



# 4H Have Kom godt i gang

Drejebog til  
opstart af 4H  
fælleshaver.





# Kom godt i gang

Dette er en drejebog til dig der gerne vil være frivillig i en 4H fælleshave

## Kom godt i gang

Mange har lyst til at skabe en have fuld af leg og læring. Hvad skal der egentlig til for at få startet en 4H fælleshave i dit lokalområde eller i din 4H klub? I dette hæfte finder du alle de oplysninger der er nødvendige for at komme godt i gang med at skabe en 4H have.

## Vi hjælper gerne

4H hjælper dig godt i gang - bakket op af økonomisk støtte fra Nordea-fonden og Friluftsrådet.

Vi kan hjælpe dig med:

- Sparring omkring opstart af en 4H Fælleshave.
- Hjælp til at finde samarbejdspartnere.
- Økonomisk støtte til fx udekøkken, skur, redskaber og jord

## Hvad er en 4H fælleshave?

4H fælleshaver skaber gode rammer for læring i naturen til gavn for børn, unge og deres forældre. En fælleshave er samlingspunktet for dyrkning, madlavning og nærvær. Der er lige nu mere end 30 4H haver rundt omkring i Danmark.

## Hvad står 4H for?

Måske har hele din familie været 4Here, og du er vokset op i organisationens ånd? Måske er det første gang at du læser om 4H? Derfor lige en kort opsummering af hvad 4H står for.

De fire H'er står for: Hånd, hoved, hjerte og helbred.

I 4H giver vi børn en uforglemmelig oplevelse med natur, dyr og mad.

4H er en landsdækkende organisation med cirka 70 klubber fordelt over hele landet. Vores klubber tilbyder aktiviteter, der skaber selvstændige, nysgerrige og ansvarlige børn og unge.

Vi laver mad sammen. Vi dyrker haver. Vi passer dyr. Og en masse andre ting. Altid har vi fokus på vores motto "learning by doing", og alle børn er velkommen i 4Hs unikke fællesskab.

Find os her:



4h.dk



# Bliv have-instruktør

Bag enhver 4H have står en række kernefrivillige

## Saml en gruppe frivillige

Bag enhver 4H fælleshave står én eller flere frivillige haveinstruktører.

Det er de frivillige der er motoren bag havens løbende aktiviteter. Det er en fordel at basere en have på en gruppe af 2-4 kernefrivillige, så der ikke er én der står med alle opgaver. Det kan samtidigt anbefales at gøre brug af mere løst tilknyttede frivillige til løsning af mindre og konkrete opgaver. Forældre til de deltagende børn vil ofte gerne give en hånd med at løse en konkret og afgrænset opgave, uden at de kan se sig selv i rollen som instruktør på ugebasis.

## Hvad forventes af de frivillige?

Haveinstruktøren forventes at deltage i haven en gang om ugen. Det er ikke nødvendigt at have stor viden inden for havedyrkning og natur. Basal viden og engagement rækker rigtig langt. 4H står klar med en række materialer med forslag til aktiviteter i haven som inspiration til instruktøren.

## Hvor finder vi de frivillige?

Det er vores erfaring at frivillige kan rekrutteres via: Den lokale 4H klub, forældre i daginstitutioner, skoler og SFO, relevante uddannelsesinstitutioner, Ældresagen, pensionist- og efterlønsklubber, landbrugsskoler og andre foreninger.

## Hvad får du som frivillig?

- Mulighed for at omgives af glade og stolte børn.
- Glæden ved at skabe indhold i andres liv.
- Mulighed for at deltage i kurser og frivilligarrangementer i 4H regi.
- Et unikt fællesskab med de andre 4Here
- Noget at skrive på CV'et





# Et godt sted?

Hvilke rammer er nødvendige for at starte en have?

## Hvad er et egnet sted til 4H fælleshaven?

Der findes mange forskellige fælleshaver, der er ikke to der er ens. Det er rammerne der definerer hvordan haven kan anlægges. Der findes midler i haveprojektet til at hjælpe jer med at etablere de elementer i haven som I mangler for at komme godt i gang. Tag en snak med din lokale konsulent om mulighederne for at realisere jeres projekt.

