



ORDNINGSREGLER Övikslägret

Vänligen läs igenom detta innan lägret. Föräldrar får gärna läsa tillsammans med sin åkare. Vi kommer även att gå igenom ordningsreglerna vid ankomst.

Det är viktigt för oss i ÖKK att alla känner sig välkomna och trivs på vårt läger. Vi har alla ansvar att vara måna om varandra. Vänta på varandra i gruppen när ni är på väg till och från ishallen osv så att ingen behöver vara ensam. Alla ska känna sig trygga på vårt läger!

Det är även viktigt att vi skapar en atmosfär av trivsel där man respekterar tränare, övriga ledare samt andra deltagare på lägret. Allvarliga brott mot ordningsreglerna kan leda till att man skickas hem utan ekonomisk kompensation.

Visa respekt för andras egendom! På Höglidenskolan kan man om man vill, låsa in värdesaker i elevskåp. Ta isåfall med ett hänglås.

Visa respekt för de som behöver vila mellan och efter träningspassen.

Utöver träningstider och mattider får man en tid då man skall vara på rummet och en tid då det skall vara släckt och tyst på rummet. Dessa tider bestäms av de scheman åkarna har samt ålder. Detta underlättar även för Lägerföräldrarna som håller koll på att alla kommer i säng i tid. Vill man lägga sig tidigare än utsatt tid är det givetvis okej men då kan man inte kräva att det ska vara släckt och tyst på rummet.

Det är tillåtet att använda mobil/dator/padda när du vilar. Men lämna den inte i sängen när du inte är på plats utan lägg den på ett hårt underlag tex på golvet eller på ett bord. Pga brandrisk är det inte tillåtet att lämna någon elektronik på laddning i sängen! Detta gäller alla tider på dygnet.

Lyssna på Lägerföräldrar och Ledare. De är här för att lägret skall fungera och bli så bra som möjligt för alla. Vi hjälps åt för att göra deras jobb så enkelt det går :) Alla Lägerföräldrar kommer att bära gröna ÖKK-tröjor för att du som deltagare ska se och känna dej trygg med vilka vuxna som hör till lägret.

Inga andra än lägrets deltagare får vistas i skolan!

Tveka inte att kontakta en Lägerförälder om Du har några frågor eller behöver hjälp med något. De är här för din skull!

Det är viktigt att meddela en Lägerförälder eller Ledare om du tänker lämna lägerområdet. Detta gäller även om det är med dina egna föräldrar. Det kommer att finnas listor vid entrén där man skriver sitt namn och klockslag när man lämnar Höglidenskolan. Glöm inte att även bocka av att man har kommit tillbaka!

Lämna alla lokaler i det skick du önskar finna dem. Det är absolut förbjudet att röra skolmaterial och andra inventarier på skolan. Använd papperskorgar/sopsäckar för skräp och pant och håll golvet fritt för städning. Man håller efter på sin plats!



ORDNINGSGREGLER Övikslägret forts

Åkarna städar själva sina sovsalar!

Lämna inte fruktrester, glasspinnar, urdruckna läskburkar, snuskiga skavsårplåster eller liknande efter dej. Var och en hanterar sitt eget skräp oavsett om det är i sovsalen, vid isen, i omklädningsrummet, i matsalen, utomhus eller någon annanstans.

Var och en tar alltså reda på sitt eget skräp! ALLA vet hur en soptunna ser ut och vad den är till för.

Åkarna kommer att tilldelas omklädningsrum på ishallen (Skyttis) som ni ska hålla er till. Ni kommer bara att ha tillgång till omklädningsrummet i samband med isträning.

Samma gäller här som på alla andra ställen - var och en tar reda på sitt eget skräp! Det finns stora soptunnor att kasta tex skavsårplåster och fruktrester i. Alla kan pricka en soptunna :)

Man håller efter på sin plats och håller ordning enligt bild. Skridskorna lägger man på bänken och skridskoväskan hänger man på en krok eller ställer under bänken.



Kom i tid till träningspassen!

