på Saghuset. Dere kan finne noen fra aktivitetsgruppa på Saghuset mellom kl. 09:00 – 10.00 fredag og lørdag dersom det er behov for å supplere noe, eller ta kontakt med Aktivitetssjefen.

2.2 Sjekkliste over oppgaver aktivitetssjef har ansvar for:

TORSDAG		
GJELDER FOR	OPPGAVE	OK?
Alle trinn	Åpne aktivitetskassene og skaff deg oversikt over utstyret. Ikke la barna gjøre det.	
Alle trinn	Start med å bestemme sang og øv gjerne til sangkonkurransen på lørdag. Husk barna i fokus.	
Alle trinn	Rydd opp ute- og inneleker på kvelden og kast det som er ødelagt.	
Alle trinn	Del barna inn i lag. Se informasjon om hvor mange lag ditt hus skal ha under eget punkt om Oliaden i heftet.	
Forberedelse til Oliaden fredag	Skal ditt hus bemanne Oliaden? Sjekk under punktet Oliaden i heftet. Sett opp vaktliste til bemanning av Oliade poster. <ul style="list-style-type: none">• Voksne fra husene skal bemanne poster på Oliaden. Det er viktig at vi har nok folk til disse oppgavene, så still med oppsatte vakter.• Når noen voksne er på Oliade-oppdrag må man sørge for at andre har ansvar for «sine barn». Alt settes opp i samråd med hussjefen.	

FREDAG – SE INFORMASJON OM OLIADEN ANNEN SIDE I HEFTET		
GJELDER FOR	OPPGAVE	OK?
Alle trinn OLIADEN	Postmannskap møter i Bukta kl. 08:45. De som tar over post ved vaktskiftet møter på post 15 min før sin vakt for å få opplæring av de som står der.	
Start fra kl. 09:30	Sørg for at dine lag møter til rett tid i Bukta (5. – 7. trinn).	
Alle trinn	• Møt opp for «innmarsj» til Brygga på grusveien ned mot Brygga.	

BRYGGA Oppmøte kl. 18:00	<ul style="list-style-type: none"> 5. trinn går først, 7. til slutt. 	
Alle trinn Forberedelse til mini- fotballturnering lørdag	<ul style="list-style-type: none"> Aktivitetssjefer på hvert trinn peker ut en lagleder for minifotballturneringen som skal spilles på lørdag og gir beskjed til Viggo hvem dette er (934 80 781). Turneringen består av to kamper for hvert lag og det spilles med blandet-lag med samme regler som vi bruker på Hudøy. Viggo informerer mer til laglederne. 	
7. trinn barn og voksne Forberedelse fotballkamper lørdag	<p>Aktivitetssjef på 7. trinn har ansvar for at det settes opp to voksen-lag (mann/dame) og to lag for barna (gutte- og jentelag). Dette kan selvsagt delegeres. Dette blir to kamper:</p> <ul style="list-style-type: none"> 7. klassejenter mot 7. klasseammaer 7. klassegutter mot 7. klassepappaer <p>Andre voksne blir kun med om det ikke er nok foreldre fra 7. trinn.</p> <p>Gi beskjed til Viggo 934 80 781 om hvem som er ansvarlig for hvilket lag i løpet av fredagen. Det ønskes også en mannlig og en kvinnelig sidekommentator fra syvende trinn til fotballkampene på lørdag. Meld inn.</p>	
Alle trinn Forberedelse vennskapsbånd lørdag	<p>Vakter: Følgende hus setter opp antall personer per vakt: Norda: 2, Bukta: 1, Stranna/Vika: 2</p> <p>Vaktene skal hjelpe til under knytting av vennskapsbånd på lørdag. Det er vakt fra kl 12:50 – 15:30. Husene kan dele opp vakttiden med ulike personer dersom det er ønskelig.</p>	
Alle trinn	Rydd opp ute- og inneleker og kast det som er ødelagt.	
Alle trinn	Sangkonkurransen er i morgen. Øv litt ekstra hvis dere har lyst til det.	

