



Jeg er beredt!

(3.-4. klasse)



Hensikten med dette merket er å sørge for at alle speidere skaffer seg noen grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen turplanlegging, sikkerhet og førstehjelp.

For å få dette merket må du:	Godkjent dato og signatur:
1. Vise at du kan trafikkreglene som gjelder for fotgjengere og syklister.	
2. Vise at du vet hva som skal gjøres dersom det begynner å brenne.	
3. Vise at du kjenner nødnummerne og kunne varsle om en ulykke.	
4. Vite hvordan man unngår at flere kommer til skade ved en ulykke.	
5. Finne ut hvilke ulykker og farlige situasjoner som kan oppstå hjemme hos deg, og hvordan du kan unngå dem.	
6. Kunne « småspeidernes turregler ».	
7. Kunne badereglene.	
8. Vise at du vet hvordan man bør oppføre seg i akebakke og skibakke.	
9. Vise at du kan pakke en dagstursekk selv.	
10. Vise at du kan bruke kniv på en sikker måte.	
11. Vise at du kjenner til forsvarlig omgang med øks og sag.	
12. Vise at du kan lage et forsvarlig ildsted.	
13. Vise at du kan stanse en blødning, behandle småskader, flis, gnagsår, 1.gradsforbrenning og frostsikader.	
14. Vise at du kan sørge for frie luftveier, og kan legge en pasient i sideleie.	
15. Kjenne symptomene på sirkulasjonssvikt.	
16. Kjenne til hva epilepsi og diabetes er, og hvordan det utarter seg.	



Jeg er beredt!

(5.-7. klasse)



Hensikten med dette merket er å sørge for at alle speidere skaffer seg noen grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen turplanlegging, sikkerhet og førstehjelp.

For å få dette merket må du:	Godkjent dato og signatur:
1. Vise at du kan kle deg fornuftig, og at du kan pakke egen sekk til en overnattingstur.	
2. Vise at du kan bruke kniv, øks og sag på en forsvarlig og hensiktsmessig måte.	
3. Vise at du kan lage et hensiktsmessig og forsvarlig bål.	
4. Vise at du kan tilberede mat på et kokeapparat.	
5. Vise at du kan bruke kart og kompass på en tur.	
6. Vise at du kan utføre enkelt vedlikehold av patruljens turutstyr.	
7. Vise at du kan de viktigste sikkerhetsreglene for å ferdes i ditt naturmiljø (fjellvettreglene/sjøvettreglene osv.).	
8. Finne ut hva som er de vanligste årsakene til at det oppstår ulykker på tur, og hvordan du kan unngå dem.	
9. Vise at du kan vurdere egen og andres sikkerhet ved en ulykke.	
10. Vise at du kan svømme minimum 100 meter.	
11. Vise at du kan stanse en større blødning og behandle frost- og brannskader.	
12. Vise at du kan behandle brudd og forstuinger.	
13. Vise at du kan behandle sirkulasjonssvikt og forebygge nedkjøling.	
14. Vise at du kan utføre riktig hjerte-lunge-redning, og kunne gi førstehjelp ved fremmedlegeme i luftveiene.	
15. Vise at du kjenner symptomene for epilepsi, diabetes og hjerteinfarkt og kunne gi førstehjelp.	
16. Finne ut hva som er de vanligste årsakene til boligbrann.	
17. Finne ut hvordan dere kan unngå at det utvikler seg en boligbrann hjemme hos deg.	
18. Vise at du kan bruke enkelt brannslukkingsutstyr.	



Jeg er beredt!

(8.-10. klasse)



Hensikten med dette merket er å sørge for at alle speidere skaffer seg noen grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen turplanlegging, sikkerhet og førstehjelp.

For å få dette merket må du:	Godkjent dato og signatur:
1. Vise at du kan ha hovedansvar for planlegging og gjennomføring av en patruljetur med utgangspunkt i heftet «Sikkerhet på tur».	
2. Vise at du kan utføre en risikoanalyse i forkant av en patruljetur.	
3. Vise at du kan ta ledelsen på et ulykkessted og kunne prioritere de viktigste skadene først.	
4. Vise at du kan behandle skader som følge av giftige og etsende væsker, elektrisitet og dyrebitt, og kunne avgjøre om en skade er så alvorlig at den må få tilsyn av en lege.	
5. Vite hvilke skader og sykdommer som kan føre til sirkulasjonssvikt, og kunne forebygge dette.	
6. Vise at du kan førstehjelp ved akutt forgiftning, og vite hva Giftinformasjonssentralen kan hjelpe deg med.	
7. Vise at du kan utføre livberging fra vann.	
8. Vise at du kan utføre hjerte-lunge-redning med riktig dybde og frekvens sammen med en annen person, og vite hvordan man bytter på underveis.	
9. Vise at du kan utføre livreddende førstehjelp ved akutte sykdomstilstander (diabetes etc).	
10. Vise at du kjenner til alternative måter å skaffe hjelp på når telefonen ikke kan stoles på (nødpeilesender osv).	
11. Vise at du kan angi din posisjon på kartet slik at andre kan finne deg ved en evt ulykke.	
12. Vise at du kan lage og overnatte i nødbivuakk/nødly.	
13. Vise at du kjenner til hvor det kan gå snøskred og hva du bør gjøre dersom noen blir tatt av skred.	
14. Vise at du kan pakke patruljens utstyr for en leir.	



Jeg er beredt!

(rovere)



Hensikten med dette merket er å sørge for at alle speidere skaffer seg noen grunnleggende kunnskaper og ferdigheter innen turplanlegging, sikkerhet og førstehjelp.

For å få dette merket må du:	Godkjent dato og signatur:
1. Gjennomføre Norsk Førstehjelpsråd sitt kurs Norsk grunnkurs i førstehjelp eller tilsvarende.	
2. Vite hvordan man legger en turniké og når den skal brukes.	
3. Delta på et av NSF's kurs i friluftsliv eller tilsvarende.	
4. Vise at du kan ha hovedansvar for planlegging og gjennomføring av en tur eller en minileir for tropen med minimum to overnattinger.	
5. Vise at du kan utføre en risikoanalyse for speiderarrangementer for flere årstider, og på bakgrunn av den utvikle en beredskapsplan.	