



FOR DEG SOM SKAL PÅ LEIR!!

4H Fylkesleir 27.06 – 30.06.2024

4H Fellesstyre Stjørdal og 4H Trøndelag 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 og deltar resten av helga.

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 toget, dersom det er lettvis å ankomme med tog på Stjørdal stasjon. Ta kontakt i god tid!
Send melding til Malla på mobil: 934 01 574.

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, men adskilt fra fylkesleiren.

Volleyball og Tunkonkurransen

Det blir turnering i volleyball og det blir tunkonkurranser på søndag. I volleyball er det to klasser: Junior og senior. Det er lov å stille med blanda lag fra flere klubber, men det skal ikke være flere enn 4 av hvert kjønn på banen samtidig. Det blir kjempet om vandrepokal og dere melder på laget deres i løpet av første kvelden på leir, via et skjema dere får.

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 lagt opp til Åpen scene noen av kveldene, vil du friske opp en sang eller sketsj fra høstfesten har du sjansen nå.

Aktiviteter og program

Den valgfrie aktiviteten foregår på fredag, på lørdag er det myldredag på Frigården som hovedaktivitet.

Andre aktiviteter:

Trivselsagentsprell, alumnene lager stemning, diverse leker ute på Frigården, Linedance m.m.

Bærekraft

Vi vil bevare miljøet så rent som mulig, så du må ta med deg tallerken, matboks, bestikk, kopp og vannflaske som du kan bruke på hele leiren. Merk det godt med navn.

Inngangsseremoni

Hver klubb og/eller region velger seg et tema for inngang, det er *Gått Blanna*, så her setter kun fantasien grenser. Husk å ta med ting dere trenger. Har dere et banner, eller kan dere lage et? Kanskje også et heiarop?

Meld inn telt:

Send Gunnhild e-post på hvor mange telt klubben stiller med, vi ønsker ikke at dere skal ha med eget mattelt, det blir felles bespisning i storteltet.

Mat:

Husk at all mat er inkludert i prisen i år, også tørrmat. Vi ønsker at alle unngår å ta med nøtter som snacks, dette grunnet allergier.

Besøksdag:

Lørdag etter 17.00 har vi åpent for besøkende, bli med å hei på volleyballturneringa, leik i teltleiren eller bli med på åpen scene. Kom kom! Det er også helt innafor å komme tidlig å hente de unge på søndag om man vil oppleve litt av leirlivet.

HUSKELISTE

Generelt:

- Telt (og plast/presenning)
- Sovepose og liggeunderlag
- Regnklær, gode sko og støvler
- Varme klær
- Lette klær
- Toalettsaker, håndduk
- Flergangs tallerken, matboks, bestikk, kopp og drikkeflaske
- Nødvendig medisin
- Solkrem og myggmiddel
- Liten sekk
- Utstyr til aktiviteten din (se nedenfor)
- Utstyr/klær til inngangsseremoni (Tema: Gått Blanna!)

Utstyr til aktivitet på fredag (ikke aspiranter):

- Volleyball og Mesternes Mester Teambuilding: Treningsklær
- Fisketur: Ta med eget fiskeutstyr
- Laksefiske: Ta med egen vest og utstyr hvis du har
- Hesteridning: Ta med klær som skal ris med, husk å pakk ned klærne
- Fjelltur: Dagstursekk med ekstra skift, ta med termos om du ønsker å ha med varm drikke til matpakken
- Voll 4H-gård: Ekstra klesskift som kan brukes i fjøset
- For alle: KLÆR ETTER VÆR!

HUSK å dusj etter aktiviteter som innebærer dyr eller svette.

PROGRAM

Torsdag

15.00 – 18.00	Ankomst og leirbygging
18.00	Middag
19.00	Åpningsseremoni (innmarsj, 4H-løftet, sang)
	Bli-kjent-aktivitet, valg av tunsjef
20.00	Leirledermøte med tunsjefer
20.30	Tunsamling
20.30 – 21.30	Kveldsmat tilgjengelig
21.30	Miljøtorget åpner
23.00	Ro i teltleiren
00.00	Miljøtorget stenger

Fredag

08.00	Vekking / frokost
09.00	Morgensamling
10.00 – 15.00	Aktiviteter m/medbrakt lunsj
16.00	Middag
17.30 – 20.00	Volleyballturnering
20.00	Ledermøte med tunsjefer
20.30	Tunsamling
20.30-21.30	Kveldsmat tilgjengelig
21.30	Miljøtorget åpner / Åpen scene
23.00	Ro i teltleiren
00.00	Miljøtorget stenger

Lørdag

08.00	Vekking / frokost
09.00	Morgensamling
09.30 – 14.30	Aktiviteter / Myldring
16.00	Middag
17.30-20.00	Volleyballturnering
20.00	Ledermøte med tunsjefer
21.30	Tunsamling
21.30	Miljøtorget åpner / Åpen scene
23.00	Ro i teltleiren (oppesitternatt i miljøtorget)

Søndag

08.00	Vekking / frokost / rydding / pakking
09.00	Morgensamling
09.30	Sluttspill volleyball og Tunkonkurransse
12.00	Lunsj / Avslutning med premieutdeling

LEIRREGLER

1. Gjør deg kjent med programmet. Vær presis. Kommer du for sent, betyr det at de andre må vente på deg, og det er jo ikke noe hyggelig.
2. Forlat ikke leiområdet uten tillatelse fra din leirleder og leirkontoret.
3. Hold orden utenfor teltet. La brannslukningsapparat og annet leirutstyr få være i fred.
4. Bruk av propanutstyr, åpen ild eller røyking er strengt forbudt utenom på anviste plasser.
5. Det er strengt forbudt å ha med eller nyte alkohol eller andre rusmidler.
6. Det er strengt forbudt å ha med eller nyte energidrikker.
7. Tidspunktene til ro i leiren skal respekteres
8. Si i fra om du er syk eller skadet. Gi beskjed hvis du ser andre trenger hjelp.
9. Ta hensyn til de andre leirdeltakerne og vær en god representant for klubben din.
10. Leirreglene gjelder for 4H-ere, 4H-alumner og leirledere
11. Brudd på leirreglene blir tatt opp i Leirrådet

Brudd på reglene kan medføre hjemsending på egen regning.

Men husk også:

12. Ha godt humør!
13. Bli kjent med nye mennesker!
14. Kaste deg ut i ting du aldri har prøvd før!
15. Bidra til underholdning og glede!
16. Gjør dette til en leir du og andre aldri glemmer!