LØRDAG										
GJELDER FOR	OPPGAVE	OK?								
Alle trinn FELLESGRILLING OG VENNSKAPSBÅND	<p>Den store gressletta foran Roa. Vennskapsbånd fra kl. 13:00 – 15:30</p> <p>Vakter: Det sendes følgende antall fra hvert hus for å hjelpe til under knytting av vennskapsbånd:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>HUS</th> <th>VAKT kl 12.50-15.30</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Bukta</td> <td>1 person</td> </tr> <tr> <td>Norda</td> <td>2 personer</td> </tr> <tr> <td>Stranna/Vika</td> <td>2 personer</td> </tr> </tbody> </table> <p>Vaktene møter kl 12:50 på Roa. Vennskapsbånd er en populær aktivitet, og det er viktig at det er nok voksne til å klippe tråder, knyte opp på snor og klippe til armbånd til slutt. Vær også årvåkne for at det kan være barn som ikke fikk være med på det vennskapsbåndet det ville, og derfor trenger trøst.</p>	HUS	VAKT kl 12.50-15.30	Bukta	1 person	Norda	2 personer	Stranna/Vika	2 personer	
	HUS	VAKT kl 12.50-15.30								
Bukta	1 person									
Norda	2 personer									
Stranna/Vika	2 personer									
Miniturning fotball Fra kl. 13:00 – 14:00	<p>Hvert trinn stiller med ett lag, gutter og jenter sammen. To kamper per lag:</p> <p>5. trinn – 7. trinn 6. trinn – 7. trinn 5. trinn – 6. trinn</p> <p>Vanlige Hudøy-fotball-regler ift. antall spillere osv.</p>									
Alle trinn kan se på FOTBALLKAMPER 7. TRINN	<p>Dette er kamper mellom 7. trinnsjenter og 7. trinns mødre (14:00), og mellom 7. trinns gutter og 7. trinns fedre (14:30). Andre voksne blir kun med om det ikke er nok foreldre fra 7. trinn som ønsker å være med.</p>									

Fra kl 14:00	7. klasse aktivitetssjefer: Lag skal være satt opp dagen før. Se beskrivelse på fredag. Navneliste på hvem som er med på de ulike lagene gis til speaker før kampene, slik at vi får lest opp lagoppstillingene. Sidekommentator møter opp litt før fotballkampene starter.	
FELLESGRILLING CA. 15:00 SANGKONKURRANSE CA 16:00	<ul style="list-style-type: none"> • Vi avslutter fellesgrillingen med sangkonkurranse. • Vær klare til å synges for de andre når konkurransen annonseres. Vi starter med 5. klasse. • Vi ønsker minst mulig foreldreinvolvering. La barna være i sentrum, men hjelp gjerne til som dirigent og plakatholder. 	
Alle trinn Før kl 20:00	NB! Pakking av aktivitetskasser etter beskrivelse nedenfor. Les nøye! Aktivitetskassene, volleyballnett og stylder blir hentet av transportgruppa. Skal være pakket før kl. 20:00.	

2.3 PAKKING AV AKTIVITETSKASSER (unntatt baller)

Aktivitetskassene skal pakkes før kl. 20:00 på lørdag og settes utenfor huset slik at transporten kan hente det.

Utstyret du nå pakker overvintrer på Hudøy til neste sommer. Det vil si – etter at du har satt på lokket, åpnes ikke kassen før vi er på Hudøy neste år. Vær nøye med å skrive ned det du pakker av leker, slik at vi vet hva som befinner seg på Hudøy før vi skal handle inn til neste års Hudøytur. Vi har IKKE tilgang til disse kassene før vi er på Hudøy i 2021. Tusen takk for at du skriver pent og forståelig slik at vi får en lettere innkjøpsjobb neste år.

