



## INVITASJON TIL FYLKESLEIR PÅ HESSÅ 23.-26.JUNI 2023

Dølen 4H og Freidig 4H ønsker alle juniorer og seniorer i hele Agder velkommen til fylkesleir! Leirplassen i år blir hos Adventure Norway på Hesså i Bjelland, og vi håper at mange har lyst til å komme.

### Praktisk info:

- For hvem: Aldersgruppen 12-18 år (Født 2011-2005)
- Det må være minst en leder over 18 år per 7 deltagere
- Frammøte fredag 23.juni innen kl 18.
- Avreise mandag 26.juni kl 16.00
- Pris for leiren: kr 900, kr 700 for søsken
- Husk å registrere alt av allergier ved påmelding
- Alle må velge fire aktiviteter
- Påmelding via medlemsregisteret på [www.4h.no](http://www.4h.no) og åpner 21.april.

### **ABSOLUTT SISTE PÅMELDINGSFRIST ER 21.MAI 2023!**

Etter påmeldingsfristen vil dere motta mer detaljert informasjon om programmet på leiren.

## AKTIVITETER

Det blir mange spennende aktiviteter å velge mellom. Alle deltagerne skal gjennomføre fire halvdagsaktiviteter, og i tillegg vil det bli en felles tur til Mindrebøvannet naturmøteplass som er Dølen sin egen naturmøteplass.

Du kan velge mellom:

1. Rafting\*
2. Via Ferrata\*
3. Paintball(13 års aldersgrense)\*
4. Kanopadling\*
5. Skyting
6. Snekring
7. Kunst og håndverksaktivitet
8. Fisking
9. Baking i bakerovn
10. Fjøsstell
11. Ridning
12. Førstehjelp
13. Dropskoking
14. Volleyball



## VOKSENLEDER

Hver klubb må ha med minst en voksenleder per 7 medlemmer. De har ansvaret for 4H-erne under leiren, veileder dem og hjelper til som badevakt. De må også hjelpe til med noen praktiske ting under leiren. og det vil bli egne ledersamlinger hver kveld med info.

## PAKKELISTE

- Telt/lavvo – her samarbeider dere klubbvis
- Sovepose
- Liggeunderlag
- Lommelykt
- Drikkeflaske og nisteboks
- Toalettsaker
- Badetøy
- Håndkle
- Varme klær og regntøy
- Klær etter behov og værmelding
- 4H-genser, dress, bukse hvis du har
- Myggmiddel og solkrem
- Lommepenger
- Godt humør!

