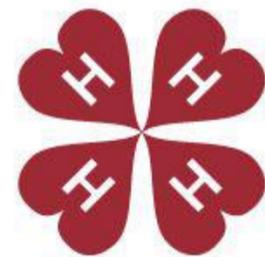


# Kløverknekten



**Medlemsblad for 4H Sogn og Fjordane  
Nr. 2 - 2021 - 41. årgang**



# Helsing frå Fylkesstyret

**Eirik Hortemo Vikøren**  
**Leiar i 4H Sogn og Fjordane**  
**[leiar.sfj@4h.no](mailto:leiar.sfj@4h.no)**

Hei alle saman i 4H Sogn og Fjordane

Det har igjen vore eit annleis år i år òg. Til tross for dette har vi sett mykje god aktivitet i klubbane, og det har vore stas for oss i fylkesstyret å få møte dykk på regionsamlingar og klubbbesøk! I tillegg var det kjekt å treffe heile 70 kjekke og engasjerte 4H-arar på Storkurset i september! Det var deileg å endeleg få gjennomføre eit slikt arrangement, med kjekke aktivitetar og moro på kveldane. Måtte det bli meir av dette i 2022!

Vi håpar de har hatt eit aktivt og morosamt 4H-år, og vi satsar på at det vert mykje kjekk aktivitet til neste år i alle klubbane og på fylkesplan! Og ikkje minst så gler vi oss til landsleir på heimebane i sommar!

Vil ynskje dykk alle ei riktig GOD JUL

Mvh Eirik H. Vikøren



# 4\*

# Utgjevar

4H Sogn og Fjordane  
Hafstadgården  
Fjellvegen 11  
6800 Førde



[sfj@4h.no](mailto:sfj@4h.no)



[4h.no/sfj](http://4h.no/sfj)



**Organisasjons  
rådgjevar**

Helene Lundekvam  
T: 951 80 409  
[helene.lundekvam@4h.no](mailto:helene.lundekvam@4h.no)



**Organisasjons  
rådgjevar**

Kari Anne Grimelid Årseth  
T: 960 96 782  
[kari.anne.aarseth@4h.no](mailto:kari.anne.aarseth@4h.no)



**Region  
koordinator**

Synnøve Jørgensen  
T: 960 96 773  
[synnove.jorgensen@4h.no](mailto:synnove.jorgensen@4h.no)

# Trivselsagentsamling 4.-6.juni



Endeleg kunne trivselsagentane samlast fysisk og det vart feira med bading i sol, bading i regn, gymnastikk og ein familiemiddag som ikkje kan beskrivast som noko anna enn kaotisk!



Alle som deltok på samlinga tok seg ein dupp i Jølstravatnet og var opp-ned minst ein gong på graset! Dei ekstra modige bada i regnveret òg!



# Trivselsagentsamling 4.-6.juni



I tillegg til det sosiale fekk agentane òg lære om kva ein trivselsagent betyr for klubben og ikkje minst for 4H-fylket sitt, og kva jobben til ein trivselsagent er!

# Trivselsagentsamling 3. - 5. september



## Skapte trivsel ved å kidnappe

PUBLISERT 09.09.2021 (ENDRET 09.09.2021)

Helga 3. - 5. september fekk 4H Sogn og Fjordane sine trivselsagentar endeleg samlast igjen, og feira dette med å reise på blåtur.

Les om  
kidnappingsturen



# Trivselsagentane

Familien Kaos takkar dermed for seg som trivselsagentar, og ser fram til å møte ein ny gjeng engasjerte agentar!

**Interessert?**

*Følg med lenger fram i  
Kløverknekten*



Tekst: Anette Eineteig  
Foto: 4H Sogn og Fjordane



# Klubbaktivitetar

## Framsyn 4H

I mai vart det høgtideleg plakettutdeling for Ronja og Dina Kristin.



Deretter aktivitetar på Flatheim 4H gard.



Med fyr i alle sjusteinsovnane kunne alle lage seg eigen pizza, og i tillegg var det sveler på bålpanne.

Ein minnerik dag på Flatheim 4H gard 🍀



# Klubbaktiviteter

## Hafslovatnet 4H

skyting på Hillestadstølen

Onsdag 26.mai var Hafslovatnet 4H på Hillestadstølen og skaut. Hafslo Skyttarlag stilte opp, slik at medlemmane fekk skyte på blink. Me leika litt og klubben spanderte pizza til kvelds.