1. Les **alle** punktene før du starter å pakke aktivitetskassene.
2. Finn listen (innholdslisten) hvor du skal notere utstyret i inne og utekasser. Forbered deg på å notere **alt** som ligger i kassene når de er ferdig pakket.
3. Samle alle lekene (unntatt fotballer), og ta ned volleyball nett eller andre ballnett dersom dere har hatt det.
4. Legg stylvten ved siden av kassen.
5. Se på lekene og kast det som er ødelagt. Spill som mangler noen brikker kan leveres på Saghuset sammen med Innholdslisten, er det helt ødelagt så kast det.
6. Vask kassen slik at den er ren.
7. Les og følg instruksjonen på Innholdslisten og noter nøye. Skriv ned utstyr og antall (og enhet – det er forskjell på én racket og ett par / sett med 2 racketer. Noter også det utstyret som er for stort til å pakkes ned og som leveres sammen med aktivitetskassen (for eksempel stylder).
8. Dere kan beholde alle fotballer og volleyballer til lek utover tirsdagskvelden og onsdags formiddag. Disse plukkes opp i etterkant eller leveres på brygga ved avreise. Pass på at det ikke ender opp sammen med søpla hvis dere legger det i en sort søppelsekk.
9. **Ta bilde av listene og send dette til 971 35 927. IKKE legg listen i kassen!** Vi ser ikke kassene etter at dere har pakket dem. De blir lagret på Hudøy. Uten listene vet ikke aktivitetsgruppa hva som er av leker og spill på Hudøy når vi skal handle i Oslo for Hudøyturen i 2021. Aktivitetskassene, volleyballnett og stylder blir hentet av transportgruppa fra kl. 20:00 lørdag. Kjøkkenkassene hentes ca 8:30 søndag morgen.

2.4 Oversikt over aktivitetssjefer på husene:

Koloni	Klasser	Navn	
Norda	5. trinn	Lars Ytterhaug	46 54 32 45
Bukta	6. trinn	Merete Susort	920 83 370
Stranna/Vika	7. trinn Stranna	Astrid Falck-Ytter	905 84 745
	7. trinn Vika	Kamilla Strandheim	954 79 963

2.5 «Store-Oliaden» - 5.- 7. trinn

Viktig informasjon:

- Oppmøtested: Bukta
- 3 og 3 lag starter av gangen – MØT PRESIS!
- Hvert lag skal gjennomføre ÉN runde. Vi antar at en runde vil ta ca. 1 time

Vær forberedt på å bruke hodet, være nevenyttig, bli våt & bade i gjørme! Det kan være lurt å ha på badetøy, shorts eller annet lett tøy som tåler å bli vått og skittent!

Deltakere:

Trinn	Hus	Antall deltakere	Antall lag	Deltagere/lag
5.	Norda	60	8lag	4 lag med 7 deltakere 4 lag med 8 deltakere
6.	Bukta	50	6 lag	4 lag med 8 deltagere 2 lag med 9 deltakere
7.	Stranna/Vika	84	10 lag	6 lag med 8 deltagere 4 lag med 9 deltagere
SUM:		194	24 lag	

Startliste:

Kl.	Runde	Hus/lag	Hus/lag	Hus/lag
09:30	1	Norda 1	Norda 2	Norda 3
10:00	2	Norda 4	Norda 5	Norda 6
10:30	3	Norda 7	Norda 8	Bukta 1
11.00	4	Bukta 2	Bukta 3	Bukta 4
11.30	5	Bukta 5	Bukta 6	Stranna/Vika 1
12.00	6	Stranna/Vika 2	Stranna/Vika 3	Stranna/Vika 4
12.30	7	Stranna/Vika 5	Stranna/Vika 6	Stranna/Vika 7
13.00	8	Stranna/Vika 8	Stranna/Vika 9	Stranna/Vika 10

Bemanning av løypa – vakter:

Hus	Antall personer på vakt	Når
Bukta	1	08.45 – 14.30
Norda	2	08.45 – 14.30
Stranna/Vika	5	08.45 – 14.30

Oppmøte i Bukta kl. **08:45** (husene sørger for vaktbytter selv). Førstehjelpsutstyret fra Bukta er tilgjengelig for postmannskapene. Postmannskapet er med og rydder etter ferdig Oliade.

