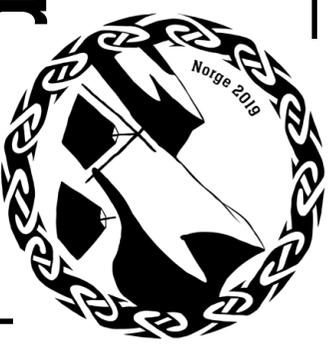


**Fahr**

**ten**

**buch**

**II**



**Fahr**

**ten**

**buch**

**II**

Unter dieser Nummer erreicht ihr das Bundesfahrt-Team:  
0049 176 64 28 28 34

Notfallnummer der Bundesfahrt-Sanitäter\*innen:  
0049 1743 202 588

Die Adresse des Lagerplatzes lautet:  
Nortangen speidersenter  
Horgenmoen 86  
2750 Gran (Hadeland)

Zeitraum des Lagers:  
28.07.19 (Anreise 14-16 Uhr) bis 01.08.19 (Abreise bis 14 Uhr)



Unter dieser Nummer erreicht ihr das Bundesfahrt-Team:  
0049 176 64 28 28 34

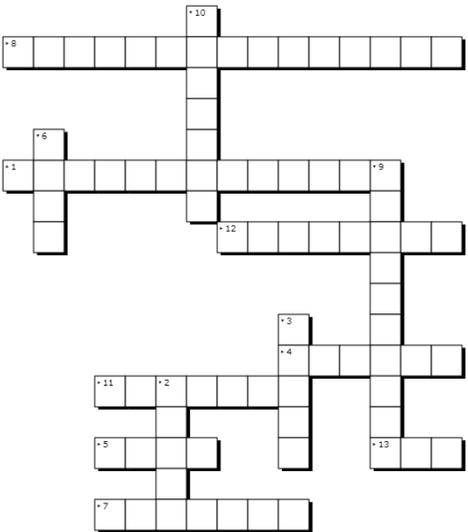
Notfallnummer der Bundesfahrt-Sanitäter\*innen:  
0049 1743 202 588

Die Adresse des Lagerplatzes lautet:  
Nortangen speidersenter  
Horgenmoen 86  
2750 Gran (Hadeland)

Zeitraum des Lagers:  
28.07.19 (Anreise 14-16 Uhr) bis 01.08.19 (Abreise bis 14 Uhr)

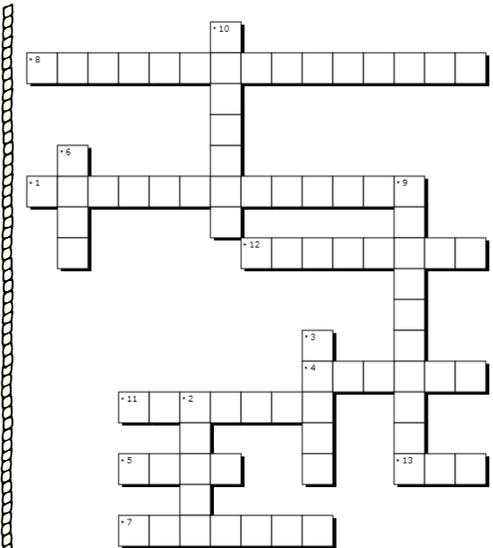


1. Was ist der höchste Berg von Norwegen?
2. Wie nennen die Norweger ihr Land?
3. Wie heißt die Königin von Norwegen?
4. Wie heißt das typische Fahrtenmesser (Klappmesser)?
5. Wie heißt die Münzeinheit in Norwegen?
6. Was heißt "Danke" auf norwegisch?
7. Was heißt "Pfadfinder" auf norwegisch?
8. Was heißt "Allemansretten" auf deutsch?
9. Wie heißt der Bundesfahrt-Lagerplatz?
10. Bei welchem Knoten entsteht eine feste Schlaufe?
11. Welches Tier wurde in Norwegen zum Ritter geschlagen?
12. Wie heißt eine der Provinzen Norwegens, in der die Bundesfahrt stattfindet?
13. Was ist die Abkürzung für Norwegische Kronen?



Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzwörtertsel-Generator  
<https://www.xwords-generator.de/>

1. Was ist der höchste Berg von Norwegen?
2. Wie nennen die Norweger ihr Land?
3. Wie heißt die Königin von Norwegen?
4. Wie heißt das typische Fahrtenmesser (Klappmesser)?
5. Wie heißt die Münzeinheit in Norwegen?
6. Was heißt "Danke" auf norwegisch?
7. Was heißt "Pfadfinder" auf norwegisch?
8. Was heißt "Allemansretten" auf deutsch?
9. Wie heißt der Bundesfahrt-Lagerplatz?
10. Bei welchem Knoten entsteht eine feste Schlaufe?
11. Welches Tier wurde in Norwegen zum Ritter geschlagen?
12. Wie heißt eine der Provinzen Norwegens, in der die Bundesfahrt stattfindet?
13. Was ist die Abkürzung für Norwegische Kronen?



Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzwörtertsel-Generator  
<https://www.xwords-generator.de/>

## Inhaltsverzeichnis

Das Wichtigste .....	5
Notfallnummer .....	5
Medizinische Notfälle.....	5
Verhalten bei einem Unfall .....	6
Empfehlungsschreiben .....	7
Das Fahrtengebiet.....	9
Hygiene und Trinkwasser .....	10
Schmutz & Schimmel .....	12
Fahrtrenkaderwelsch.....	13
Basics.....	13
Zahlen.....	14
Zeit.....	14
Wasser.....	15
Wir.....	15
Orientierung.....	15
Verkehr .....	17
Einkaufen .....	17

## Inhaltsverzeichnis

Das Wichtigste .....	5
Notfallnummer .....	5
Medizinische Notfälle.....	5
Verhalten bei einem Unfall .....	6
Empfehlungsschreiben .....	7
Das Fahrtengebiet.....	9
Hygiene und Trinkwasser .....	10
Schmutz & Schimmel .....	12
Fahrtrenkaderwelsch.....	13
Basics.....	13
Zahlen.....	14
Zeit.....	14
Wasser.....	15
Wir.....	15
Orientierung.....	15
Verkehr .....	17
Einkaufen .....	17

Lagerplatz.....	19
Notfall.....	19
Verhalten auf Fahrt.....	21
In Norwegen zu Gast.....	21
Jedermannsrecht.....	23
Waldbrandgefahr.....	26
Fahrtchronik.....	27
Zusammenhalt in der Sippe.....	27
Auf dem Lager.....	30
Öffentliche Verkehrsmittel.....	30
Lagerregeln.....	33
Netzplan.....	36
Verpflegung auf dem Abschlusslager.....	37



Lagerplatz.....	19
Notfall.....	19
Verhalten auf Fahrt.....	21
In Norwegen zu Gast.....	21
Jedermannsrecht.....	23
Waldbrandgefahr.....	26
Fahrtchronik.....	27
Zusammenhalt in der Sippe.....	27
Auf dem Lager.....	30
Öffentliche Verkehrsmittel.....	30
Lagerregeln.....	33
Netzplan.....	36
Verpflegung auf dem Abschlusslager.....	37



### **Verpflegung auf dem Abschlusslager**

Auf dem Abschlusslager werden sämtliche Lebensmittel zentral eingekauft und pro Mahlzeit an euch ausgegeben. Für die Zubereitung benötigt ihr eure eigenen Küchenutensilien (Topf, Kocher, ...) die ihr wegen der Fahrt ja ohnehin dabei habt. In der Regel wird es morgens Müsli, mittags Brot (+ Extras) und abends eine warme Mahlzeit geben. Die warmen Mahlzeiten sind so konzipiert, dass ein Topf pro Sippe ausreicht.

Am Anreisetag wird es im Anreisetraum kleine Snacks geben, die erste richtige Mahlzeit auf dem Lager ist das Abendessen. Am Abreisetag wird es ein Frühstück geben, sowie die Möglichkeit, sich Lunchpakete zu packen.

Gefäße, die von uns zur Lebensmittelverteilung ausgegeben werden, müssen immer nach dem Essen gespült zurückgegeben werden.



### **Verpflegung auf dem Abschlusslager**

Auf dem Abschlusslager werden sämtliche Lebensmittel zentral eingekauft und pro Mahlzeit an euch ausgegeben. Für die Zubereitung benötigt ihr eure eigenen Küchenutensilien (Topf, Kocher, ...) die ihr wegen der Fahrt ja ohnehin dabei habt. In der Regel wird es morgens Müsli, mittags Brot (+ Extras) und abends eine warme Mahlzeit geben. Die warmen Mahlzeiten sind so konzipiert, dass ein Topf pro Sippe ausreicht.

Am Anreisetag wird es im Anreisetraum kleine Snacks geben, die erste richtige Mahlzeit auf dem Lager ist das Abendessen. Am Abreisetag wird es ein Frühstück geben, sowie die Möglichkeit, sich Lunchpakete zu packen.

Gefäße, die von uns zur Lebensmittelverteilung ausgegeben werden, müssen immer nach dem Essen gespült zurückgegeben werden.



## Netzplan

Sonntag 28. Jul	Montag 29. Jul	Dienstag 30. Jul	Mittwoch 31. Jul	Donnerstag 01. Aug
	08:00 - 09:30 Essensausgabe + Frühstück			
	09:30 - 10:30 Lagereröffnung	09:30 - 13:00 Geländespiel Block I	09:30 - 13:00 Aktiv-Block	bis 14:00 Abreise
	11:00 - 12:30 Spaß- und Sportspiele / Freizeit			
12:00 - 16:00 Ankunft Lagerplatz	13:00 - 15:00 Essensausgabe und Mittagessen (kalt)			
	15:00 - 17:30 Bundeszeit	15:00 - 17:30 Geländespiel Block II	15:00 - 17:30 Bundeszeit	
	17:30 Lagerrat + Essensausgabe			
18:00 - 20:00 Essen (warm)	18:00 - 22:30 Essen (warm) + Sippenbegegnung		18:00 - 19:30 Essen kochen	
20:30 - 22:30 Offener singebend	20:30 - 22:30 Super Singebend	20:00 - Ende Buffett + Krachender Abschlussabend		
	22:30 Abendrunde			



## Netzplan

Sonntag 28. Jul	Montag 29. Jul	Dienstag 30. Jul	Mittwoch 31. Jul	Donnerstag 01. Aug
	08:00 - 09:30 Essensausgabe + Frühstück			
	09:30 - 10:30 Lagereröffnung	09:30 - 13:00 Geländespiel Block I	09:30 - 13:00 Aktiv-Block	bis 14:00 Abreise
	11:00 - 12:30 Spaß- und Sportspiele / Freizeit			
12:00 - 16:00 Ankunft Lagerplatz	13:00 - 15:00 Essensausgabe und Mittagessen (kalt)			
	15:00 - 17:30 Bundeszeit	15:00 - 17:30 Geländespiel Block II	15:00 - 17:30 Bundeszeit	
	17:30 Lagerrat + Essensausgabe			
18:00 - 20:00 Essen (warm)	18:00 - 22:30 Essen (warm) + Sippenbegegnung		18:00 - 19:30 Essen kochen	
20:30 - 22:30 Offener singebend	20:30 - 22:30 Super Singebend	20:00 - Ende Buffett + Krachender Abschlussabend		
	22:30 Abendrunde			



## Das Wichtigste

## Notfallnummer

Während des gesamten Fahrtenzeitraums könnt ihr das Lagerteam unter einer Notfallnummer erreichen.