Om du **cyklar** mellan skolan och ishallen är det obligatorisk med hjälm. Ta med lås till din cykel. Cyklar får endast parkeras på anvisade platser. Detta pga av säkerheten vid ev utrymmning eller räddningsinsats så att räddningspersonal kan komma fram med sina fordon.

Duschar finns antingen på Skyttis i omklädningsrummen eller i Parkskolans Sporthall, "vägg i vägg" med Höglidensskolan som vi har tillgång till för fysträning samt för just duschmöjligheter.



ORDNINGSGREGLER Övikslägret forts

Nötförbud råder på Höglidenskolan samt på Skyttis.

Inga måltider får hoppas över. Är man inte hungrig så meddela en Lägerförälder.

Lilla Köket är förbjudet område för alla som inte jobbar på lägret.

För att minimera risken för ev smittspridning av diverse virus vill vi att alla åkare tar extra hänsyn till varandra. Som alltid är det viktigt att man **tvättar händerna** före varje måltid samt lite nu och då under dagen.

Kom inte till lägret om du är sjuk. Om en åkare måste lämna lägret i förtid pga sjukdom vill vi att förälder hämtar åkaren snarast och senast inom 24h.

Särskilda ordningsregler för föräldrar

På entrédörren till Höglidenskolan kommer det att finnas ett träningschema för åkarna samt ett arbetsschema med telefonnummer till de Lägerföräldrar som finns på plats. Kontakta en Lägerförälder om du av någon anledning behöver komma in på skolan. Vi vill inte ha föräldrar som inte jobbar i skolbyggnaden. Vi vill undvika att obehöriga tar sig in i lokalerna.

Vill man träffa sin åkare ser vi helst att detta sker utomhus.

Vi vill alltid hålla omklädningsrummen på Skyttis fria från föräldrar. Detta för att åkarna byter om där och har rätt att vara ifred. Lägerföräldrarna och tränarna kan dessutom omöjligt veta vilka vuxna som ev är föräldrar till någon av åkarna och vi vill inte ha okända personer i omklädningsrummen. Det är ok att titta på träning från läktarplats.

Ni som är föräldrar till Daglägerdeltagare bör öva på att knyta skridskor med era barn innan lägret. Lägervärdarna kan givetvis vara behjälpliga i omklädningsrummet under lägret men de flesta barn vill gärna klara det själva :)

Föräldrar som har barn som bor på lägret måste meddela en Lägerförälder om man tänker ta med dem på utflykt. Det kommer att finnas listor vid entrén där man skriver sitt namn och klockslag när man lämnar Höglidenskolan. Glöm inte att även bocka av att man har kommit tillbaka! Om man planerar att äta någon måltid någon annanstans så ser vi gärna att vi får veta detta i förväg så att vi kan anpassa beställningen av mat.

När man tar med sin åkare från lägerområdet tar man själv ansvar till dess att man återlämnat åkaren till en Lägerförälder igen.

Åkare som flyttar ut från skolan på grund av sjukdom eller andra orsaker får inte flytta tillbaks in igen. Detta för att underlätta för Lägerföräldrarna samt att minimera oron i sovsalarna.



ORDNINGSGREGLER Övikslägret forts

Vid ev frågor/problem som kan uppstå under dygnet som inte en Lägerförälder kan svara på eller ta beslut om, kontakta den ur LägerGruppen som är Lägeransvarig för dagen.

Information om vem det är finns på entrédörren till Höglidenskolan samt på hemsidan under fliken Sommarläger och vidare på Arbetsuppgifter ÖKK.

Inskrivningen sker söndag v.30 17:30-19:00.

På söndagkvällen ca kl 19:00 kommer vi att ha ett informationsmöte för alla Lägerdeltagare.

Vi ser gärna att alla åkare deltar.

De åkare som inte ska sova på skolan och inte har möjlighet att vara med på mötet vill vi hör av sej till oss via lägermailen så att vi vet att de kommer att delta och infinna sej vid 1a träningspasset på måndagen.

Lägermailen: ovikslagret@gmail.com

Tveka inte att höra av dej vid frågor.

Varmt välkomna till Övikslägret!