## Lokalt forankret

Vores erfaring er at haver etableret i samarbejde med andre aktører fra lokalområdet har større chance for at blive en succes. Det skaber en forankring i lokalområdet. Haver kan eksempelvis etableres i et samarbejde med: landmanden, biblioteket, museet, skolen, boligselskabet, borgerforeningen, besøgslandbruget, landbrugsskoler, kulturhuse eller kommunen.

## Hvordan ser en 4H fælleshave ud?

Der er lige så mange løsninger som der er 4H fælleshaver. Nogle fælleshaver er anlagt som højbede på asfalt, imens andre er anlagt på et hjørne af landmandens mark og

endnu andre er anlagt i et stykke græsplæne. Det ene er ikke mere rigtigt end det andet og mulighederne er mange.

## Nødvendige rammer

Der er visse rammer der helst skal være tilstede for at kunne starte en 4H fælleshave.

### *Bør være tilstede:*

- Dyrkningsbede/jord
- Adgang til vand
- Adgang til et toilet
- Opbevaringsplads til redskaber

### *Er godt at have adgang til:*

- Bord-bænkesæt
- Bålsted eller bålfad
- Mulighed for at gå i tørvej



# Bliv set

Der findes en række forskellige metoder til at skabe opmærksomhed om haven, og dermed tiltrække flere deltagere og frivillige.

For at sikre deltagere og frivillige til haven er det nødvendigt at gøre opmærksom på at haven findes.

## **Skilte og beachflag**

Marker haven med et skilt, så kan alle der kommer forbi, se at her ligger en 4H have. Få et beachflag med 4H logo, som kan sættes op når der er aktiviteter i haven og tages med hvis I laver aktiviteter andre steder. Der findes også 4H flag der kan hejses når der er aktiviteter i haven.

## **Facebook**

På facebook er det enkelt at oprette en side, der kan fortælle i ord og billeder om hvad der sker i haven. Derved kan I både få nye medlemmer og sikre at eksisterende medlemmer bliver mindet om de aktiviteter der er i haven. Samtidig kan I følge 4H fælleshavernes facebookside. Der kan I finde inspiration og netværke med andre der er frivillige i 4H haver.

## **Løbesedler**

Inden sæsonopstart kan det være en fordel at lave en lille plakat og hænge denne op i lokalområdet. Butikker og biblioteker har ofte en opslagstavle, ligesom skoler og børnehaver ofte giver lov til at hænge sådanne opslag op.

## **Pressemeddelelser**

Ved opstart og når I laver særlige arrangementer kan det være en god idé at sende en pressemeddelelse afsted til de lokale medier. Det er muligt at kontakte en konsulent for at få støtte til at udforme en pressemeddelelse.

## **Arrangementer**

Lav selv åben-have arrangementer hvor ikke-medlemmer kan deltage og dermed snuse til hvad haven har at byde på. Deltag i åbent landbrug, høstmarked eller lignende arrangementer for på denne måde at møde potentielle nye medlemmer. I kan få foldere tilsendt om 4H inden arrangementet ved at kontakte en af konsulenterne.



# Havetyper

Vi har en række forskellige havetyper i 4H. Der er forskelle fra klub til klub, men her beskrives de overordnede typer

## **4H haver**

i 4H har børn og unge altid dyrket haver. Traditionelt har 4H haver været et hjørne af landmandens mark, der blev udlagt til haver for børn– siden er der opstået mange andre havetyper. Haven kan være opdelt i havelodder, passet af hvert barn. Børnene går til have en gang om ugen, som hvis de gik til fodbold eller spejder. Instruktøren planlægger og igangsætter aktiviteter i haven men børnene passer selv haverne. Nogle steder er der altid adgang til haven, andre steder er haven kun tilgængelig på de ugentlige mødedage.

## **Fælleshaver**

Fælleshaver er en betegnelse for de 4H haver der er oprettet indenfor det nuværende haveprojekt støttet af Nordeafonden. Fælleshaver kan være haver for børn, unge eller voksne, afhængig af det enkelte projekt.