PIC•COLLAGE

# Klubbaktiviteter

## Standal 4H

strandryddedag



Standal 4H var med på Stavøy Grendelag sin strandrydde-dag. Mykje rusk og rask å finne, men det kjekke er at vi ser stor forskjell mellom strendene der vi har rydda før, og dei som vert rydda for første gong. Innsatsen nyttar! Aksjonen vart avslutta med is i sola



# Klubbaktiviteter

**Ungbjørka 4H**

aktivitetshelg 29.-30.mai



Oppsetting av lavvo, hengekøyer og telt



Rydding, skrubbing, skraping og beising av grillhytte



Samling i lavvoen



Snop på stranda

Trimpostur og ettermiddnattsdessert



# Kulturnatt i Førde 4.juni



3 gode hjelparar på 4H-standen



Stylteging,  
natursti,  
hesteskokasting  
og kubb. Kjekke  
aktivitetar for  
alle.

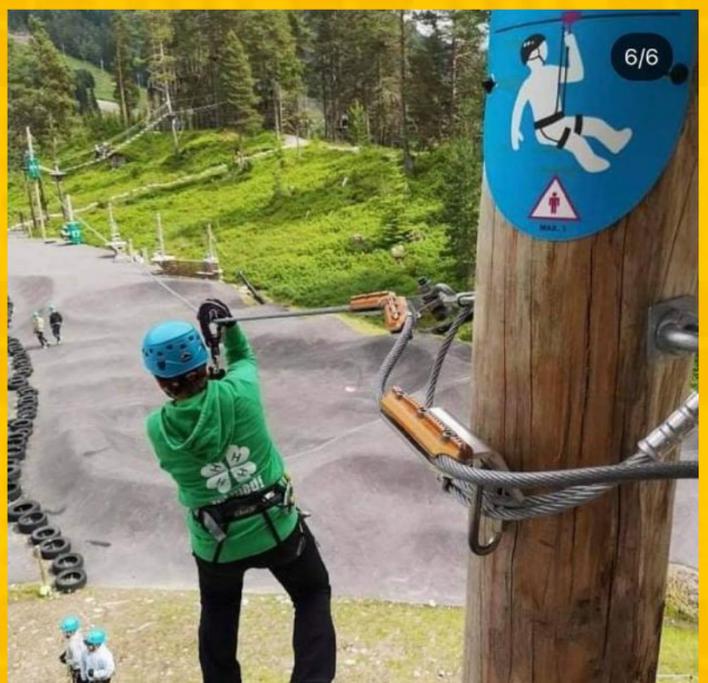
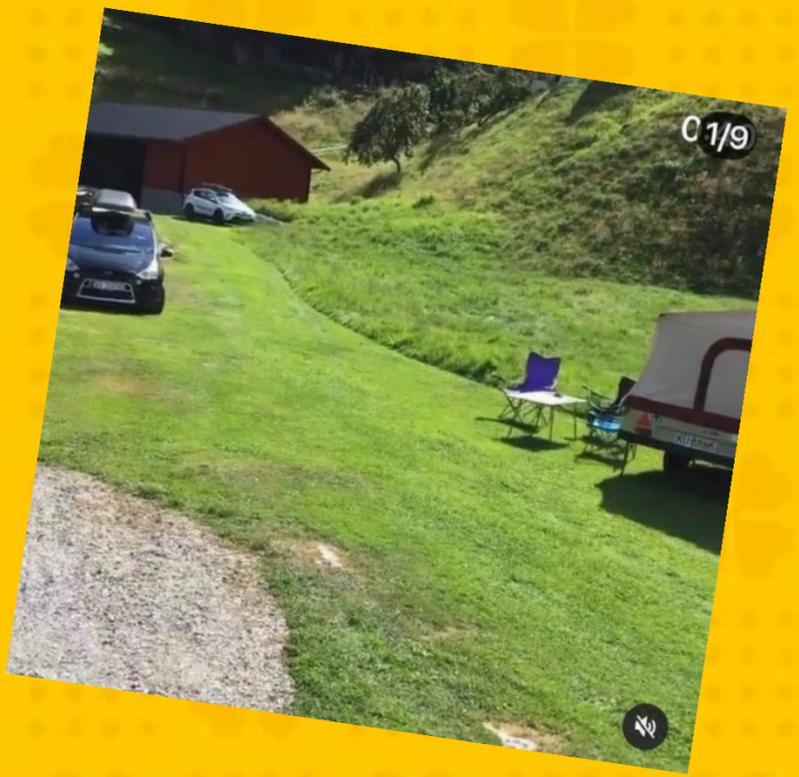


Mange  
kjøpte 4H-  
lodd av  
Helen og  
Anita òg.



