

Ta hand om din egen och andras rustning

Budskap Sankt Georg 2021

Den 23 april varje år firar scouter över hela världen Sankt Georgsdagen. Utgångspunkten för dagen är berättelsen om riddaren Georg som genom sitt mod räddar en by från en fruktansvärd drake. Varje år har dagen ett tema och i år är det psykiskt välbefinnande.

Vi har ett svårt år bakom oss och mycket har varit annorlunda. Kanske har du inte fått gå till skolan, jobbet, eller haft scoutmöten som vanligt. Kanske har någon du känner blivit sjuk eller behövt hålla sig hemma. Sankt Georgs-dagen brukar vara en chans för hela scoutkåren att samlas och ha roligt tillsammans - men inte ens det blir som det brukar vara. Kanske har ni ett firande digitalt, eller utomhus i små grupper.

Historien om Sankt Georg berättar om en modig riddare i rustning som kämpar emot en hemsk drake. Precis som riddaren har vi alla på oss en rustning varje dag. Den skyddar oss mot allt jobbigt som vi möter i livet - och ofta är den blank, stark och skinande. Den gör oss redo att ta oss an utmaningar och svårigheter som vi alla ställs inför! Med hjälp av saker som får oss att må bra, som kompisar, roliga aktiviteter och återhämtning, blir rustningen starkare och skyddar oss bättre. Efter ett scoutmöte till exempel, där du får ha roligt med dina kompisar, är din rustning extra stark.

Under det här året är det inte konstigt att många rustning fått både en och annan törn. Kanske är den lite bucklig - och är inte lika glansig längre? De där scoutmötena som har hållits utomhus eller digitalt har såklart gjort sitt för att hålla humöret uppe. Men alla har inte fått samma hjälp från vänner, familj och annat för att hålla rustningen stark.

Därför är det extra viktigt att vi tar hand om varan-

dra nu. Fråga dina kompisar hur de mår. Vad känner de, där innanför rustningen? Är det något som de behöver prata om? Det är så lätt att säga att det är bra - och därmed inte släppa in någon annan under rustningen. Men är vår rustning alldeles för hård, så är det inte heller bra. Då blir man ensam inuti.

Många mår dåligt och känner sig ensamma. Bris årsrapport visar att barn och ungas psykiska ohälsa har ökat under 2020, och en av orsakerna är att många av de ställen där man möter sina kompisar, som skolan och fritidsaktiviteter, varit stängda.

Vi på Scouterna jobbar hårt för att fortsätta ha våra roliga möten, där du får träffa dina kompisar och lära dig nya saker. För att stärka ungas psykiska välbefinnande i Scouterna vill vi att barn och ledare får en ökad kunskap om psykisk hälsa, verktyg och ges möjlighet att prata om sina känslor.

Det ser ut som att vi alla behöver vara extra modiga och tappra ett tag till. Så glöm inte att ta hand om din egen, och om andras, rustning. Våga prata med dina kompisar om det som känns svårt. Hör av dig till kompiserna som inte kommit på scoutmötet på ett tag. Och glöm inte att fråga dem om hur dina vänner mår. Med det kommer vi riktigt långt!

Vi har ett svårt år bakom oss och för många känns det riktigt tungt just nu. Men vi blir faktiskt starkare av svårigheter! Vår rustning byggs upp, bit för bit. Dessutom har vi lärt oss otroligt mycket under pandemin. Vi har lärt oss hur vi har möten digitalt. Hur vi kan hjälpas åt på nya sätt. Vi har behövt vara extra kreativa.

Och kanske allra viktigast: Vi har haft varandra, och hållit varandras rustningar starka. Det är väl ganska bra, ändå?