NB! De voksne skal ikke følge lagene rundt, men bidra som postmannskaper.

2.7 Sangkonkurransen

Alle får utdelt CD på bussen. Søk etter sangen på nettet så finner du teksten og det er enklere å skrive. Velg en sang og sett i gang med å skrive egen tekst til sangen. Sangene finnes både i original- og karaokeversjon på CDen. Det er flere ulike melodier å velge mellom. Spillelisten deles også med Aktivitetssjefen torsdag morgen. Husk å ta med minijack og USB til bussen, dersom det ikke skulle være CD spiller i bussen. Aktivitetssjefene får tilsendt spillelisten torsdag morgen.

Man står fritt til å avslutte sangen etter et visst antall vers/refreng om man ønsker det. Det er ikke nødvendig å lage tekst til hele. Show og dans til sangen er også morsomt!

Vi starter med 5. trinnslevene.

3. Informasjon til kjøkkensjefen

Generelt

Hudøy skal være en tur for alle barn på Refstad Skole. Derfor har vi så langt det er mulig et tilbud til de med behov utover den fastlagte menyen. I de tilfeller der det er spesielle behov, og dette er meldt inn ved påmelding, blir egen mat distribuert på husene. Hussjefen og matansvarlig for huset blir informert om forholdene som gjelder dersom det er spesielle behov (ekstrem nøtteallergi e.l.).

Mat-/hygieneartikler er fordelt på husene ihht. antall personer på husene og de behov som er blitt notert ifm. påmeldingen. Blir det manko eller for mye av enkelte varer, så snakk med de andre matsjefene og bytt mellom husene! Det ligger oversikt på hvert hus over hvilke matvarer som finnes.

For spørsmål, ta kontakt med matsjef i styret, Anders Lindahl Vist, 91 32 28 88.

Depoet på brygga

Depoet på brygga er åpent hver dag mellom 15:00 og 15:30, og der er det mulig å supplere med det vi har kjøpt inn ekstra. Forsøk først å bytte mellom husene.

Fellesgrilling

Det skal arrangeres felles grilling/piknik på lørdag, se programmet. Hamburgerne er beregnet for dette. Transportgruppa vil komme rundt i løpet av dagen å samle inn griller. De blir kjørt til banen ved Roa.

Brød

Brød ligger i fryser på hvert hus.

Vær kreativ

Vær gjerne kreativ med de matvarer som finnes. Det er mange voksne på øya og sikkert mange med talent og interesse for mat. Et eget lite oppskriftshefte finnes på alle kjøkkener og inneholder tips og oppskrifter.

Evaluering

Vi ber om at alle fyller ut evalueringsskjemaer slik at vi kan bli enda bedre neste år ;)

Matallergi/intoleranse

Disse matvarene kjøpes inn:

Glutenintoleranse/cøliaki

- Glutenfritt brød og knekkebrød
- Glutenfri pasta
- Glutenfrie og melkefrie kakeblandinger

- Glutenfrie vaffelblandinger
- Glutenfrie pølsebrød
- Glutenfri melblanding

Laktoseintoleranse

- Glutenfrie og melkefrie kakeblandinger
- Laktoseredusert melk
- Kjøttdeig (rent kjøtt) til hamburgere

Melkeallergi

- Glutenfrie og melkefrie kakeblandinger
- Risdrikk halal
- Melkefrie pølser
- Kjøttdeig (rent kjøtt) til hamburgere
- Melkefri melange

Rutine på huset for allergimat

Det er viktig at mat for allergikere tilberedes separat i den grad den øvrige maten inneholder gluten/nøtter/laktose etc. Allergimaten og den glutenfrie maten bør holdes adskilt fra mat som inneholder allergener/gluten. Eget skap evt. pakket inn i plastposer på egen hylle. Det er kjøpt inn egen plast boks med lokk for oppbevaring av allergimat.