Bitte benutzt die Notfallnummer in Situationen, in denen ihr ernsthaftige Schwierigkeiten bekommt, oder andere Probleme auftreten, die ihr selbst nicht lösen könnt.

Die Notfallnummer lautet: 0049 176 64 28 28 34

Genauso möchten wir euch bitten, mindestens jeden zweiten Tag eure Handys anzuschalten, und auf Nachrichten von uns zu überprüfen. In wichtigen Fällen werden wir euch vom Lagerplatz per SMS kontaktieren. Wir nutzen hierfür die Nummern, die ihr in den Sippensteckbriefen angegeben habt.

## Medizinische Notfälle

Unsere Bundesfahrts-Sanitäter\*innen haben euch ein 1.Hilfe-Heft zusammengestellt. Bitte lest es gründlich vor der Fahrt und habt es immer dabei!

Ihr findet darin wichtige Hinweise zum Umgang mit Krankheiten und Notfällen, sowie die norwegischen Namen von vielen davon.

## Das Wichtigste

## Notfallnummer

Während des gesamten Fahrtenzeitraums könnt ihr das Lagerteam unter einer Notfallnummer erreichen.

Bitte benutzt die Notfallnummer in Situationen, in denen ihr ernsthaftige Schwierigkeiten bekommt, oder andere Probleme auftreten, die ihr selbst nicht lösen könnt.

Die Notfallnummer lautet: 0049 176 64 28 28 34

Genauso möchten wir euch bitten, mindestens jeden zweiten Tag eure Handys anzuschalten, und auf Nachrichten von uns zu überprüfen. In wichtigen Fällen werden wir euch vom Lagerplatz per SMS kontaktieren. Wir nutzen hierfür die Nummern, die ihr in den Sippensteckbriefen angegeben habt.

## Medizinische Notfälle

Unsere Bundesfahrts-Sanitäter\*innen haben euch ein 1.Hilfe-Heft zusammengestellt. Bitte lest es gründlich vor der Fahrt und habt es immer dabei!

Ihr findet darin wichtige Hinweise zum Umgang mit Krankheiten und Notfällen, sowie die norwegischen Namen von vielen davon.

Es gibt auch eine Nummer, mit dem ihr das Sani-Team während der Fahrt erreichen könnt: 0049 1743 202 588

Gern beraten wir euch so gut wir können am Telefon oder wir kommen zu euch. Bedenkt aber bitte, dass es unter Umständen ziemlich lange dauern kann, bevor wir vor Ort sind.

**Wichtig!** Beachtet bitte, dass ihr im Anschluss an einen ärztlichen Besuch ein Formular ausfüllen müsst, damit die Kosten über die Versicherung des BdPs übernommen werden können. Schreibt die wichtigsten Infos des Besuchs auf und sprecht uns anschließend an.

Wenn sich ein ernster Unfall ereignet oder jemand aus der Gruppe so schlimm verletzt ist, dass ihr euch auch mit telefonischer Beratung nicht helfen könnt, wählt bitte den offiziellen Notruf.

### **Verhalten bei einem Unfall**

Die internationale Notrufnummer 112 ist auch in Norwegen gültig. Daneben gibt es die norwegische Rufnummer 113 für den Rettungsdienst.

Es ist ausdrücklich nicht erforderlich über eine zum Mobiltelefon passende PIN zu verfügen, sogar die Karte selbst ist nicht zwingend erforderlich. Bei schlechtem



Es gibt auch eine Nummer, mit dem ihr das Sani-Team während der Fahrt erreichen könnt: 0049 1743 202 588

Gern beraten wir euch so gut wir können am Telefon oder wir kommen zu euch. Bedenkt aber bitte, dass es unter Umständen ziemlich lange dauern kann, bevor wir vor Ort sind.

**Wichtig!** Beachtet bitte, dass ihr im Anschluss an einen ärztlichen Besuch ein Formular ausfüllen müsst, damit die Kosten über die Versicherung des BdPs übernommen werden können. Schreibt die wichtigsten Infos des Besuchs auf und sprecht uns anschließend an.

Wenn sich ein ernster Unfall ereignet oder jemand aus der Gruppe so schlimm verletzt ist, dass ihr euch auch mit telefonischer Beratung nicht helfen könnt, wählt bitte den offiziellen Notruf.

### **Verhalten bei einem Unfall**

Die internationale Notrufnummer 112 ist auch in Norwegen gültig. Daneben gibt es die norwegische Rufnummer 113 für den Rettungsdienst.

Es ist ausdrücklich nicht erforderlich über eine zum Mobiltelefon passende PIN zu verfügen, sogar die Karte selbst ist nicht zwingend erforderlich. Bei schlechtem



wichtig. Baden dürft ihr leider nur, wenn eure Eltern das auf der Anmeldung unterschrieben haben und eure Sippenführung als Aufsichtsperson dabei ist. Wir werden zu bestimmten Zeiten eine zusätzliche Person an der Badestelle stellen, jedoch liegt die Aufsichtspflicht weiterhin bei der Sippenführung!

*Ich will die Natur kennenlernen und helfen Sie zu erhalten*

- Feuer ist nur erlaubt, falls die Waldbrandsituation das zulässt und auch dann nur an den vorgesehenen Orten.
- Benutzt unseren Lagerplatz und den See nicht als Toilette.
- Lasst keinen Müll rumliegen und beachtet bei der Müllentsorgung und Entsorgung von Spülwasser die dafür vorgesehenen Stellen und Gepflogenheiten.



wichtig. Baden dürft ihr leider nur, wenn eure Eltern das auf der Anmeldung unterschrieben haben und eure Sippenführung als Aufsichtsperson dabei ist. Wir werden zu bestimmten Zeiten eine zusätzliche Person an der Badestelle stellen, jedoch liegt die Aufsichtspflicht weiterhin bei der Sippenführung!

*Ich will die Natur kennenlernen und helfen Sie zu erhalten*

- Feuer ist nur erlaubt, falls die Waldbrandsituation das zulässt und auch dann nur an den vorgesehenen Orten.
- Benutzt unseren Lagerplatz und den See nicht als Toilette.
- Lasst keinen Müll rumliegen und beachtet bei der Müllentsorgung und Entsorgung von Spülwasser die dafür vorgesehenen Stellen und Gepflogenheiten.



- Es ist nicht erlaubt, Löcher auf dem Zelplatz zu graben.

*Ich will kritisch sein und Verantwortung übernehmen*

- Wir möchten ein gutes Vorbild geben, deshalb ist das Lager alkoholfrei. Damit schließen wir uns den Regeln der norwegischen Pfadfinderinnen und Pfadfinder an, zumal jeglicher Alkohol in Norwegen erst mit 18 Jahren erlaubt ist. Darüber hinaus soll der Lagerplatz rauch- und zigarettenfrei sein. Deshalb darf nur in dafür ausgezeichneten Bereichen geraucht werden und auch dort gilt das Jugendschutzgesetz – rauchen ab 18.

- Trage auf dem Lagerplatz festes Schuhwerk. Um die Sicherheit auf dem Lager zu gewährleisten, ist festes Schuhwerk für den Lageralltag mit all seinen Stolperfallen, Abspannschürren und Heringen angemessen und verringert das Verletzungsrisiko. Keine festen Schuhe sind beispielsweise Flip-Flops.

- Die Aufsichtspflicht für eure Sippe liegt wie auch während des Fahrtzeitraums bei der Sippenführung. Dies ist insbesondere beim Baden

- Es ist nicht erlaubt, Löcher auf dem Zelplatz zu graben.

*Ich will kritisch sein und Verantwortung übernehmen*

- Wir möchten ein gutes Vorbild geben, deshalb ist das Lager alkoholfrei. Damit schließen wir uns den Regeln der norwegischen Pfadfinderinnen und Pfadfinder an, zumal jeglicher Alkohol in Norwegen erst mit 18 Jahren erlaubt ist. Darüber hinaus soll der Lagerplatz rauch- und zigarettenfrei sein. Deshalb darf nur in dafür ausgezeichneten Bereichen geraucht werden und auch dort gilt das Jugendschutzgesetz – rauchen ab 18.

- Trage auf dem Lagerplatz festes Schuhwerk. Um die Sicherheit auf dem Lager zu gewährleisten, ist festes Schuhwerk für den Lageralltag mit all seinen Stolperfallen, Abspannschürren und Heringen angemessen und verringert das Verletzungsrisiko. Keine festen Schuhe sind beispielsweise Flip-Flops.

- Die Aufsichtspflicht für eure Sippe liegt wie auch während des Fahrtzeitraums bei der Sippenführung. Dies ist insbesondere beim Baden

Empfang empfiehlt es sich sogar, in keinem Netz angemeldet zu sein. In einem solchen Fall nutzt das Mobiltelefon automatisch das Netz mit dem besten Empfang.

Arbeitze beim Notruf „Die 5 W's“ ab, mit denen du alle relevanten Infos mittelst:

Wo geschah es?

Was geschah?

Wie viele Personen sind betroffen?

Welche Art der Notlage, Erkrankung oder Verletzung liegt vor?

Warten auf Rückfragen!

Tipp: Fang unbedingt mit „Wo?“ an, falls der Kontakt abbricht! Denk auch an deinen Namen. Leg erst auf, wenn du dazu aufgefordert wirst.

### **Empfehlungsschreiben**

Auf der nächsten Seite findet ihr ein Schreiben auf Norwegisch, in dem erklärt wird, was wir als Pfadfinder\*innen machen. Dies könnt ihr gegebenenfalls vorzeigen, wenn ihr anderen erklären müsst, was ihr macht.

Empfang empfiehlt es sich sogar, in keinem Netz angemeldet zu sein. In einem solchen Fall nutzt das Mobiltelefon automatisch das Netz mit dem besten Empfang.

Arbeitze beim Notruf „Die 5 W's“ ab, mit denen du alle relevanten Infos mittelst:

Wo geschah es?

Was geschah?

Wie viele Personen sind betroffen?

Welche Art der Notlage, Erkrankung oder Verletzung liegt vor?

Warten auf Rückfragen!

Tipp: Fang unbedingt mit „Wo?“ an, falls der Kontakt abbricht! Denk auch an deinen Namen. Leg erst auf, wenn du dazu aufgefordert wirst.

### **Empfehlungsschreiben**

Auf der nächsten Seite findet ihr ein Schreiben auf Norwegisch, in dem erklärt wird, was wir als Pfadfinder\*innen machen. Dies könnt ihr gegebenenfalls vorzeigen, wenn ihr anderen erklären müsst, was ihr macht.

### **Søknad**

Mine damer og herrer.

Gutter og jenter som får denne attesten er medlemmer av "Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder ev" (tilsvarende KFUK-KFUM i Norge) i Tyskland som er en del av speiderbevegelsen. De deltar på en tur fra 14.07.-16.08.2019 i Norge. På turen skal gruppen lære å leve selvforsvnte, skal finne en plass til å sove og sove ute. Deltakerne skal bli kjent med Norge og landets særegenheter. Erfaringene og innsikter skal deles i en kronikk. Derfor ønsker vi å be dere om å støtte ungdommene og vår ungdomsarbeid.

