



INVITASJON

4H Fylkesleir 27.06 – 30.06.2024

4H Fellesstyre Stjørdal inviterer til årets fylkesleir i Trøndelag. Leiren arrangeres på Frigården i Lånke i Stjørdal kommune.

Leiren er for juniorer og seniorer i 4H Trøndelag. Aspiranter fra regionen kommer på fredag fra 16.00 og deltar resten av helga. Se egen påmelding.

Påmeldingsfrist: 31. mai. Meld deg på tidlig for å få den aktiviteten du ønsker.

Oppmøte og registrering: Torsdag 27. juni 15.00-18.00.

Henting av leirdeltakere og avreise: Søndag 30. juni kl. 13.00.

Veibeskrivelse og kart:



Arrangør kan være behjelpelig med å hente på Hell stasjon, ved behov. Meld fra på mail til ass.leirsjef Malla på m.ervik@aglo.no minimum dagen før.

Teltleir og tun

Teltleiren blir organisert i tun, og dere blir tatt imot og guidet på plass av 4H-medlemmer fra arrangørklubbene. Teltleir for aspirantleiren blir like ved. Det vil bli utnevnt en tunsjef for hvert tun, mer informasjon første dag på leir.

Volleyball og tautrekking

Det blir turnering i både volleyball og tautrekking. I volleyball er det to klasser; Juniorklassen og Seniorklassen (det er lov å blanda mellom flere klubber). Det blir spillet om vandrepokalen som per nå holdes av Forra 4H/Falken 4H og Selnes 4H. Påmelding av lag gjøres når dere er på leiren.

Miljøtorg

Alumnene tar ansvar for god stemning og i miljøtorget kan du være om du vil være sosial i stedet for å være i soveposen. Her er det kiosk og aktiviteter utover kvelden.

Underholdning

Det blir åpen scene flere ganger i løpet av leiren, så hvis du vil bidra med sang, spilling, humor, dans eller lignende, så er du velkommen på scenen! Kanskje kommer det flere overraskelser på scenen i løpet av kveldstimene.

Innmarsj

Hver klubb og/eller region velger seg et tema for innmarsjen, det er ikke noe tema, vi ønsker at det er Gått Blanna. Denne foregår første kveld før åpning.

Aktiviteter og program

Det er 19 ulike aktiviteter å velge mellom på fredagen, dette gjøres ved påmelding. Snakk med vennene dine FØR du melder deg på, så ingen velger «feil», om dere vil på det samme. På lørdag er det myldredag på Frigården. Programmet får du når leiren nærmer seg, sammen med mer informasjon.

Valgfrie aktiviteter

1. Ikke gjør dette hjemme

Har du noen gang fått beskjeden, ikke gjør dette hjemme? Det har vi å, men vi vil teste ut hva som skjer. Er du nysgjerrig, da er dette aktiviteten for deg. Vi skal finne ut hva som skjer! Går det å lage mat i oppvaskmaskina? Hvorfor skal du ikke putte metall i mikroen? Lurer du på svarene? MELD DEG PÅ!!

2. Hegra Festning

... eller Ingstadkleiven fort? Samma det, her kan du ta en selfie med selveste Holtermann, besøke kalde tunneller og gå trange trapper til trange tårn. Du kan besøke en minneskog eller utforske Kleivplassen og Svartåsen, alt med et sus av historie fra 2. verdenskrig. Hvem holdt ut lengst mot tyskerne i april 1940? Trønderan, det, vettu! Besøk vår store stolthet!

3. Volleyball

En dag uten volleyball er en dag uten mening. For noen. For andre er det bare en skikkelig artig aktivitet, og noen vil spille masse! Meld deg på, kanskje du lærer noe nytt i samme slengen!

4. Aktivitetsdag i Prestegårdshagen

Er du interessert i historie og gamle aktiviteter? Her kan du smi en krok, kaste hesteko, bygge en Da Vinci-bro, teste ut nyttevekster og bruke dine kreative talenter. Velg aktivitetsdag på Stjørdal Museum, et sted full av spennende overraskelser!

5. Laksefisking

Lyst til å prøve fluefisking? Kjenne hvordan det føles å få på seg vadere å vade ut i elva? Det får du prøve. Få profesjonell opplæring og en ha en fin dag langs verdens beste fiskeelv! Og har du flaks, får du laks!

6. Fisketur

Bli med på fisketur! En kort gåtur fra leiren ligger et nydelig fiskevann hvor det finnes både ørret og røye. En lokalkjent guide vil ta oss med og gi både tips og veiledning på hvor fisken biter. Det blir bål og mulighet til å varme medbrakt lunsj eller selvfisket fisk for de som er heldige.

Ta med eget fiskeutstyr og klær etter været.

7. Friluftsliv i kano

Kanskje foretrekker du friluftslivet ute på vannet? Bli med våre erfarne kanopadlere på en rolig dag på vannet og la tankene flyte mens du lar årene gå taktfast i vannet. Vi går i land underveis og lager bål med mulighet for å varme medbrakt lunsj. Ta med klær og sko etter været.

8. Smart Bålmatkurs med Unge Kokker

Unge kokker + 4H = Sant! Vi har igjen fått med oss vår aller kjæreste Rune Sandø. Triveligere kokk skal du lete lenge etter! Om du liker å lage mat og ha det moro mens du gjør det, er dette kurset for deg. Vi lover topp stemning og spennende mat, i tillegg får du masse ny kunnskap som ny matambassadør.

9. Alumn-Sprell

Alumnene i Trøndelag lager en aktivitet for de som våger. Hva som skal skje er vi arrangørene litt usikre på, men en super aktivitet det blir det. Kanskje blir det litt leking? Kanskje blir det vannkrig? Eller kanskje det blir volleyball? Våger du å bli med? MELD DEG PÅ!!