For å sikre at mat til allergikere og cøliakere ikke blir kontaminert bør man bruke bakepapir/ aluminiumsfolie ved tilberedning. Benken man lager mat på må være ren og fri for smuler. Bruk egne kjeler, panner, redskaper og fjøler til tilberedning. Gluten koker ikke bort.

Ved koking/steking av mat er det viktig å påse at ikke f.eks. vann fra vanlig pasta spruter opp i den glutenfrie maten. En annen kilde til gluten kan også være steke smør med smuler fra vanlig brød, eller at man bruker pølseklyper som har vært i kontakt med lomper og pølsebrød.

Pålegg holdes separat, da en smule fra en glutenholdig brødiskive er nok til å gjøre en cøliaker syk.

Halal-mat

Maten er merket med Halal og er oppbevart i egen merket plast-beholder i kjøleskapet på huset. Maten tilberedes i separate gryter/panner. Ved grilling oppfordrer vi foreldre til å organisere grilling av halalmat på egen grill.

Vi kjøper inn følgende Halal-mat:

- Halal kjøttpålegg
- Halal pølser
- Halal hamburgere
- Halal kjøttdeig
- Risdrikk halal

Rutine på husene for halal-mat

Følgende rutine blir gitt til ansvarlige på huset:

Det er kjøpt inn halalkjøtt til muslimske barn. Dette kjøttet er merket HALAL. Følgende er retningslinjer for håndtering og preparering av dette kjøttet:

1. Hovedprinsippet er at halalkjøttet skal ikke blandes eller komme i kontakt med ikke-halalkjøtt, hverken direkte eller indirekte, f.eks ved berøring. Ikke-halalkjøtt er all slags kjøtt som ikke er merket HALAL, uavhengig av om det er svin, okse, lam eller kylling.

2. Halalkjøttet skal håndteres separat fra ikke-halalkjøtt. Det vil si at dersom man håndterer ikke-halalkjøtt så skal man vaske hendene før man håndterer halalkjøtt.
3. Halalkjøttet skal prepareres (skjære/ kutte etc.) på rent underlag. Det vil si at dersom man har preparert ikke-halalkjøtt på underlaget skal dette rengjøres/vaskes før det brukes til tilberedelse av halalkjøtt. Det skal brukes separat ren kniv eller annet redskap til halalkjøtt
4. Halalkjøttet må kokes/stekes/grilles separat fra ikke-halalkjøtt, i kjele/stekepanne/plate som er vasket/ren. Det er ikke akseptabelt at man bruker f.eks aluminiumsfolie for å skille halal fra ikke-halal i samme panne/ grill. Det skal også brukes separat vasket/ren stekespade o.l. ved håndtering av halalkjøttet.
5. Halalkjøttet skal serveres separat fra ikke-halalkjøtt.

Matvarer som kommer i kontakt med ikke-halalkjøtt blir også "ikke-halal". Det vil si at de ikke kan spises av muslimske barn. Derfor er det viktig at ikke-halalkjøtt heller ikke kommer i kontakt med andre matvarer. For eksempel kan dette være spesielt relevant for ikke-halal kjøttpålegg som kommer i kontakt med annet pålegg som i utgangspunktet blir ansett som HALAL. Jeg anbefaler at kjøttpålegg serveres separat. Det er kjøpt inn egen plastboks med lokk for oppbevaring av Halal mat.

Tips og triks til matsjefen på huset

Planlegg

Ta en titt i skapene og lag en plan for dagen.

Fordeling av arbeidet

Det er ikke meningen at matsjefen skal stå for all matlaging. Sett opp en arbeidsliste for måltider.