Hvis du har flere spørsmål, vennligst ta kontakt via:

**+49 176 64282834**

Vi takker stort på forhånd og med vårt felles hilsen "Alltid beredt!"

Med vennlig hilsen

„Bundesfahrten-Team“

BdP - Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder  
Kesselhaken 23  
34376 Immenhausen  
Tel: 0049 (0) 5673 / 99 58 4 - 0



### **Lagerregeln**

Unsere Pfadfinder\*innenregeln geben uns eine gute Orientierung, wie wir uns während der Bundesfahrt verhalten wollen. Als Ergänzung für das gemeinsame Lager gibt es hier wichtige Hinweise:

*Ich will hilfsbereit und rücksichtsvoll sein. Ich will den\*die Ander\*e\*n achten.*

- Die Nachtruhe beginnt um 24 Uhr und endet um 7 Uhr. In dieser Zeit sollten alle, die schlafen möchten, dies auch tun können. Seid bitte entsprechend leise und beachtet dies auch bei Singerunden.

*Ich will mich beherrschen.*

- Das Lager ist absolut alkoholfrei.
- Baden ist nach der Dämmerung und in der Nacht verboten.
- Wenn ihr den Lagerplatz verlassen wollt, meldet euch ab und geht in Gruppen von mindestens 3 Personen. Achtung: in unmittelbarer Nähe des Lagerplatzes befindet sich eine Bahnlinie! Das Betreten der Bahnlinie ist strengstens verboten, denn dort fahren Züge!



### **Søknad**

Mine damer og herrer.

Gutter og jenter som får denne attesten er medlemmer av "Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder ev" (tilsvarende KFUK-KFUM i Norge) i Tyskland som er en del av speiderbevegelsen. De deltar på en tur fra 14.07.-16.08.2019 i Norge. På turen skal gruppen lære å leve selvforsvnte, skal finne en plass til å sove og sove ute. Deltakerne skal bli kjent med Norge og landets særegenheter. Erfaringene og innsikter skal deles i en kronikk. Derfor ønsker vi å be dere om å støtte ungdommene og vår ungdomsarbeid.

Hvis du har flere spørsmål, vennligst ta kontakt via:

**+49 176 64282834**

Vi takker stort på forhånd og med vårt felles hilsen "Alltid beredt!"

Med vennlig hilsen

„Bundesfahrten-Team“

BdP - Bund der Pfadfinderinnen und Pfadfinder  
Kesselhaken 23  
34376 Immenhausen  
Tel: 0049 (0) 5673 / 99 58 4 - 0



### **Lagerregeln**

Unsere Pfadfinder\*innenregeln geben uns eine gute Orientierung, wie wir uns während der Bundesfahrt verhalten wollen. Als Ergänzung für das gemeinsame Lager gibt es hier wichtige Hinweise:

*Ich will hilfsbereit und rücksichtsvoll sein. Ich will den\*die Ander\*e\*n achten.*

- Die Nachtruhe beginnt um 24 Uhr und endet um 7 Uhr. In dieser Zeit sollten alle, die schlafen möchten, dies auch tun können. Seid bitte entsprechend leise und beachtet dies auch bei Singerunden.

*Ich will mich beherrschen.*

- Das Lager ist absolut alkoholfrei.
- Baden ist nach der Dämmerung und in der Nacht verboten.
- Wenn ihr den Lagerplatz verlassen wollt, meldet euch ab und geht in Gruppen von mindestens 3 Personen. Achtung: in unmittelbarer Nähe des Lagerplatzes befindet sich eine Bahnlinie! Das Betreten der Bahnlinie ist strengstens verboten, denn dort fahren Züge!



**L3/R30 Oslo S–Nittedal–Jaren/Gjøvik** **Gelder i perioden 24. juni – 4. august 2019.**

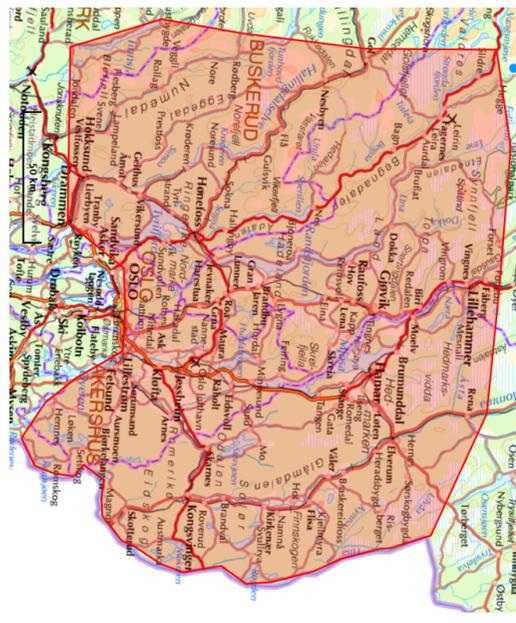
24.06.2019-04.08.2019	Igr NT		201	272	205	237	205	230	207	241	209	243	246	291	293	291	295	299	229		
	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.		
<b>Lørdag</b>																					
<b>Søndag</b>																					
<b>Oslo S</b>	0702	0812	0902	0942	1102	1142	1302	1342	1502	1522	1542	1612	1702	1702	1742	1902	2022	2102	2226	2226	0002
<b>Tøyen</b>	0817	0917	0947	1047	1147	1247	1347	1447	1527	1547	1627	1708	1747	1708	1747	1907	2027	2107	2231	2231	0007
<b>Grefsen</b>	0709	0823	0909	0950	1109	1150	1309	1350	1509	1530	1550	1619	1709	1709	1750	1909	2030	2109	2235	2235	0010
<b>Nydalen</b>	0711	0825	0911	0952	1111	1152	1311	1352	1511	1532	1552	1621	1711	1711	1752	1911	2032	2111	2237	2237	0012
<b>Kjelsås</b>	0714	0833	0916	0955	1116	1155	1316	1355	1515	1535	1555	1624	1716	1716	1755	1917	2037	2116	2241	2241	0014
<b>Snøppen</b>	0839	0939	1001	1021	1101	1121	1201	1221	1301	1321	1341	1401	1401	1401	1441	1602	1722	1801	2247	2247	0021
<b>Mosjøen</b>	0845	0945	1004	1024	1104	1124	1204	1224	1304	1324	1344	1404	1404	1404	1444	1605	1725	1804	2258	2258	0021
<b>Nittedal</b>	0727	0851	0930	1010	1120	1210	1320	1410	1520	1551	1612	1636	1729	1729	1810	1930	2052	2129	2301	2301	0029
<b>Anely</b>	0859	0959	1015	1015	1115	1215	1415	1415	1555	1616	1639	1732	1817	1833	2053	2122	2205	2205	2305	2305	0034
<b>Vangspikollen</b>	0901	1001	1017	1017	1117	1217	1417	1417	1557	1618	1641	1734	1819	1835	2100	2136	2201	2201	2301	2301	0036
<b>Hakadal</b>	0904	1004	1020	1020	1120	1220	1420	1420	1601	1621	1643	1736	1821	1837	2102	2138	2203	2203	2303	2303	0039
<b>Spyken</b>																					
<b>Harestua</b>	0746	0947	1031	1146	1231	1346	1431	1547	1612	1632	1653	1747	1746	1834	1947	2114	2146	2231	2321	2321	0050
<b>Grua</b>	0755	0954	1046	1153	1245	1353	1444	1555	1622	1645	1700	1757	1757	1845	1954	2122	2153	2259	2329	2329	0058
<b>Roa</b>	0800	0959	1051	1156	1250	1368	1468	1600	1632	1650	1705	1803	1803	1893	1999	2126	2158	2254	2334	2334	0101
<b>Lurner</b>	0803	1002	1055	1201	1254	1401	1453	1604	1636	1654	1709	1807	1807	1897	1997	2124	2157	2253	2333	2333	0106
<b>Grua</b>	0810	1009	1102	1205	1301	1403	1500	1611	1643	1701	1716	1814	1814	1904	2009	2144	2208	2248	2348	2348	0118
<b>Jaren</b>	0816	1015	1108	1214	1305	1414	1504	1616	1647	1705	1722	1819	1819	1908	2015	2148	2214	2250	2349	2349	0119
<b>Bekken</b>	0824	1023	1116	1222	1313	1421	1511	1623	1654	1710	1826	1826	1915	1915	2002	2135	2202	2257	2357	2357	0126
<b>Erna</b>	0840	1039	1132	1238	1329	1437	1528	1639	1710	1842	1842	1930	1930	2018	2151	2218	2254	2353	2453	2453	0142
<b>Romsvoll</b>	0845	1044	1137	1243	1334	1442	1534	1645	1716	1848	1848	1936	1936	2024	2197	2224	2301	2351	2451	2451	0147
<b>Rudnes</b>	0850	1049	1142	1248	1339	1447	1539	1650	1721	1853	1853	1941	1941	2029	2202	2229	2306	2356	2456	2456	0152
<b>Gjøvik</b>	0900	1059	1152	1258	1349	1457	1549	1660	1731	1903	1903	2031	2031	2119	2292	2319	2396	2496	2596	2596	0206