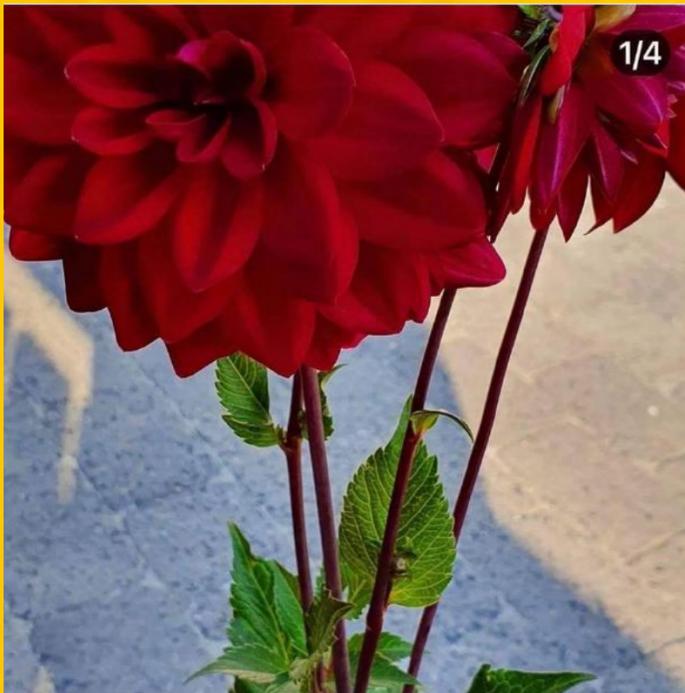
# VINNARBILETE

## #sommarkonkurransen



# VINNARBILETE

## #sommarkonkurransen



Jenny Saure Bugjerde  
Trekloveret 4H



Den høgste solsikka på 283cm  
Vi takkar for mange gode bidrag,  
og imponerende høge og flotte  
solsikker

# Klubbaktivitetar

## Sparebankstiftinga

Det har vore mykje moro og god aktivitet i fylket i vår, sommar og haust. Her er eit lite knippe bilete frå nokre 4H-klubbar.



**SOMMARMORO  
I 4H-  
KLUBBANE**

# Regionsamlingar



6 kjekke samlingar rundt om kring i fylket. Fylkesstyret og kontoret tok turen til Ytre Sogn og Kløveren 4H der Ungbjørka 4H var med, hos Fjordljøs 4H i Vik og til Ylvisåker der Kjernen 4H og Erla 4H stilte med kaffe og saft. I Sunnfjord fekk vi besøke Skogkløver 4H saman med Flink 4H og Framsyn 4H, og til Eikås 4H på Svidalsneset. I Nordfjord var det treff på Bryggja hos Hei og hå 4H. Kjekt med grilling og artige leikar!



# Vil du bli trivselsagent?

Klikk på linken og les meir



## Er trivselsagent Noregs kulaste 4H-prosjekt?

PUBLISERT 18.10.2021 (ENDRET 18.10.2021)

Underteikna vil i alle fall seie at trivselsagent er det kulaste prosjektet eg har hatt gjennom heile mitt plakettløp. Er du 2. - 4. års senior har du nemleg...



Møt våre flinke trivselsagentkoordinatorar 2022



Kvifor bør ein velje prosjektet: Trivselsagent ?

Ein burde velje trivselsagent som prosjekt for å kunne være 100% seg sjølv, det å kunne være der for andre og skape trivsel og glede hos andre<33

- Marisa Eikås, agent i 2020 og 2021



Når du er trivselsagent skaper du masse nye og tette vennskap, du lærer nyttige ting som du kan ta med deg vidare. Trivselsagent er en ting du ikkje vil gå glipp av!!

- Andrea Førde, agent i 2020 og 2021

«Det er sosialt og lærerikt»

- Anja Mundal, agent i 2021

# Storkurs på Vassenden



## Endeleg møttes vi igjen... Storkurs med 70-talsmoro

PUBLISERT 24.09.2021 (ENDRET 25.09.2021)

Helga 17. - 19. september var endeleg tida komen for at 4H-arane i Sogn og Fjordane kunne samlast til storkurs på Vassenden. Rundt 70 medlemmar var med på kurs denne...

Vil du vite kva som  
skjedde?  
Klikk på bildet



# Senior / alumnsprell



## Raftingsprell på Vassenden

PUBLISERT 07.10.2021 (ENDRET 07.10.2021)

Fredag 24. september møtte 19 seniorar og alumnar opp på Vassenden for ei hyggeleg aktivitetshelg.

Les meir om  
raftingsprellet

