Info til deg som har meldt deg på styrevervskurs 2023

Sted: Kirkekretsen skole   
Veldromsvegen 6,  
2385 Brumunddal 1

Tid: Fredag 17.februar til søndag 19.februar 2023

Oppmøte er i fra 17.30. Gi beskjed om du vet at du kommer mye senere eller tidligere.

Lørdag kveld blir det temafest med tema **Afterski!** Kle deg ut som noe som har med dette å gjøre. Bare fantasien setter en stopper 😊

**Hvordan komme seg dit?**

Fylkesstyret i Hedmark har satt opp gratis buss som går fra Os i Østerdalen helt frem til kursstedet på fredag og retur på søndag. Flere reiser før skolen er ferdig fredagen, og bekreftelse på gyldig fravær kan sendes til de som trenger det.   
**Gi beskjed** til Per Erlend, eller orgrådgiver Aurora så fikser vi dette til de som trenger det.

Tider og stoppesteder:

Kl.13.00 Os Stasjon

Kl.13.40 Tynset Stasjon

Kl.14.15 Alvdal Taverna

Kl.14.50 Hanestad Vertshus

Kl.16.15 Rena Stasjon

Kl.16.45 Elverum MC Donald

Kl.17.30 Kirkekretsen Skole Ringsaker

Hvis en av deltakerne blir syke under helgen, må foreldre eller andre pårørende komme å hente barnet på Kirkekretsen skole.

PCer som deltakerne har med seg, blir låst inne på et eget rom når de ikke er i bruk.

Vi, instruktørene og ansatte gleder oss til å se dere! 😊

Pakkeliste:

* Sovepose og liggeunderlag/flatseng (Helst ikke ta med dobbeltmadrasser, da det er begrenset med plass.)
* Varme uteklær, gjelder ALLE, men spesielt de som skal på friluftskurs
* Tøfler/innesko
* Toalettsaker
* **Sekretærer tar med møtebok, skrivesaker og pc.**
* **Ledere laster ned året rundt på forhånd. Finnes på: https://4h.no/ressurssider/moteboka-kassaboka-og-aret-rundt/**
* **Kasserere tar med pc og laster ned digital kassaboka på forhånd. Finnes på:** [**https://4h.no/ressurssider/moteboka-kassaboka-og-aret-rundt/**](https://4h.no/ressurssider/moteboka-kassaboka-og-aret-rundt/)
* Alle deltakere **tar med skrivesaker**
* **Det blir kiosk!** Ta med lommepenger. Vi legger i tillegg til rette for betaling til vippsnummer for de under 15 år.
* Godt humør! ☺
* Lørdag kveld blir det temafest ☺ Ta med til tema «***Afterski***». Bare fantasien setter en stopper!

# For at kurset skal bli mest mulig vellykket, gjelder følgende trivselsregler:

* Gjør deg kjent med programmet og følg det.
* Vær presis og opplagt ved alle måltider og kursbolker.
* Lytt til instruktørene og teknisk arrangør.
* Forlat ikke kursstedet uten tillatelse fra en kursinstruktør.
* Si fra til kursinstruktørene eller hovedansvarlig dersom du føler deg syk eller skadet.
* Ta hensyn og vær en god representant for klubben din. Er du misfornøyd med noe på kurset, si fra til instruktørene med en gang!
* Mobiltelefonen er avslått så lenge kursets teoretiske del pågår og brukes minst mulig ellers. PC brukes under kursets teoretiske del. Bruk av pc til spill og surfing ellers er ikke tillat. På kurs skal vi være sosiale og ha det gøy ☺
* Det er ikke tillatt å ha med eller nyte alkohol eller andre former for rusmidler på 4Hs arrangement.
* Det er ikke tillatt å ha med eller nyte energidrikker (eks. powerade, burn, red bull, mountain dew, monster, battery o.l.) på 4Hs arrangement.
* Det er forbudt å ta og å spre bilder som setter deg selv og andre i et dårlig lys, bringer dem i fare, eller er «støtende».
* Grove brudd på trivselsreglene medfører hjemsending på egen regning.
* Både deltakere, kursinstruktører og tekniske arrangører viser vanlig norsk folkeskikk og god oppførsel. Vi hilser på alle ved ankomst, sier god-morgen/farvel, takk for maten osv.
* Påmelding til kurset er bindende. Fristen var 11.02.22. Ved sykdom (legeerklæring kreves) og dødsfall i nærmeste familie, kan kursavgiften tilbakebetales.

PROGRAM SUPERHELG 2023

Veldre, Brumunddal 17. til 19. februar 2023

**Fredag:**

17.30-19.00 Oppmøte og registering Instruktører/teknisk

19.00-20.00 Mat Teknisk

20.00-21.00 Velkommen, presentasjon, regler Instruktører/teknisk

Bli kjent – leker, felles og i grupper

23.00 Ro-signal, alle i seng. Teknisk

**Lørdag:**

07.30 Vekking Instruktør

07.30.-08.30 Frokost Teknisk

08.30-08.50 Hopp og sprett Instruktører

09.00-12.00 Kurs Instruktører

12.00-13.00 Lunsj Teknisk

13.00-14.00 Utelek (Alle) Ledergruppa

14.00-17.30 Kurs, mellommåltid underveis :) Instruktører

18.30 Festmiddag! Tema: **Afterski**  Instruktører Etter middag - sosialt samvær Instruktører

Mulighet for kveldsmat Teknisk

23.00 Ro-signal, stille på soverommene.

01.00 Alle i seng! Helt om natten, helt om dagen. Teknisk

**Søndag:**

07.30 Vekking Instruktører

07.30-08.30 Frokost Teknisk

08.30-08.50 Hopp og sprett Instruktører

09.00-10.00 Oppsummering av kurs Instruktører

10.00-12.00 ÅLVÅGS -å lære ved å gjøre sammen Instruktører

12.00-13.00 Lunsj Teknisk

13.00 Takk for nå og hjemreise Alle