© Bane NOR 2019

**L3/R30 Oslo S–Nittedal–Jaren/Gjøvik** **Gelder i perioden 24. juni – 4. august 2019.**

24.06.2019-04.08.2019	Igr NT		201	272	205	237	205	230	207	241	209	243	246	291	293	291	295	299	229		
	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.	R.O.S	M.F.		
<b>Lørdag</b>																					
<b>Søndag</b>																					
<b>Oslo S</b>	0702	0812	0902	0942	1102	1142	1302	1342	1502	1522	1542	1612	1702	1702	1742	1902	2022	2102	2226	2226	0002
<b>Tøyen</b>	0817	0917	0947	1047	1147	1247	1347	1447	1527	1547	1627	1708	1747	1708	1747	1907	2027	2107	2231	2231	0007
<b>Grefsen</b>	0709	0823	0909	0950	1109	1150	1309	1350	1509	1530	1550	1619	1709	1709	1750	1909	2030	2109	2235	2235	0010
<b>Nydalen</b>	0711	0825	0911	0952	1111	1152	1311	1352	1511	1532	1552	1621	1711	1711	1752	1911	2032	2111	2237	2237	0012
<b>Kjelsås</b>	0714	0833	0916	0955	1116	1155	1316	1355	1515	1535	1555	1624	1716	1716	1755	1917	2037	2116	2241	2241	0014
<b>Snøppen</b>	0839	0939	1001	1021	1101	1121	1201	1221	1301	1321	1341	1401	1401	1401	1441	1602	1722	1801	2247	2247	0021
<b>Mosjøen</b>	0845	0945	1004	1024	1104	1124	1204	1224	1304	1324	1344	1404	1404	1404	1444	1605	1725	1804	2258	2258	0021
<b>Nittedal</b>	0727	0851	0930	1010	1120	1210	1320	1410	1520	1551	1612	1636	1729	1729	1810	1930	2052	2129	2301	2301	0029
<b>Anely</b>	0859	0959	1015	1015	1115	1215	1415	1415	1555	1616	1639	1732	1817	1833	2053	2122	2205	2205	2305	2305	0034
<b>Vangspikollen</b>	0901	1001	1017	1017	1117	1217	1417	1417	1557	1618	1641	1734	1819	1835	2100	2136	2201	2201	2301	2301	0036
<b>Hakadal</b>	0904	1004	1020	1020	1120	1220	1420	1420	1601	1621	1643	1736	1821	1837	2102	2138	2203	2203	2303	2303	0039
<b>Spyken</b>																					
<b>Harestua</b>	0746	0947	1031	1146	1231	1346	1431	1547	1612	1632	1653	1747	1746	1834	1947	2114	2146	2231	2321	2321	0050
<b>Grua</b>	0755	0954	1046	1153	1245	1353	1444	1555	1622	1645	1700	1757	1757	1845	1954	2122	2153	2259	2329	2329	0058
<b>Roa</b>	0800	0959	1051	1156	1250	1368	1468	1600	1632	1650	1705	1803	1803	1893	1999	2126	2158	2254	2334	2334	0101
<b>Lurner</b>	0803	1002	1055	1201	1254	1401	1453	1604	1636	1654	1709	1807	1807	1897	1997	2124	2157	2253	2333	2333	0106
<b>Grua</b>	0810	1009	1102	1205	1301	1403	1500	1611	1643	1701	1716	1814	1814	1904	2009	2144	2208	2248	2348	2348	0118
<b>Jaren</b>	0816	1015	1108	1214	1305	1414	1504	1616	1647	1705	1722	1819	1819	1908	2015	2148	2214	2250	2349	2349	0119
<b>Bekken</b>	0824	1023	1116	1222	1313	1421	1511	1623	1654	1710	1826	1826	1915	1915	2002	2135	2202	2257	2357	2357	0126
<b>Erna</b>	0840	1039	1132	1238	1329	1437	1528	1639	1710	1842	1842	1930	1930	2018	2191	2218	2254	2353	2453	2453	0142
<b>Romsvoll</b>	0845	1044	1137	1243	1334	1442	1534	1645	1716	1848	1848	1936	1936	2024	2197	2224	2301	2351	2451	2451	0147
<b>Rudnes</b>	0850	1049	1142	1248	1339	1447	1539	1650	1721	1853	1853	1941	1941	2029	2202	2229	2306	2356	2456	2456	0152
<b>Gjøvik</b>	0900	1059	1152	1258	1349	1457	1549	1660	1731	1903	1903	2031	2031	2119	2292	2319	2396	2496	2596	2596	0206

© Bane NOR 2019



**Das Fahrtengebiet**

Hier zur Orientierung eine Karte des Fahrtengebiets. Bitte denkt daran, dass wir außerhalb dieses Gebiets nicht zu euch kommen können, wenn ihr Hilfe braucht, da die entsprechenden Fahrwege zu weit sind.

© Bane NOR 2019

**Hygiene und Trinkwasser**

Wenn wir wandern und auf Fahrt sind, müssen wir viel trinken, da wir durch die Anstrengungen dem Körper Flüssigkeiten entziehen. Daher sollten wir unbedingt darauf achten, immer genügend Wasser bei uns zu tragen. Pro Person am besten zwei bis drei Liter, bei Hitze und Anstrengung das Doppelte.

Wir sollten unsere Trinkflaschen immer auffüllen, gerade wenn wir eine Tour in abgelegene Teile des Landes vor uns haben. Ein Wassersack wiegt nichts und es passt viel Wasser rein. Wasser aus dem Bach oder einem Fluss eignet sich oft zum Abwaschen (da es dort richtig erhitzt wird), wenn es nicht sichtbar schmutzig ist, aber zum Trinken sollten wir lieber Leitungswasser aus Häusern oder öffentliche Trinkbrunnen vorziehen. Wenn kein Trinkwasser vorhanden ist, helfen wir uns durch Abkochen, Wassereinigungstabletten (z.B. Micropur-Tabletten) oder Wasserfilter.

Auch wenn wir auf Fahrt sind achten wir auf die Hygiene in der Gruppe, die sich in vielen verschiedenen Situationen zeigt. Einige wichtige Dinge sind hier zusammengetragen, aber natürlich gehören alle weiteren Angewohnheiten, die wir schon in den Slippen pflegen, hinzu.

**Hygiene und Trinkwasser**

Wenn wir wandern und auf Fahrt sind, müssen wir viel trinken, da wir durch die Anstrengungen dem Körper Flüssigkeiten entziehen. Daher sollten wir unbedingt darauf achten, immer genügend Wasser bei uns zu tragen. Pro Person am besten zwei bis drei Liter, bei Hitze und Anstrengung das Doppelte.

Wir sollten unsere Trinkflaschen immer auffüllen, gerade wenn wir eine Tour in abgelegene Teile des Landes vor uns haben. Ein Wassersack wiegt nichts und es passt viel Wasser rein. Wasser aus dem Bach oder einem Fluss eignet sich oft zum Abwaschen (da es dort richtig erhitzt wird), wenn es nicht sichtbar schmutzig ist, aber zum Trinken sollten wir lieber Leitungswasser aus Häusern oder öffentliche Trinkbrunnen vorziehen. Wenn kein Trinkwasser vorhanden ist, helfen wir uns durch Abkochen, Wassereinigungstabletten (z.B. Micropur-Tabletten) oder Wasserfilter.

Auch wenn wir auf Fahrt sind achten wir auf die Hygiene in der Gruppe, die sich in vielen verschiedenen Situationen zeigt. Einige wichtige Dinge sind hier zusammengetragen, aber natürlich gehören alle weiteren Angewohnheiten, die wir schon in den Slippen pflegen, hinzu.

**L3/R30 Gjøvik/Jaren-Nittedal-Oslo S** **Gjelder i perioden 24. juni – 4. august 2019.**

		Log nr												24.06.2019-04.08.2019											
		224	236	238	238	240	228	276	290	248	212	250	214	252	254	216	256	218	258	260	266				
		R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R				
		M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F				
		L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L				
		S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S				
<b>Lördag</b>																									
<b>Söndag</b>					S																				
<b>Gjøvik</b>	0431		0547		0639	0733		0832		1131		1327		1530		1729		1932		2131					
<b>Raufoss</b>	0442		0558		0640	0744		0843		1142		1338		1541		1740		1943		2142					
<b>Ramsvoll</b>	0446x		0602x		0693x	0748x		0847x		1146x		1342x		1545x		1744x		1947x		2146x					
<b>Eina</b>	0452x		0606		0658	0754		0853		1152		1348		1551		1751		1953		2152					
<b>Ekleen</b>	0506x		0622x		0714x	0800x		1007x		1200x		1402x		1605x		1805x		2007x		2206x					
<b>Jaren</b>	0515	0605	0639	0639	0721	0817		1016	1120	1215	1320	1412	1514	1522	1615	1720	1818	1921	2016	2215					
<b>Gran</b>	0620	0610	0644	0644	0726	0822		1021	1125	1220	1325	1418	1519	1527	1620	1726	1823	1926	2021	2220					
<b>Lunner</b>	0626x	0617	0651	0651	0733	0828x		1027x	1132	1226x	1332	1424x	1526	1534	1628x	1733	1829x	1933	2027x	2226x					
<b>Roa</b>	0631	0622	0656	0656	0738	0833		1032	1137	1231	1337	1429	1531	1539	1631	1738	1834	1938	2032	2231					
<b>Gna</b>	0636	0627	0701	0701	0743	0838		1037	1142	1236	1342	1434	1536	1544	1638	1746	1839	1943	2036	2236					
<b>Hårestua</b>	0643	0634	0709	0709	0753	0844		1043	1151	1242	1351	1441	1543	1553	1642	1755	1845	1952	2042	2242					
<b>Hakadal</b>	0655x	0647	0721	0721	0807		0925		1205		1405		1600	1607		1809		2006	2055x	2254x					
<b>Vannsjöolen</b>	0656x	0649	0723	0723	0809	0879x	0927	1056x		1207		1407		1602	1609		1811		2008	2056x	2255x				
<b>Arvid</b>	0658x	0652	0730	0730	0813	0858x	0933	1058x		1214		1414		1605	1616		1817		2015	2058x	2257x				
<b>Nittedal</b>	0662	0656	0734	0734	0817	0903	0936	1102	1216	1303	1418	1500	1611	1621	1703	1821	1904	2019	2102	2301					
<b>Movam</b>	0607x	0702	0740	0740	0823		0944		1224		1424		1617	1627		1827		2027	2107x	2306x					
<b>Slippen</b>	0608x	0704	0742	0742	0825		0945		1226		1426		1619	1629		1829		2029	2109x	2308x					
<b>Kjelds</b>	0616	0714	0750	0750	0834	0917	0955	1116	1235	1317	1435	1516	1636	1637	1717	1837	1918	2037	2117	2316					
<b>Nydalen</b>	0618	0716	0752	0752	0836	0919	0957	1118	1237	1319	1437	1518	1638	1639	1719	1839	1920	2039	2119	2318					
<b>Grefsen</b>	0621	0719	0755	0755	0839	0922	1000	1121	1240	1322	1440	1521	1641	1642	1722	1842	1923	2042	2122	2321					
<b>Tøyen</b>		0721	0757	0757	0841				1242		1442		1644	1644		1844		2044							
<b>Oslo S</b>	0628	0728	0804	0804	0848	0930	1008	1128	1248	1330	1448	1530	1650	1650	1730	1850	1930	2050	2130	2328					