Bruk rester til lunsj eller kveldskos

Det blir alltid rester etter middager og av pålegg. Bruk fantasien og lag snadder alle kan sette pris på. Oppskriftene skal være til inspirasjon. Rester kan brukes til lasagne eller pizza.

Grønnsaker og frukt

Kutt opp grønnsaker og frukt og sett frem. Det blir spist opp! Lag dip.

Kok kaffe

Man kan simpelt hen ikke få for mye kaffe.

4. Oppgaver til bussansvarlig

Det skal finnes én bussansvarlig per buss. Bussansvarlig har ansvar for barna helt til de er fremme ved husene på Hudøy!

Bussansvarlig skal sørge for det følgende:

Ta med

- Et par søppelsekker (en til godteri og en til søppel)
- Spyposer (for eksempel grønne biposer)
- En tørkerull og en dorull

Ved avreise

- Buss-sjef (Camilla Klepaker, 91 75 71 57) vil være ved Refstad skole hele dagen. Hun vil ha refleksvest og vil være lett å finne.
- Møt opp i god tid før avreise for din buss
- De andre deltakerne har fått beskjed om å møte opp 15 min før bussavgang, og du bør være der litt tidligere og samle troppene for opptelling, merking av bagasje osv.
- Sørg for at all bagasje blir merket med tape før avreise
- De som eventuelt ikke har plass på sitt barns respektive buss, merker bagasjen sin med tapen til huset de tilhører.
- Ha oversikt over at alle reisende på bussen er kommet.
- Del ut t-skjorter til alle barn og voksne på bussen
- Del ut en rykende fersk utgave av Hudøynytt
- Del ut dette Voksenheftet

Når du nærmer deg Hudøy

- VIKTIG: Når du kommer til siste bro over til Tjøme (Vrengen bro), ring til Trond Lingås i transportgruppa (Mob 97 16 60 76) Han vil gi beskjed om det er klart for din buss til å kjøre frem til avstigningsplassen (Det er trangt om plassen).
- Pek ut hvem som skal hjelpe til med bagasje og hvem som passer på barna

Når bussen er tømt for folk

- Gå gjennom bussen og plukk opp søppel
- Sjekk at det ikke er noe som er glemt igjen.
- Husk å ta på barna redningsvest når dere har kommet ut av bussen

Hjemreisen

- Husk å ta med tørkerull, søppelsekk og spyposer til hjemturen også
- Ha oversikt over antallet som skal være med og at alle blir med båten over og kommer med på bussen

NORDA 5. TRINN

Hussjef
Arne Bjørnebek - 932 59 480

Norda ligger, som navnet sier, helt nord på øya. Nært sjøen og med nydelig utsikt.

HØGDA

Hussjef
LARS L' ABBÉE-LUND - 982 24 624

Høgda ligger midt på øya og vil være en base for voksne med fellesoppgaver på øya.

STRANNA/VIKA 7. TRINN

Hussjef
Janne Dås vand - 995 95 872
Lars Kvam - 913 78 430

Stranna/Vika ligger lengst vest på øya og er den eneste kolonien med stupebrett.

BUKTA 6. TRINN

Hussjef
CONNIE FRIDÉN - 926 24 432

Bukta ligger rett ved "kjærlighetsstien", og yndet sted for 5., 6. og 7. klassinger... Dette er plassen for den store Oliaden.



ÅSLY

General
Inge Alme - 928 86 086
general@aldrietaruten.org

Sykestue

Helse- og sosialsjef
Hanne-Merete Eriksen Volle
- 924 19 477
helse@aldrietaruten.org

Hudøylegene

Liv Risvold Vikan - 984 79 028
Stian Røsjø - 992 38 153

Redaksjon

Vi vil gjerne ha bidrag i avisen.
Send tekst og bilder på tlf/mail.
Husk å merke artiklene.
Aranya Rusli - 91 88 30 38
redaktor@aldrietaruten.org

HVEM, HVA, HVOR?