



Mobil- og trivselspolitik: Plads til fællesskabet og den enkelte

I vores spejdergruppe vægter vi det virkelige fællesskab (IRL) allerhøjest. Vi tror på, at de stærkeste venskaber og vildeste spejderoplevelser skabes, når vi kigger hinanden i øjnene frem for ind i en skærm.

Samtidig anerkender vi, at telefonen er en integreret del af de unges hverdag, et vigtigt spejderredskab og for nogle en nødvendig tryghed eller ventil. Vores politik bygger derfor på **funktioner og zoner** frem for absolutte forbud, så der er plads til alles individuelle behov, uden at det skrider for fællesskabet.



Retningslinjer på lejre og ture

1. Grundreglen: Telefonen er et spejderredskab

- **I aktivitetstiden:** Telefonen holdes som udgangspunkt i lommen. Den må udelukkende bruges til spejderrelevante formål: GPS/kort, billeder til troppens mindebog eller opgaveløsning i aktiviteterne.
- **Måltiderne er mobilfrie:** Under alle måltider afleveres telefonerne i en fælles kasse i spiseteltet/køkkenet. Her er der fuldt fokus på hygge og snak.
- **Sikkerhed på egen hånd (Makkerskab):** Når spejderne sendes ud på opgaver eller ture uden ledere, går de **altid minimum to sammen**. Telefonen er ikke et krav for den enkelte, men der skal altid være **mindst én tændt og fuldt opladet telefon i gruppen**, hvor ledernes numre er gemt som favoritter, så de altid kan få hjælp.

2. Zone-opdeling i lejren

- **Fællesarealet (Mobilfri zone):** Ved fællesområder som bålpladsen, spisebordet, pejsestuen, fællestelte og. lign. hygger vi uden skærme. Har man brug for sin telefon, trækker man væk fra fællesskabet.
- **Sove-teltene/ sovesal (Lydløs zone):** Det er tilladt at bruge telefonen i teltet før sengetid til f.eks. lydbøger, musik eller godnatsange. Dette foregår **altid med høretelefoner**, og skærmen skal være dæmpet, så kammeraterne ikke forstyrres.

3. "Helt om natten – helt om dagen" (Håndtering af overload, pligter og pauser)

Vi løfter i flok. Hvis man deltager i de sene aftenaktiviteter, forventes det også, at man yder sin del af det fælles arbejde (madlavning, opvask og lejrpligter) i dagtimerne.

- **Pligt-først reglen (Bundne opgaver):** Man kan *aldrig* tage en pause midt i en bunden fællesopgave. Madlavning, opvask, lejr-etablering og tilmeldte aktivitetsmoduler skal altid færdiggøres først. Pauserne lægges udelukkende i lejrens "fri-timer".
- **Pause-kvote ved behov for ro:** Vi ved, at en lejr kan give sanseoverload med mange indtryk og højt støjniveau. Alle kan få brug for at nulstille hjernen. Derfor kan man aftale et "frirum" med lederne på **max 2 x 20 minutter om dagen** uden for de faste program- og pligttider, hvor man må trække stikket i teltet på sovesalen med sin telefon.
- **Skærmfrie nulstillere:** Vi opfordrer til og tilbyder alternative måder at give hjernen ro på, som ikke involverer sociale medier – f.g. en time-out i en hængekøje i absolut stilhed, en rolig snitteopgave eller en ren lydbogs-pause i lommen med sort skærm.

4. Tryghed og forældrekontakt ("Lederen Først")

Hvis en spejder oplever hjemve, konflikter, har slået sig eller er ked af det, gælder den ufravigelige regel: **Spejderen skal altid tale med en leder, FØR der ringes eller sendes SMS til forældrene derhjemme.**

- *Hvorfor?* Forældre derhjemme kan ikke løse en akut situation på lejrpladsen – det kan lederne. Hvis forældre kontaktes først, skaber det ofte unødigt utryghed for alle parter. Lederne kontakter naturligvis forældrene med det samme, hvis der er behov for det.



Retningslinjer ved de ugentlige spejdermøder (2 timer)

Principperne fra lejrene tager vi med ind til de ugentlige spejdermøder under parolen: **Vi er her sammen i 120 minutter.**

- **Mødestart i kassen:** Når mødet begynder, lægges alle telefoner i troppens mobilkasse. Mødetiden er dedikeret til spejderarbejdet og det fysiske fællesskab.
- **Undtagelsen (Når telefonen skal bruges):** Hvis lederne har planlagt et løb eller en aktivitet, hvor der skal bruges f.eks. QR-koder, GPS, kamera eller internet-søgning, udleveres telefonerne som et konkret værktøj til den specifikke opgave. Så snart opgaven er løst, kommer de tilbage i lommen eller kassen.

- **Hjernepauser til møderne:** Hvis en spejder koger fuldstændig over under et ugentligt møde og har brug for en pause, klares dette *ikke* med et skærm-fix, da det bryder mødets dynamik og fjerner fokus fra fællesskabet. I stedet aftales en kort, skærmfri pause (f.eks. at gå ud og trække frisk luft, hente vand til holdet eller sidde i ro i 5 minutter), hvorefter man træder ind i patruljen igen.
-