**L3/R30 Gjøvik/Jaren-Nittedal-Oslo S** **Gjelder i perioden 24. juni – 4. august 2019.**

		Log nr												24.06.2019-04.08.2019											
		224	236	238	238	240	228	276	290	248	212	250	214	252	254	216	256	218	258	260	266				
		R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R	R				
		M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F	M-F				
		L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L				
		S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S				
<b>Lördag</b>																									
<b>Söndag</b>					S																				
<b>Gjøvik</b>	0431		0547		0639	0733		0832		1131		1327		1530		1729		1932		2131					
<b>Raufoss</b>	0442		0558		0640	0744		0843		1142		1338		1541		1740		1943		2142					
<b>Ramsvoll</b>	0446x		0602x		0693x	0748x		0847x		1146x		1342x		1545x		1744x		1947x		2146x					
<b>Eina</b>	0452x		0606		0658	0754		0853		1152		1348		1551		1751		1953		2152					
<b>Ekleen</b>	0506x		0622x		0714x	0800x		1007x		1200x		1402x		1605x		1805x		2007x		2206x					
<b>Jaren</b>	0515	0605	0639	0639	0721	0817		1016	1120	1215	1320	1412	1514	1522	1615	1720	1818	1921	2016	2215					
<b>Gran</b>	0620	0610	0644	0644	0726	0822		1021	1125	1220	1325	1418	1519	1527	1620	1726	1823	1926	2021	2220					
<b>Lunner</b>	0626x	0617	0651	0651	0733	0828x		1027x	1132	1226x	1332	1424x	1526	1534	1628x	1733	1829x	1933	2027x	2226x					
<b>Roa</b>	0631	0622	0656	0656	0738	0833		1032	1137	1231	1337	1429	1531	1539	1631	1738	1834	1938	2032	2231					
<b>Gna</b>	0636	0627	0701	0701	0743	0838		1037	1142	1236	1342	1434	1536	1544	1638	1746	1839	1943	2036	2236					
<b>Hårestua</b>	0643	0634	0709	0709	0753	0844		1043	1151	1242	1351	1441	1543	1553	1642	1755	1845	1952	2042	2242					
<b>Hakadal</b>	0655x	0647	0721	0721	0807		0925		1205		1405		1600	1607		1809		2006	2055x	2254x					
<b>Vannsjöolen</b>	0656x	0649	0723	0723	0809	0879x	0927	1056x		1207		1407		1602	1609		1811		2008	2056x	2255x				
<b>Arvid</b>	0658x	0652	0730	0730	0813	0858x	0933	1058x		1214		1414		1605	1616		1817		2015	2058x	2257x				
<b>Nittedal</b>	0662	0656	0734	0734	0817	0903	0936	1102	1216	1303	1418	1500	1611	1621	1703	1821	1904	2019	2102	2301					
<b>Movam</b>	0607x	0702	0740	0740	0823		0944		1224		1424		1617	1627		1827		2027	2107x	2306x					
<b>Slippen</b>	0608x	0704	0742	0742	0825		0945		1226		1426		1619	1629		1829		2029	2109x	2308x					
<b>Kjelds</b>	0616	0714	0750	0750	0834	0917	0955	1116	1235	1317	1435	1516	1636	1637	1717	1837	1918	2037	2117	2316					
<b>Nydalen</b>	0618	0716	0752	0752	0836	0919	0957	1118	1237	1319	1437	1518	1638	1639	1719	1839	1920	2039	2119	2318					
<b>Grefsen</b>	0621	0719	0755	0755	0839	0922	1000	1121	1240	1322	1440	1521	1641	1642	1722	1842	1923	2042	2122	2321					
<b>Tøyen</b>		0721	0757	0757	0841				1242		1442		1644	1644		1844		2044							
<b>Oslo S</b>	0628	0728	0804	0804	0848	0930	1008	1128	1248	1330	1448	1530	1650	1650	1730	1850	1930	2050	2130	2328					



## Auf dem Lager

Ihr könnt am 28. Juli auf dem Lagerplatz anreisen. Abreise ist am 01. August. Die Programmtage auf dem Lager sind vom 29. bis 31. Juli mit Abschlusskreis am 31. Juli.

Wir bitten euch, eure Ankunft am 28. Juli zwischen 12 und 16 Uhr zu planen.

Am 1. August solltet ihr den Lagerplatz bis 14. Uhr verlassen haben.

## Öffentliche Verkehrsmittel

Für die An- und Abreise zum Lagerplatz stehen euch Bus und Bahn zur Verfügung.

Welche geeigneten Reiseverbindungen es gibt, könnt ihr hier

en-tur.no  
ruter.no

vy.no oder

Die Haltestelle, zu der ihr wollt heißt "**Gran stasjon, Gran**" in Oppland. Von dort sind es ca. 2km bis zum Lagerplatz (Horgenmoen 86, 2750 Gran). Nach Gran fahren die Zuglinien L3, R30 und R30x und verschiedene Buslinien. Fahrpläne der Züge L3, R30 und R30x:

## Auf dem Lager

Ihr könnt am 28. Juli auf dem Lagerplatz anreisen. Abreise ist am 01. August. Die Programmtage auf dem Lager sind vom 29. bis 31. Juli mit Abschlusskreis am 31. Juli.

Wir bitten euch, eure Ankunft am 28. Juli zwischen 12 und 16 Uhr zu planen.

Am 1. August solltet ihr den Lagerplatz bis 14. Uhr verlassen haben.

## Öffentliche Verkehrsmittel

Für die An- und Abreise zum Lagerplatz stehen euch Bus und Bahn zur Verfügung.

Welche geeigneten Reiseverbindungen es gibt, könnt ihr hier

en-tur.no  
ruter.no

vy.no oder

Die Haltestelle, zu der ihr wollt heißt "**Gran stasjon, Gran**" in Oppland. Von dort sind es ca. 2km bis zum Lagerplatz (Horgenmoen 86, 2750 Gran). Nach Gran fahren die Zuglinien L3, R30 und R30x und verschiedene Buslinien. Fahrpläne der Züge L3, R30 und R30x:

Da wir auf Fahrt viel in Bewegung sind und schwitzen ist die Reinigung des Körpers wichtig. Es ist klar, dass wir uns nicht jeden Morgen unter eine warme Dusche stellen (so wie Zuhause vielleicht), aber wir sollten im Blick haben, dass alle in der Sippe sich regelmäßig und komplett waschen.

Körperhygiene ist für den eigenen Körper wichtig, aber auch für die Gruppe, in der ich auf Fahrt bin. Denn durch z.B. dreckige Hände können Schmutz und Verunreinigungen ins Essen gelangen und die gesamte Sippe kann eventuell erkranken. Vor dem Essen oder Kochen, nach dem Toilettengang und nachdem wir Tiere angefasst haben, waschen wir gründlich die Hände mit Seife. Wenn sie sichtbar dreckig sind natürlich auch.

Wir achten untereinander auf alle Mitglieder der Gruppe und legen sonst mal einen gemeinsamen Waschtag am See für alle ein.

Auf Fahrt waschen wir uns öfter mal in öffentlichen Gewässern und reinigen auch unsere Kleidung von Hand mit Wasser. Wir als Pfadfinder achten besonders darauf, dass wir biologisch abbaubares Shampoo, Duschzeug und Spülmittel nutzen, damit wir die Natur nicht schädigen.

Da wir auf Fahrt viel in Bewegung sind und schwitzen ist die Reinigung des Körpers wichtig. Es ist klar, dass wir uns nicht jeden Morgen unter eine warme Dusche stellen (so wie Zuhause vielleicht), aber wir sollten im Blick haben, dass alle in der Sippe sich regelmäßig und komplett waschen.

Körperhygiene ist für den eigenen Körper wichtig, aber auch für die Gruppe, in der ich auf Fahrt bin. Denn durch z.B. dreckige Hände können Schmutz und Verunreinigungen ins Essen gelangen und die gesamte Sippe kann eventuell erkranken. Vor dem Essen oder Kochen, nach dem Toilettengang und nachdem wir Tiere angefasst haben, waschen wir gründlich die Hände mit Seife. Wenn sie sichtbar dreckig sind natürlich auch.

Wir achten untereinander auf alle Mitglieder der Gruppe und legen sonst mal einen gemeinsamen Waschtag am See für alle ein.

Auf Fahrt waschen wir uns öfter mal in öffentlichen Gewässern und reinigen auch unsere Kleidung von Hand mit Wasser. Wir als Pfadfinder achten besonders darauf, dass wir biologisch abbaubares Shampoo, Duschzeug und Spülmittel nutzen, damit wir die Natur nicht schädigen.

### Schmutz & Schimmel

Lebensmittel, die keine Hitze vertragen (frische Wurst, Milch, Sahne...) sollten wir nach dem Einkauf möglichst sofort verzehren. Am besten kaufen wir nur Lebensmittel, die nicht gekühlt werden müssen. Diese sollten aber sauber verpackt und trocken aufbewahrt werden.

Wenn wir Schimmel an unseren Essen entdecken, müssen wir es auf jeden Fall wegschmeißen. Die Gefahr, dass gerade auf Wanderungen jemand erkrankt, ist zu groß. Wir sollten dabei bedenken, dass wir nicht nur den schimmelbefallenen Teil wegschmeißen, sondern beim Brot zum Beispiel das gesamte Brot weggetan werden muss. Wir sollten darauf achten, dass die von uns verwendeten Sachen sauber sind. Gerade beim Kochen ist dies besonders wichtig, da die zubereiteten Lebensmittel Krankheiten schnell übertragen können. Das Essgeschirr spülen wir so oft und so heiß wie möglich. Das schützt euch zum Beispiel vor Magen-Darm-Erkrankungen.

großer Wichtigkeit ist daher, dass man als Sippenführung und Sipling versucht, die Ursache auszumachen, das Problem schon frühzeitig zu erkennen und zu verhindern.

Sprecht Probleme offen an, oft erkennt man dann selbst, dass man ein wenig überreagiert. Vermittelt zwischen euren Siplingen und probiert, sie durch gemeinsame Erlebnisse wieder zusammenzuschweißen. Lasst Ausgrenzung nicht zu und genießt gemeinsam das Abenteuer!

### Schmutz & Schimmel

Lebensmittel, die keine Hitze vertragen (frische Wurst, Milch, Sahne...) sollten wir nach dem Einkauf möglichst sofort verzehren. Am besten kaufen wir nur Lebensmittel, die nicht gekühlt werden müssen. Diese sollten aber sauber verpackt und trocken aufbewahrt werden.

Wenn wir Schimmel an unseren Essen entdecken, müssen wir es auf jeden Fall wegschmeißen. Die Gefahr, dass gerade auf Wanderungen jemand erkrankt, ist zu groß. Wir sollten dabei bedenken, dass wir nicht nur den schimmelbefallenen Teil wegschmeißen, sondern beim Brot zum Beispiel das gesamte Brot weggetan werden muss. Wir sollten darauf achten, dass die von uns verwendeten Sachen sauber sind. Gerade beim Kochen ist dies besonders wichtig, da die zubereiteten Lebensmittel Krankheiten schnell übertragen können. Das Essgeschirr spülen wir so oft und so heiß wie möglich. Das schützt euch zum Beispiel vor Magen-Darm-Erkrankungen.

großer Wichtigkeit ist daher, dass man als Sippenführung und Sipling versucht, die Ursache auszumachen, das Problem schon frühzeitig zu erkennen und zu verhindern.

Sprecht Probleme offen an, oft erkennt man dann selbst, dass man ein wenig überreagiert. Vermittelt zwischen euren Siplingen und probiert, sie durch gemeinsame Erlebnisse wieder zusammenzuschweißen. Lasst Ausgrenzung nicht zu und genießt gemeinsam das Abenteuer!

Gruppenmitglieder vielleicht schon lange kennen und sonst nie solche Probleme hatten. Man kann hier zwischen inneren und äußeren Einflüssen unterscheiden.

Innere Einflüsse können z.B. schlechte interne Aufgabenverteilung, schlechtes Delegieren der Sippenführung, nicht genügend Verpflegung, etc. sein.

Äußere Einflüsse sind solche wie schlechtes Wetter, Dunkelheit beim Zeltaufbau, erfolglose Schlafplatzsuche, Krankheit, Blasen an den Füßen usw.

Welche Probleme können aus diesen Einflüssen entstehen?

• In der Sippe könnten sich zum Beispiel Gruppen bilden, die gegeneinander agieren oder einzelne Personen werden ausgegrenzt oder verletzt.

• Allgemeine schlechte Laune, Geritztheit, Lustlosigkeit, aber auch Aggressionen sind ein weiteres Resultat.

• Frustration auf allen Seiten, vor allem bei euch Sippenführungen.

Wie geht man mit Problemen in der Sippe auf Fahrt um?

Das hängt ganz davon ab, welche Ursache das Problem hat. Oft sind die Gründe von Problemen banal und nichtig. In Stresssituationen kommt es dann zu Überreaktionen. Von

Gruppenmitglieder vielleicht schon lange kennen und sonst nie solche Probleme hatten. Man kann hier zwischen inneren und äußeren Einflüssen unterscheiden.

