

Dołącz do nas! 4[✿]

Zapraszamy dzieci, młodzież i dorosłych do 4H. W tej broszurze możesz dowiedzieć się więcej o tym, czym jest 4H, w czym możesz uczestniczyć i jak zostać członkiem.



Witaj w 4H!

W Norwegii mamy prawie 13 000 członków w 600 klubach 4H i 50 gospodarstwach 4H. 4H jest otwarte dla wszystkich, niezależnie od języka, kultury, wieku, płci lub niepełnosprawności. Organizacja prowadzona jest przez jej członków. Oznacza to, że członkowie z grupy wiekowej 10-18 sami decydują, jakie zajęcia mają odbywać się w klubie. W 4H mamy również dorosłych doradców. Oferujemy wysokiej jakości zajęcia w bezpiecznym, wolnym od używek i towarzyskim środowisku.

Na odwrocie broszury znajdziesz dane kontaktowe do Twojego lokalnego klubu 4H.

Zdjęcie: 4H Sogn og Fjordane



Czym jest klub 4H?

Klub 4H jest ważnym miejscem spotkań lokalnej społeczności. Odbywają się u nas zajęcia, takie jak: wycieczki krajoznawcze, warsztaty teatralne, nauka rękodzieła, mecze siatkówki, wieczorki zapoznawcze, obozowanie, wizyty na farmach i gotowanie.

To członkowie decydują o aktywnościach. Co roku odbywa się spotkanie, na którym w demokratyczny sposób wybierany jest zarząd oraz przyjmowane są plany. Zarząd klubu składa się z członków w wieku 10-18 lat i jest odpowiedzialny za prowadzenie klubu przez cały rok. Na corocznym spotkaniu członkowie wybierają także dorosłych doradców klubowych, którzy udzielają porad, pomagają i dają wskazówki. Są to zazwyczaj opiekunowie lub inni dorośli, którzy nie pobierając wynagrodzenia prowadzą klub z młodymi liderami.

Zdjęcie: 4H Sogn og Fjordane





Dlaczego warto dołączyć?

Baw się dobrze z innymi! Razem z przyjaciółmi można zdobyć wiedzę i doświadczenia na całe życie. W 4H członkowie mają możliwość rozwijać się w ramach społeczności. Nie ma żadnych specjalnych wymogów, żeby zostać członkiem. Członkom 4H łatwiej jest nawiązywać kontakty z innymi ludźmi, zyskujesz więcej przyjaciół. Większość członków jest w wieku 10-18, ale osoby dorosłe mogą dołączyć jako wolontariusze.



Bycie razem jest zdrowe i pouczające!

Poczucie bycia częścią czegoś, poczucie wspólnoty i przynależności jest niezwykle ważne. W 4H rozwijasz swoją tożsamość, poczucie własnej wartości oraz przynależności. Ważne jest to dla zdrowia fizycznego i psychicznego. Łatwiej jest być aktywnym fizycznie w grupie niż samemu. Dzięki 4H uczysz się wiele o naturze, rolnictwie, pracy w organizacji oraz demokracji.

Mottem 4H jest:

**«nauka przez
aktywność»**



Projekt 4H!

Każdego roku członkowie 4H wykonują projekt, samodzielnie lub wspólnie z innymi osobami z klubu 4H. Sami wybierają temat projektu. Projekty dzielone są na kategorie: natura, kultura, społeczeństwo i zdrowie. Członkowie 4H wiele się uczą pracując przy tych projektach. Większość osób w 4H w czasie trwania projektu ma swojego doradcę, który udziela porad i wskazówek.

Zdjęcie: 4H Sogn og Fjordane



Dołącz i miej swój wkład, poznaj nowych ludzi!

4H jest prowadzone głównie przez wolontariuszy. Są to rodzice i inni dorośli, którzy działają nie otrzymując wynagrodzenia. Wkład wolontariuszy polega na przygotowaniu dobrej oferty zajęć i dbaniu o to, aby 4H było przyjaznym miejscem. W klubie 4H jest wiele zadań do wykonania, takich jak, m.in. : prowadzenie auta, przygotowywanie jedzenia i bycie dorosłym pomocnikiem. Ta dobrowolna praca na rzecz klubu nazywana jest „czynem społecznym”, po norwesku „dugnad”. Czyn społeczny dostarcza wielu pozytywnych przeżyć, wnosisz coś do społeczności. Twój wysiłek będzie doceniony!





Bezpiecznie i dobrze!

Wszystkie kluby 4H zobowiązane są do zapewnienia dzieciom i młodzieży dobrej i bezpiecznej oferty. Mamy jasne zasady i pracujemy aktywnie nad tym, by włączyć wszystkich. Jeśli chcesz być doradcą klubowym lub liderem dla dzieci i młodzieży, musisz dostarczyć ważne zaświadczenie z policji. Rodzice i opiekunowie również mogą angażować się w 4H albo udzielać się jako doradcy lub pomocnicy.



Ile to kosztuje?

Kluby pracują nad tym, żeby koszty członkostwa były jak najniższe.
Składka członkowska.

Wszyscy muszą opłacać składkę członkowską, żeby być członkiem i korzystać z zajęć 4H, ale zapraszamy serdecznie do wypróbowania naszych zajęć zanim staniesz się członkiem.

Inne koszty

Jeśli ktoś chce wziąć udział w kursie lub obozie, musi współdzielić koszty sprzętu, podróży, instruktorów itd.
Co roku członkowie 4H otrzymują propozycję uczestnictwa w różnych obozach. Są to obozy: aspiranta, wojewódzki, krajowy i nordycki. Osoby, które doświadczyły życia obozowego w 4H, chętnie jeżdżą na obozy rok po roku.



Zdjęcie: 4H Sogn og Fjordane



Sprzęt i odzież

W przypadku większości zajęć nie jest potrzebny żaden specjalistyczny sprzęt. Dobrą radą jest, żeby ubiór był dostosowany do rodzaju aktywności. Do pieczenia potrzebny jest fartuch, na wycieczki przydadzą się buty i odzież chroniące przed deszczem i wiatrem. Niezależnie od rodzaju aktywności dobrze jest mieć długie spodnie i nakrycie głowy.



Zdjęcie: Øystein Julien



Zdjęcie: Geir Aardalsbakke



Zdjęcie: 4H Sogn og Fjordane

Celem 4H jest rozwój aktywnej i zaangażowanej społecznie młodzieży, która ma poczucie odpowiedzialności i szacunku dla przyrody i ludzi.

Cel 4H wyrażony jest przez przysięgę 4H:

«Przysięgamy pracować na to, by stać się młodzieżą z czystą głową, ciepłym sercem, zręcznymi rękoma i dobrym zdrowiem.»



Chcesz dołączyć do 4H? Skontaktuj się z nami!

Twoim lokalnym klubem 4H jest:

.....

Osoba do kontaktu:

.....

Numer telefonu / adres e-mail:

.....