## **Familiehaver**

Familiehaven er anderledes fra de almindelige 4H haver på den måde at børnene har deres familie med i haven. Barnet møder op sammen med mor, far, søskende eller en bedsteforælder. Instruktøren står på den måde mere som igangsætter af aktiviteter og mindre med ansvaret for det enkelte barn. Det er barnet sammen med familien der passer haven. I familiehaven er der plads til nærvær og familietid, hvor familien oplever sammen at have den kvalitetstid der måske ikke er tid til i en travl hverdag.



# Forskellige haver

## Haver i jord-højde

4H haver etableret på et stykke jord i kanten af landmandens mark eller på et stykke græs har eksisteret siden 4H havernes begyndelse. At dyrke på denne måde har den fordel at jordstykket kan pløjes eller fræses og dermed bliver det enkelt at starte på en frisk hvert forår. Havens areal kan let tilpasses antallet af deltagere. De enkelte børns egne haver kan let afsættes med en snor.



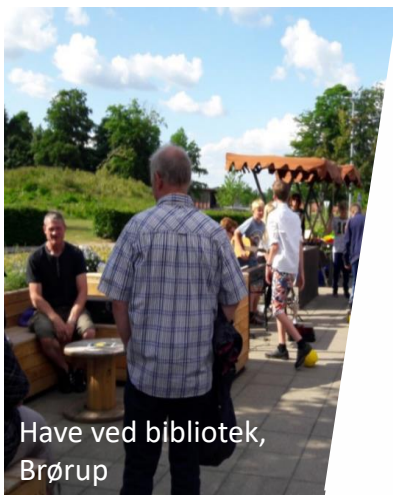
## Haver i højbede

Haver i højbede giver mulighed for at skabe haver på steder med fliser og asfalt. Højbede er et oplagt valg i byer. Med højbede kan en have hurtigt anlægges. Højbede giver begrænset dyrkningsvolumen og kræver mere vanding, men er lettere at holde fri for ukrudt. At kombinere højbede med bede i jordhøjde giver mulighed for at dyrke et større udvalg af afgrøder. Pladskrævende grøntsager som græskar og majs er svære at have i højbede.

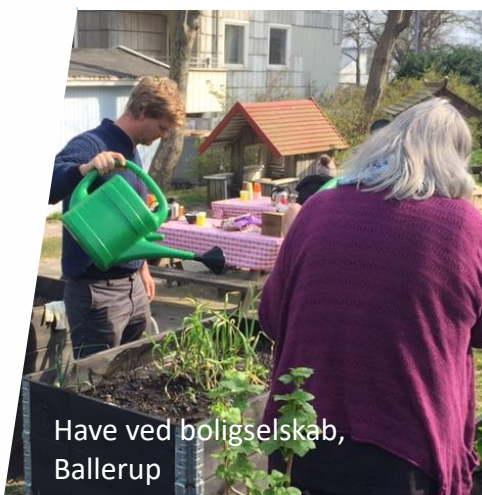


## Haver i samarbejde med...

4H haver kan laves i et samarbejde med det lokale museum, bibliotek eller boligselskab. Kun fantasien sætter grænser for hvilke aktører der kan være samarbejdspartnere om en 4H have. Vi oplever at 4H haver styrker fællesskabet lokalt og er med til at skabe et nyt mødested. Samtidig kan det være en styrke når ansatte og frivillige sammen er med til at løfte haveprojektet.



Have ved bibliotek, Brørup



Have ved boligselskab, Ballerup

# Årets planlægning

Årets gang i haven følger årstiderne. Her finder du vores bud på et haveår i 4H fælleshaven.

## Årets gang i haven

Hvordan haveåret planlægges er helt op til den enkelte haveinstruktør. Her på siden finder du vores bud på hvordan et år i 4H fælleshaven kan forløbe. Vi håber at det kan give et overblik over, hvordan et år i fælleshaven kan planlægges. Haveåret starter ofte i april og slutter i september/oktober når afgrøderne er klar til høst.

## Bålmad, aktiviteter og lege

Fælles for alle årstider er at der ud over have dyrkning også laves mad over bål, arrangeres lege og aktiviteter i haven og naturen i og omkring haven. Det er vores erfaring at det er lettere at fastholde børn i haven, hvis der foregår andre aktiviteter end havearbejde til de ugentlige møder.