Innere Einflüsse können z.B. schlechte interne Aufgabenverteilung, schlechtes Delegieren der Sippenführung, nicht genügend Verpflegung, etc. sein.

Äußere Einflüsse sind solche wie schlechtes Wetter, Dunkelheit beim Zeltaufbau, erfolglose Schlafplatzsuche, Krankheit, Blasen an den Füßen usw.

Welche Probleme können aus diesen Einflüssen entstehen?

• In der Sippe könnten sich zum Beispiel Gruppen bilden, die gegeneinander agieren oder einzelne Personen werden ausgegrenzt oder verletzt.

• Allgemeine schlechte Laune, Geritztheit, Lustlosigkeit, aber auch Aggressionen sind ein weiteres Resultat.

• Frustration auf allen Seiten, vor allem bei euch Sippenführungen.

Wie geht man mit Problemen in der Sippe auf Fahrt um?

Das hängt ganz davon ab, welche Ursache das Problem hat. Oft sind die Gründe von Problemen banal und nichtig. In Stresssituationen kommt es dann zu Überreaktionen. Von

## Fahrtentkanderwelsch

### Basics

**Ja/Nein** ja [ja]/nei [nei]

### Bitte

vær så god [wä'r so gu]

**Danke** takk [tak]

**Guten Tag**

god dag [gu da:ɕ]

**Guten Abend**

god kveld [gu kwäl]

**Auf Wiedersehen**

på gjensyn [po jensyn]

**Hallo** hallo [halu]

**Tschüss** hade [ha:dé]

**Ich/Ich bin**

jeg [jei]/jeg er [jei ä'r]

**Ich heiße...**

jeg heter ... [jei heter]

**Ich habe Sie nicht verstanden**

beklager, jeg forsto ikke det du sa [Jbeklager, jei forstu ikke: de du sa]

**Ich spreche kein Norwegisch**

jeg snakker ikke norsk [jei snakker ikke norsk]

**Wie heißen Sie/Du?**

hva heter du? [wa heter du]

**Wer?** hvem? [wäm]

**Ist das...? er det...?** [är dé]

**Was ist das?**

hva er det? [wa är dé]

**Gefahr** fare [faré]

## Fahrtentkanderwelsch

### Basics

**Ja/Nein** ja [ja]/nei [nei]

### Bitte

vær så god [wä'r so gu]

**Danke** takk [tak]

**Guten Tag**

god dag [gu da:ɕ]

**Guten Abend**

god kveld [gu kwäl]

**Auf Wiedersehen**

på gjensyn [po jensyn]

**Hallo** hallo [halu]

**Tschüss** hade [ha:dé]

**Ich/Ich bin**

jeg [jei]/jeg er [jei ä'r]

**Ich heiße...**

jeg heter ... [jei heter]

**Ich habe Sie nicht verstanden**

beklager, jeg forsto ikke det du sa [Jbeklager, jei forstu ikke: de du sa]

**Ich spreche kein Norwegisch**

jeg snakker ikke norsk [jei snakker ikke norsk]

**Wie heißen Sie/Du?**

hva heter du? [wa heter du]

**Wer?** hvem? [wäm]

**Ist das...? er det...?** [är dé]

**Was ist das?**

hva er det? [wa är dé]

**Gefahr** fare [faré]

**Zahlen**

1 en [e:n]	9 ni [n:i]	[fænti]
2 to [twa]	10 ti [ti]	60 seksti
3 tre [tri]	20 tjuu [tʰu:é]	[sæksi]
4 fire [firé]	30 tretti	70 søtti [sø:ti]
5 fem [fæm]	[trætti]	80 åtti [ot:ti]
6 seks [sæks]	40 førti	90 nitti [nit:ti]
7 sju [schju]	[förti]	100 hundre
8 åtte [ot:té]	50 femti	[hündré]

**Zeit**

<b>Mo</b> mandag [mɑndɑ:g]	<b>Wieviel Uhr ist es?</b> hva er klokka? [wa ɑr klokkɑ]
<b>Di</b> tirsdag [tʰirsçɑ:dɑ:g]	<b>Wann?</b> når? [nɑr]
<b>Mi</b> onsdag [ɔnsdɑ:g]	<b>jetzt</b> nå [nɑ]
<b>Do</b> torsdag [tʰursdɑ:g]	<b>gestern</b> i går [i: gɑr]
<b>Fr</b> fredag [frédɑ:g]	<b>heute</b> i dag [i: dɑ:g]
<b>Sa</b> lørdag [lœr:dɑ:g]	<b>morgen</b>
<b>So</b> søndag [sɔndɑ:g]	i morgen [i: mɔrgén]
<b>Uhrzeit</b> klokkeslett	
[klokkésçlætt]	



die Hilfsbereitschaft der Norweger kennen und spannende Erfahrungen sind vorprogrammiert.

**Fahrtchronik**

...ist einfach super! So viele Erlebnisse, Geschichten und Erfahrungen haben es einfach verdient, für die Ewigkeit in einem Logbuch festgehalten zu werden. Auch wenn sich manchmal niemand findet, der nach einem anstrengenden Tag noch Lust hat, etwas zu schreiben, sollte unbedingt doch jemand den Stift zur Hand nehmen und den Tag Revue passieren lassen – ihr werdet es nicht bereuen. Wie war das noch, damals in Schweden? Die Chronik ist das Gedächtnis der Sippe in Form einer Dokumentation. Jeder sollte einmal schreiben – viele Blickwinkel sind sehr interessant, daneben ist noch Platz für Zeichnungen und später können Fotos eingeklebt werden.

Macht Fotos, sammelt Postkarten, Eintrittskarten, schreibt einen kleinen Bericht und stellt später eure Fahrt bei einem Stammesabend oder Elternabend vor.

**Zusammenhalt in der Sippe**

Auf einer Fahrt können diverse Probleme in der Sippe auftreten, die mit bestimmten Gegebenheiten zusammenhängen. Durch bestimmte Einflüsse können kleine Konflikte außer Kontrolle geraten, obwohl sich die

**Zahlen**

1 en [e:n]	9 ni [n:i]	[fænti]
2 to [twa]	10 ti [ti]	60 seksti
3 tre [tri]	20 tjuu [tʰu:é]	[sæksi]
4 fire [firé]	30 tretti	70 søtti [sø:ti]
5 fem [fæm]	[trætti]	80 åtti [ot:ti]
6 seks [sæks]	40 førti	90 nitti [nit:ti]
7 sju [schju]	[förti]	100 hundre
8 åtte [ot:té]	50 femti	[hündré]

**Zeit**

<b>Mo</b> mandag [mɑndɑ:g]	<b>Wieviel Uhr ist es?</b> hva er klokka? [wa ɑr klokkɑ]
<b>Di</b> tirsdag [tʰirsçɑ:dɑ:g]	<b>Wann?</b> når? [nɑr]
<b>Mi</b> onsdag [ɔnsdɑ:g]	<b>jetzt</b> nå [nɑ]
<b>Do</b> torsdag [tʰursdɑ:g]	<b>gestern</b> i går [i: gɑr]
<b>Fr</b> fredag [frédɑ:g]	<b>heute</b> i dag [i: dɑ:g]
<b>Sa</b> lørdag [lœr:dɑ:g]	<b>morgen</b>
<b>So</b> søndag [sɔndɑ:g]	i morgen [i: mɔrgén]
<b>Uhrzeit</b> klokkeslett	
[klokkésçlætt]	



die Hilfsbereitschaft der Norweger kennen und spannende Erfahrungen sind vorprogrammiert.

**Fahrtchronik**

...ist einfach super! So viele Erlebnisse, Geschichten und Erfahrungen haben es einfach verdient, für die Ewigkeit in einem Logbuch festgehalten zu werden. Auch wenn sich manchmal niemand findet, der nach einem anstrengenden Tag noch Lust hat, etwas zu schreiben, sollte unbedingt doch jemand den Stift zur Hand nehmen und den Tag Revue passieren lassen – ihr werdet es nicht bereuen. Wie war das noch, damals in Schweden? Die Chronik ist das Gedächtnis der Sippe in Form einer Dokumentation. Jeder sollte einmal schreiben – viele Blickwinkel sind sehr interessant, daneben ist noch Platz für Zeichnungen und später können Fotos eingeklebt werden.

Macht Fotos, sammelt Postkarten, Eintrittskarten, schreibt einen kleinen Bericht und stellt später eure Fahrt bei einem Stammesabend oder Elternabend vor.

**Zusammenhalt in der Sippe**

Auf einer Fahrt können diverse Probleme in der Sippe auftreten, die mit bestimmten Gegebenheiten zusammenhängen. Durch bestimmte Einflüsse können kleine Konflikte außer Kontrolle geraten, obwohl sich die



Brachflächen innerhalb von Landwirtschaftsland gelten auch nicht als freie Natur.

### Waldbrandgefahr

**ACHTUNG:** Im letzten Jahr gab es einen besonders trockenen Sommer in Norwegen, sodass ein **flächendeckendes Verbot für offenes Feuer** in der Natur ausgesprochen wurde! Dieses Verbot umfasste **sogar sämtliche Arten von Kochern**. Sollte es 2019 wieder dazu kommen, werden wir euch darüber informieren!

Solche Verbote sollte man ernst nehmen, da sie nicht leichtfertig ausgesprochen werden, dem Schutz der Natur dienen und größeren Katastrophen vorbeugen sollen.

Sollte es dieses Jahr wieder ein solches Verbot geben, brauchen wir also Alternativen zu unseren Kochern und Kochfeuern (auf ausgewesenen Feuerstellen!), wenn wir etwas Warmes essen wollen. Eine schöne Idee, bei der man nebenbei auch die Landschaft näher kennen lernt, ist an den Wohnhäusern zu klingeln, die Situation zu erklären und um das kochen der Nudeln o.ä. zu bitten. Es erfordert etwas mehr Planung, etwas mehr Zeit, etwas weniger Unabhängigkeit. Doch es bereichert an Erlebnissen, Gesprächen und Verantwortungsbewusstsein. Man lernt

Brachflächen innerhalb von Landwirtschaftsland gelten auch nicht als freie Natur.

### Waldbrandgefahr

**ACHTUNG:** Im letzten Jahr gab es einen besonders trockenen Sommer in Norwegen, sodass ein **flächendeckendes Verbot für offenes Feuer** in der Natur ausgesprochen wurde! Dieses Verbot umfasste **sogar sämtliche Arten von Kochern**. Sollte es 2019 wieder dazu kommen, werden wir euch darüber informieren!

Solche Verbote sollte man ernst nehmen, da sie nicht leichtfertig ausgesprochen werden, dem Schutz der Natur dienen und größeren Katastrophen vorbeugen sollen.

Sollte es dieses Jahr wieder ein solches Verbot geben, brauchen wir also Alternativen zu unseren Kochern und Kochfeuern (auf ausgewesenen Feuerstellen!), wenn wir etwas Warmes essen wollen. Eine schöne Idee, bei der man nebenbei auch die Landschaft näher kennen lernt, ist an den Wohnhäusern zu klingeln, die Situation zu erklären und um das kochen der Nudeln o.ä. zu bitten. Es erfordert etwas mehr Planung, etwas mehr Zeit, etwas weniger Unabhängigkeit. Doch es bereichert an Erlebnissen, Gesprächen und Verantwortungsbewusstsein. Man lernt

### Wasser

Wasser vann [wann]

Kan vi få lov til å fylle på drikkeflaskene våre?