10. Hesteridning

Er du glad i hester? Ja da er dette aktiviteten for deg. Her kan du stille hest, kjøre vogn med ponni, ri hest på ridebane, gjøre stallarbeid og mye mer. Du trenger ikke være erfaren med hest for om melde deg på. På gården har de også kaniner, katter og hund. Dette blir en super dag med fokus på hest.

11. Bridge

Lær kortspillet bridge på 1-2-3 av noen av noen av Norges beste juniorspillere. Du lærer de grunnleggende reglene og kan få en hobby og sport du vil ha glede av hele livet. Bridge er et lagspill – hvor du samarbeider med andre for å oppnå et best mulig resultat. Gå ikke glipp av denne unike muligheten til å få en innføring i *bridge – brobygging*. Vi garanterer en lærerik og morsom aktivitet. Livet er kort – Spill bridge.

12. Mesternes Mester Teambuilding

Like ved leiren ligger et flott treningsområde som benyttes av CrossFit-utøvere i området. Vi får teste ut ulike aktiviteter som utfordrer både kropp og sinn. Kanskje får du utfordret deg på nye måter? Kanskje får vi kåret leirens mestere? Iallfall får vi en super dag! Ingen forkunnskaper nødvendig. Dette blir en artig dag med teambuilding og individuelle utfordringer.

13. Fjelltur

Bli med opp på Strætasfjellet og se store deler av Stjørdal kommune ovenfra. Turen går langs vei og sti, lett og gå, men til tider bratt. Det blir bål og mulighet til å varme medbrakt lunsj.

14. Orientering

Har du retningsans? Kan du kart? Vet du noe om kompass? Det har ingenting å si om du kan noe eller ikke! Bli med orienteringsungdommen og lær deg det du trenger om temaet. Det blir en fin dag i skogen!

15. Skyting

Er du stødig på hånden og holder hodet kaldt? Eller vil du bare treffe en ny venn? Da kan du bli med på skytebanen. Der vil du får teste en rifle 22 kaliber på 100 meters bane. Banen er utendørs, men standplassen er under tak. Dette er en gøy aktivitet der du får testet ut dine skills innen skyting, kanskje du er Norges neste supertalent? Vil du finne det ut? MELD DEG PÅ!

16. Taekwondo

Har du lyst til å lære deg selvforsvar? Da er dette aktiviteten for deg! Taekwondo er en koreansk kampsport som er basert på selvforsvar. Vi sparker, slår, hopper, knuser planker og masse annet. Hører dette ut som en aktivitet for deg, MELD DEG PÅ!!

17. Kodeklubben

Har du sansen for data, spill og programmering? Koding og programmering er framtida! Kodeklubben hos EFiks gaming vil introdusere deg for forskjellige programmeringsspråk, og du vil få en smakebit på framtidens viktigste oppgave. MELD DEG PÅ!

18. Gårdsbesøk på Voll 4H-gård

Visste du at en bie bruker hele livet sitt på å samle en skje honning? Bli med gårdens birøkter å få nærkontakt med det som skjer i en bikube. Lag ditt eget insektshotell. Hopp i høyet. Bli med gartneren og smak på det som er klart i åkeren. Kos og bli kjent med dyrene (kalkun, høner, geit, sau, ku og kanin)

19. Utøvende kunst

Vil du oppleve hvordan man jobber for å skape en forestilling? Vil du være med å lage noe som skal vises frem senere på leiren? Vil du bruke kroppen og stemmen for å uttrykke deg på scenen? Bli med, la oss skape noe sammen!

Påmelding

Alle medlemmer melder seg på kun 1 aktivitet. Dersom aktiviteten du ønsker er full, er den ikke valgbar lenger. Det er «førstemann til mølla», så det er lurt å være tidlig ute for å få den aktiviteten du ønsker. Husk å angi størrelse på leir-skjorte, som er en del av prisen. Betalt = Påmeldt! Dette er bindende.

Allergier og andre opplysninger

Det er viktig at du melder fra om eventuelle allergier og alvorlighetsgrad av disse når du melder deg på. Gi gjerne også beskjed om du har andre behov.

Pris

- 1200,- Deltaker
- 600,- Voksenleder, alumn og søsken (om ett allerede er påmeldt)
- 1000,- Deltakere fra arrangørklubbene (deltaker spesial)
- 0,- Ledsager med medbragt ledsagerbevis
- 1100,- Arrangementsmedlem (de betaler først 100 kroner når de melder seg inn som arrangementsmedlem via 4H sine sider).
Har du en venn som vil bli med på leir?

→Deltakeravgiften inkluderer all mat og leir T-skjorte.

Voksenleder (husk å søk politiattest)

Det skal være en voksen (ikke 4H-er på vei til plaketten) leder pr. 12 leirdeltakere. Har klubben din færre deltakere, finn en klubb å samarbeide med. Vi ønsker voksne som er der lengst mulig, så det blir færrest bytter. Det er viktig at leirdeltakerne vet hvem som er deres leirleder til enhver tid. Husk at dette er en fantastisk artig og sosial jobb, der du møter masse trivelig folk.

Ansvar og oppgaver som voksenleder:

- Sover i teltleiren
- Følger med at leirreglene blir fulgt
- Passer på at alle har det bra
- Passer på at deltagerne er der de skal være til rett tid
- Foresattes kontaktperson
- Ekstra voksenressurs for hele leiren som er til stede for leiren og barna

Velkommen på leir, hilsen
Fellesstyret i Stjørdal og 4H Trøndelag