### Trinkwasser

drikkevann [drikkewann]

[Kannn wi fo low til o fyllé podrikke:flaskene wore]

Dürfen wir unsere  
Trinkflaschen auffüllen?

Quelle kilde [childe]

### Wir

Wir sind... vi er... [wi  
är...]

wandern  
vandre [wandré]

Wandfinder  
speider [speider]

auf Wanderschaft  
på vandring [po  
wanding]

Deutschland  
Tyskland [Tysklann]

auf Reisen  
på reise [po reise]

### Orientierung

Links venstre [wenstré]

Geradeaus  
rett frem [rett främ]

Rechts høyre [höyre]

### Wasser

Wasser vann [wann]

Kan vi få lov til å fylle på drikkeflaskene våre?

### Trinkwasser

drikkevann [drikkewann]

[Kannn wi fo low til o fyllé podrikke:flaskene wore]

Dürfen wir unsere  
Trinkflaschen auffüllen?

Quelle kilde [childe]

### Wir

Wir sind... vi er... [wi  
är...]

wandern  
vandre [wandré]

Wandfinder  
speider [speider]

auf Wanderschaft  
på vandring [po  
wanding]

Deutschland  
Tyskland [Tysklann]

auf Reisen  
på reise [po reise]

### Orientierung

Links venstre [wenstré]

Geradeaus  
rett frem [rett främ]

Rechts høyre [höyre]

<b>erste/zweite/dritte</b> først/forst[é]/ andre [andré] tredjetredjé]	meg til...? [wurdɑ:n kummer jei mei til] hier her [hær] <b>nach</b> til [fjil]
<b>Landstraße</b> landevei [landeweɪ]	<b>in der Nähe von</b> i nærheten av [i nærheten a:w] <b>bei</b> ved [we]
<b>Norden/Süden/ Westen/Osten</b> nor [nur]/sør [sør]/ vest [west]/øst [öst]	<b>Landkarte</b> (land)kart [lannkart]
<b>Wie weit?</b> hvor langt? [wur langt]	<b>Wanderkarte</b> turkart [tūrkart]
<b>Wo? hvor?</b> [wur]	<b>Stadtplan</b> bykart [bykart]
<b>Wohin?</b> hvor(then)? [wur/worhän]	<b>Wanderweg</b> turvei [tūrvei]
<b>Wo ist...?</b> hvor er...? [wur ər]	<b>Berg fjell</b> [fjail]
<b>Wie komme ich nach...?</b> khvordan kommer jeg	<b>Tal dal</b> [da:] <b>See</b> sjø [sjø]

<b>erste/zweite/dritte</b> først/forst[é]/ andre [andré] tredjetredjé]	meg til...? [wurdɑ:n kummer jei mei til] hier her [hær] <b>nach</b> til [fjil]
<b>Landstraße</b> landevei [landeweɪ]	<b>in der Nähe von</b> i nærheten av [i nærheten a:w] <b>bei</b> ved [we]
<b>Norden/Süden/ Westen/Osten</b> nor [nur]/sør [sør]/ vest [west]/øst [öst]	<b>Landkarte</b> (land)kart [lannkart]
<b>Wie weit?</b> hvor langt? [wur langt]	<b>Wanderkarte</b> turkart [tūrkart]
<b>Wo? hvor?</b> [wur]	<b>Stadtplan</b> bykart [bykart]
<b>Wohin?</b> hvor(then)? [wur/worhän]	<b>Wanderweg</b> turvei [tūrvei]
<b>Wo ist...?</b> hvor er...? [wur ər]	<b>Berg fjell</b> [fjail]
<b>Wie komme ich nach...?</b> khvordan kommer jeg	<b>Tal dal</b> [da:] <b>See</b> sjø [sjø]

- Tiere und Vögel nicht stören, vor allem nicht während der Brut und Aufzucht
  - Pflanzen nicht beschädigen, vor allem keine bedrohten oder empfindlichen Arten
  - keine dauerhaften Spuren in der Vegetation und im Gelände hinterlassen
  - eingerichtete Rast- und Feuerplätze benutzen und besonders vorsichtig mit Feuer umgehen
  - das Bedürfnis anderer Menschen nach Abstand und Ruhe respektieren
  - keine Zelte nahe an bewohnten Häusern oder Hütten aufstellen (Mindestabstand 150 m, sofern es keine Ausnahmevorschrift gibt)
  - Weidewieh nicht stören
  - Wirtschafts- und Nutzungsinteressen respektieren
  - Junger Wald darf nicht beschädigt werden!
- Mit der Kohle dürft ihr bis zu zwei Nächte in der freien Natur im Flachland übernachten, ohne den Grundbesitzer zu fragen, im Hochgebirge und abgelegenen Gebieten länger. Auf Landwirtschaftsland darf ein Zelt nur mit Erlaubnis des Grundbesitzers aufgestellt werden. Kleinere

- Tiere und Vögel nicht stören, vor allem nicht während der Brut und Aufzucht
- Pflanzen nicht beschädigen, vor allem keine bedrohten oder empfindlichen Arten
- keine dauerhaften Spuren in der Vegetation und im Gelände hinterlassen
- eingerichtete Rast- und Feuerplätze benutzen und besonders vorsichtig mit Feuer umgehen
- das Bedürfnis anderer Menschen nach Abstand und Ruhe respektieren
- keine Zelte nahe an bewohnten Häusern oder Hütten aufstellen (Mindestabstand 150 m, sofern es keine Ausnahmevorschrift gibt)
- Weidewieh nicht stören
- Wirtschafts- und Nutzungsinteressen respektieren
- Junger Wald darf nicht beschädigt werden!

Mit der Kohle dürft ihr bis zu zwei Nächte in der freien Natur im Flachland übernachten, ohne den Grundbesitzer zu fragen, im Hochgebirge und abgelegenen Gebieten länger. Auf Landwirtschaftsland darf ein Zelt nur mit Erlaubnis des Grundbesitzers aufgestellt werden. Kleinere

- Salzwasserfische kostenfrei angeln

Ihr dürft euch also auf allen Wegen und Pfaden bewegen und in der freien Natur überall anhalten und rasten, außer nahe an bewohnten Hütten oder Häusern.

**Aber: Lagerfeuer sind nur auf offiziellen Zeltplätzen erlaubt und in der freien Natur verboten!**

Nun gibt einem das Jedermannsrecht nicht das Recht, in der Natur zu tun und zu lassen was man möchte. Es ist mit der Erwartungshaltung verbunden, dass man verantwortungsbewusst damit umgeht und sich so verhält, dass niemand dadurch Schaden nimmt. Weder die Natur, die uns umgibt, noch andere Mitmenschen.

Deshalb wird folgendes vorausgesetzt und solltet ihr beachten:

- keine Abkürzungen über Landwirtschafts-land, Bauernhöfe oder in der Nähe bewohnter Häuser oder Hütten nehmen
- Aufenthaltregeln für Erholungs- und Naturschutzgebiete beachten, um Abnutzung zu vermeiden und Rücksicht auf empfindliche Lebensräume von Tieren und Pflanzen zu nehmen

- Salzwasserfische kostenfrei angeln

Ihr dürft euch also auf allen Wegen und Pfaden bewegen und in der freien Natur überall anhalten und rasten, außer nahe an bewohnten Hütten oder Häusern.

**Aber: Lagerfeuer sind nur auf offiziellen Zeltplätzen erlaubt und in der freien Natur verboten!**

Nun gibt einem das Jedermannsrecht nicht das Recht, in der Natur zu tun und zu lassen was man möchte. Es ist mit der Erwartungshaltung verbunden, dass man verantwortungsbewusst damit umgeht und sich so verhält, dass niemand dadurch Schaden nimmt. Weder die Natur, die uns umgibt, noch andere Mitmenschen.

Deshalb wird folgendes vorausgesetzt und solltet ihr beachten:

- keine Abkürzungen über Landwirtschafts-land, Bauernhöfe oder in der Nähe bewohnter Häuser oder Hütten nehmen
- Aufenthaltregeln für Erholungs- und Naturschutzgebiete beachten, um Abnutzung zu vermeiden und Rücksicht auf empfindliche Lebensräume von Tieren und Pflanzen zu nehmen

Meer hav [ha:w]

Fluss elv [älw]

Bach bekk [bekk]

Verkehr

Zug tog [tog]

Fahrplan

Bahnhof

ruteplan [ruteplan]

jernbanestasjon  
[jærba:néstaschun]

Ermäßigung  
reduksjon [rédútkschun]

Bus buss [bússi]

Schüler elev [äle:v]

Busbahnhof  
busstasjon [bússtaschun]

Student student  
[stúdent]

Schiff skip [schip]

Gruppentarif

Fähre ferje [færje]

gruppentariff  
[grúppetariff]

Fahrkarte billett [billett]

Verspätung

forsinkelse [forsinkelse]

Einkaufen

geöffnet åpent [opánt]

Kilo kilo [chnlu]

geschlossen stengt

Liter liter [liter]

[stängt]

Meer hav [ha:w]

Fluss elv [älw]

Bach bekk [bekk]

Verkehr

Zug tog [tog]

Fahrplan

Bahnhof

ruteplan [ruteplan]

jernbanestasjon  
[jærba:néstaschun]

Ermäßigung  
reduksjon [rédútkschun]

Bus buss [bússi]

Schüler elev [äle:v]

Busbahnhof  
busstasjon [bússtaschun]

Student student  
[stúdent]

Schiff skip [schip]

Gruppentarif

Fähre ferje [færje]

gruppentariff  
[grúppetariff]

Fahrkarte billett [billett]

Verspätung

forsinkelse [forsinkelse]

Einkaufen

geöffnet åpent [opánt]

Kilo kilo [chnlu]

geschlossen stengt

Liter liter [liter]

[stängt]

<b>Wieviel kostet das?</b> hvor mye koster det? [wur mye kustar de]	<b>Outdoorgeschäft</b> friluftslivbutikk [fri:luftsl:i:wbuti:kk]
<b>kostenlos gratis</b> [gratis]	<b>Schulmacher</b> skomnaker [skuma:ker]
<b>Essen mat</b> [mat]	<b>Kneipe pub</b> [pub]
<b>Geldautomat</b> minibank [mini:bank]	<b>Post post</b> [post]
<b>Geldwechseln</b> pengeveksling [pångewekschi:ng]	<b>Briefmarken</b> frimerker [fri:märker]
<b>Bank bank</b> [bank]	<b>Telefonkarten</b> telefonkort [telefunkort]
<b>Brot /Milch /Reis /Nudeln</b> brød [brød]/ melk [mä:lk]/ ris [ri:s]/ pasta [pastal]	<b>Telefonzelle</b> telefonkiosk[telefunchos k]
<b>vegetarisch</b> vegetarisk [wegetarisk]	<b>Seil tau</b> [täu]
<b>Lebensmittelgeschäft</b> matbutikk [matbuti:kk]	<b>Kerzen lys</b> [lys]
	<b>Lampenöl</b> lampeolje [la:mpø:lje]
	<b>Benzin bensin</b> [bensin]
	<b>Spiritus sprit</b> [sprit]

<b>Wieviel kostet das?</b> hvor mye koster det? [wur mye kustar de]	<b>Outdoorgeschäft</b> friluftslivbutikk [fri:luftsl:i:wbuti:kk]
<b>kostenlos gratis</b> [gratis]	<b>Schulmacher</b> skomnaker [skuma:ker]
<b>Essen mat</b> [mat]	<b>Kneipe pub</b> [pub]
<b>Geldautomat</b> minibank [mini:bank]	<b>Post post</b> [post]
<b>Geldwechseln</b> pengeveksling [pångewekschi:ng]	<b>Briefmarken</b> frimerker [fri:märker]
<b>Bank bank</b> [bank]	<b>Telefonkarten</b> telefonkort [telefunkort]
<b>Brot /Milch /Reis /Nudeln</b> brød [brød]/ melk [mä:lk]/ ris [ri:s]/ pasta [pastal]	<b>Telefonzelle</b> telefonkiosk[telefunchos k]
<b>vegetarisch</b> vegetarisk [wegetarisk]	<b>Seil tau</b> [täu]
<b>Lebensmittelgeschäft</b> matbutikk [matbuti:kk]	<b>Kerzen lys</b> [lys]
	<b>Lampenöl</b> lampeolje [la:mpø:lje]
	<b>Benzin bensin</b> [bensin]
	<b>Spiritus sprit</b> [sprit]

<b>Jedermannsrecht</b>	einmal zu wenig. Mit einer freundlichen Frage öffnet man sich meist Tür und Tor und hat auch gleich schon mal Kontakt zu Einheimischen geknüpft. Bemüht Euch ein paar wichtige Sätze und Wörter auf Norwegisch zu lernen und benutzt sie auch! Auch wenn ihr die Wörter nicht immer richtig ausspricht – es zeigt, dass ihr bemüht und an dem Land interessiert seid – und darüber freuen sich alle!
<b>Jedermannsrecht</b>	In Norwegen gilt das Jedermannsrecht (norwegisch: Allmannsretten, englisch: right to roam). Es ist Teil des kulturellen Erbes Norwegens und gibt den Menschen das Recht, sich in Wald und Feld, auf Flüssen und Seen, in den Schären und im Gebirge zu bewegen – unabhängig davon, wenn der Grund und Boden gehört.
<b>Jedermannsrecht</b>	Das Jedermannsrecht gilt in der freien Natur. Hier darf man: <ul style="list-style-type: none"><li>• sich zu Fuß und auf Skiern frei bewegen</li><li>• rasten und übernachten</li><li>• auf Pfaden und Wegen reiten und Rad fahren</li><li>• baden, paddeln, rudern und segeln</li><li>• Beeren, Pilze und Blumen pflücken</li></ul>

<b>Jedermannsrecht</b>	einmal zu wenig. Mit einer freundlichen Frage öffnet man sich meist Tür und Tor und hat auch gleich schon mal Kontakt zu Einheimischen geknüpft. Bemüht Euch ein paar wichtige Sätze und Wörter auf Norwegisch zu lernen und benutzt sie auch! Auch wenn ihr die Wörter nicht immer richtig ausspricht – es zeigt, dass ihr bemüht und an dem Land interessiert seid – und darüber freuen sich alle!
<b>Jedermannsrecht</b>	In Norwegen gilt das Jedermannsrecht (norwegisch: Allmannsretten, englisch: right to roam). Es ist Teil des kulturellen Erbes Norwegens und gibt den Menschen das Recht, sich in Wald und Feld, auf Flüssen und Seen, in den Schären und im Gebirge zu bewegen – unabhängig davon, wenn der Grund und Boden gehört.
<b>Jedermannsrecht</b>	Das Jedermannsrecht gilt in der freien Natur. Hier darf man: <ul style="list-style-type: none"><li>• sich zu Fuß und auf Skiern frei bewegen</li><li>• rasten und übernachten</li><li>• auf Pfaden und Wegen reiten und Rad fahren</li><li>• baden, paddeln, rudern und segeln</li><li>• Beeren, Pilze und Blumen pflücken</li></ul>

oder in der Stadt aufhalten und sich der Kontakt mit anderen Jugendgruppen oder Einwohner\*innen ergibt. Wir müssen nicht sofort misstrauisch sein und Böses wittern, aber die Geldbörse und Reiseunterlagen sollten wir bei uns tragen und nicht offensichtlich herumliegen lassen.

- Wenn sich einzelne Mitglieder unserer Sippe in getrennten Gruppen aufmachen wollen, ist es unerlässlich, dass diese mindestens drei Personen sind. So kann im Notfall eine Person Hilfe holen und die andere Person die\*den Verletzte\*in versorgen. Auch ist es sicherer, in einer Gruppe eine Stadt oder eine Gegend zu erkunden. Trent euch nur mit ganz eindeutigen Verabredungen zum Wiedertreffen!
- Sicher ist euch klar, dass wir Pfadfinder\*innen in der Öffentlichkeit immer einen guten Eindruck machen wollen, keinen Müll runliegen lassen, fremdes Eigentum nicht beschädigen und nicht Trampen. An Landstraßen wandern wir nicht.

Wir sind Gäste in Norwegen und wollen uns auch so verhalten. Wenn ihr Euch nicht sicher seid, ob etwas erlaubt oder verboten ist, fragt lieber einmal zu oft nach als

oder in der Stadt aufhalten und sich der Kontakt mit anderen Jugendgruppen oder Einwohner\*innen ergibt. Wir müssen nicht sofort misstrauisch sein und Böses wittern, aber die Geldbörse und Reiseunterlagen sollten wir bei uns tragen und nicht offensichtlich herumliegen lassen.

- Wenn sich einzelne Mitglieder unserer Sippe in getrennten Gruppen aufmachen wollen, ist es unerlässlich, dass diese mindestens drei Personen sind. So kann im Notfall eine Person Hilfe holen und die andere Person die\*den Verletzte\*in versorgen. Auch ist es sicherer, in einer Gruppe eine Stadt oder eine Gegend zu erkunden. Trent euch nur mit ganz eindeutigen Verabredungen zum Wiedertreffen!
- Sicher ist euch klar, dass wir Pfadfinder\*innen in der Öffentlichkeit immer einen guten Eindruck machen wollen, keinen Müll runliegen lassen, fremdes Eigentum nicht beschädigen und nicht Trampen. An Landstraßen wandern wir nicht.

Wir sind Gäste in Norwegen und wollen uns auch so verhalten. Wenn ihr Euch nicht sicher seid, ob etwas erlaubt oder verboten ist, fragt lieber einmal zu oft nach als

**Lagerplatz**  
Zeit telt [tält]  
**Schlafplatz**  
soveplass [sowéplass:]  
schlafen sove [sowé]  
**Scheune** låve [lowé]  
**Strand** strand [strand]  
**Wiese** eng [eng]  
**Wald** sko [skug]  
erlaubt tillatt [tillatt]

**Notfall**  
**Notfall** nødsfall [nødfall]  
**Notruf** nødtrap [nødtrap]  
**Rettungswagen**  
redningsbil [rædningsbi:]

**Hubschrauber**  
helikopter [helli:'koptiär]  
Arzt lege [lägé]

**verboten** forbudt [forbüt]  
**Lagerfeuer** eirbål [lajrbo]

**Dürfen wir ein kleines Lagerfeuer machen?**  
får vi lov til å sette opp et lite leirbål?  
[for wi low til] o sätte upp ett litte lajrbo]

**Krankenhaus**  
sykehus [sy'kehüs]  
**bewusstlos**  
bevisstløs [bevisstlös]  
**krank** syk [syk]  
**schmerzen haben**  
ha vondt [ha wundt]

**Lagerplatz**  
Zeit telt [tält]  
**Schlafplatz**  
soveplass [sowéplass:]  
schlafen sove [sowé]  
**Scheune** låve [lowé]  
**Strand** strand [strand]  
**Wiese** eng [eng]  
**Wald** sko [skug]  
erlaubt tillatt [tillatt]

**Notfall**  
**Notfall** nødsfall [nødfall]  
**Notruf** nødtrap [nødtrap]  
**Rettungswagen**  
redningsbil [rædningsbi:]

**Hubschrauber**  
helikopter [helli:'koptiär]  
Arzt lege [lägé]

**verboten** forbudt [forbüt]  
**Lagerfeuer** eirbål [lajrbo]

**Dürfen wir ein kleines Lagerfeuer machen?**  
får vi lov til å sette opp et lite leirbål?  
[for wi low til] o sätte upp ett litte lajrbo]

**Krankenhaus**  
sykehus [sy'kehüs]  
**bewusstlos**  
bevisstløs [bevisstlös]  
**krank** syk [syk]  
**schmerzen haben**  
ha vondt [ha wundt]

### Verbrennung

forbrenning  
[forbränning]

**Durchfall** diaré [diaré]

**Zecke** tagg [tagg]



### Verhalten auf Fahrt

**In Norwegen zu Gast**

Wenn wir auf Fahrt sind, sind wir Gäste in einem anderen Land und in einer anderen Kultur. In vielen Ländern haben wir als Prädfinder\*innen, ein gutes Image und einen guten Ruf. Dennoch ist auf Fahrt sein auch immer ein wildes Abenteuer und es können unvorhergesehene Dinge passieren.

- Wir sollten daher auf die gesamte Gruppe achten und uns nicht in gefährliche Situationen begeben. Wenn wir vor Ort in eine missliche Lage kommen, weil wir zum Beispiel das Fahrtengebiet unterschätzt haben oder der Berg größer und steiler ist, als er von unten aussah, dann ist es sinnvoll, sich Hilfe vor Ort zu holen. Dies kann von Einheimischen sein oder im Notfall von der Polizei oder Feuerwehr.
- Wir achten gemeinsam darauf, dass wir uns als Sippe in keine gefährlichen Naturgebiete bewegen und uns in Gefahr begeben.
- Außerdem sind wir als Gruppe gemeinsam wachsam, wenn wir uns auf öffentlichen Plätzen



### Verbrennung

forbrenning  
[forbränning]

**Durchfall** diaré [diaré]

**Zecke** tagg [tagg]

### Verhalten auf Fahrt

**In Norwegen zu Gast**

Wenn wir auf Fahrt sind, sind wir Gäste in einem anderen Land und in einer anderen Kultur. In vielen Ländern haben wir als Prädfinder\*innen, ein gutes Image und einen guten Ruf. Dennoch ist auf Fahrt sein auch immer ein wildes Abenteuer und es können unvorhergesehene Dinge passieren.

- Wir sollten daher auf die gesamte Gruppe achten und uns nicht in gefährliche Situationen begeben. Wenn wir vor Ort in eine missliche Lage kommen, weil wir zum Beispiel das Fahrtengebiet unterschätzt haben oder der Berg größer und steiler ist, als er von unten aussah, dann ist es sinnvoll, sich Hilfe vor Ort zu holen. Dies kann von Einheimischen sein oder im Notfall von der Polizei oder Feuerwehr.
- Wir achten gemeinsam darauf, dass wir uns als Sippe in keine gefährlichen Naturgebiete bewegen und uns in Gefahr begeben.
- Außerdem sind wir als Gruppe gemeinsam wachsam, wenn wir uns auf öffentlichen Plätzen

