

Dyrskue på Toftegården
Iværksætterseminar i Estland
4H børn blev Klar-Parat
Ny hjemmeside til 4H
Landsmøde i 4H



Tekst Henrik Olsson Dalum,
formand 4H, formand@4h.dk



Leder

Skøn 4H-sommer

Sommeren er over os, og utallige 4H aktiviteter bliver nu afholdt i hele landet. Denne tid på året er for mig det skønneste tidspunkt som foreningsmenneske. Det summer af glade børn og masser af gode 4H-aktiviteter. En af de ting jeg sætter stor pris på, er at komme til dyrskue. Og i år skal jeg heldigvis også rundt til en masse dyrskuer, og flere steder er jeg inviteret til at holde tale. Det er altid sjovt, men også en god lejlighed til at få fortalt om 4H til en stor gruppe mennesker. I 4H vil vi jo gerne have endnu flere medlemmer, og sommertiden er rigtig god i forhold til at 'sælge' vores forening til nye børn og forældre.

I sidste uge var jeg til åbningen af en ny 4H Fælleshave i Hobro, og her fik man et tydeligt indtryk af, at nogle af de ting vi kan i 4H, er meget populære blandt nutidens børnefamilier. Med Fælleshaverne skaber vi et fællesskab, og det at være en del af et fællesskab er helt grundlæggende for os mennesker i forhold til at føle os værdifulde. I 4H giver vi børn og unge det fællesskab, og vi gør det gennem praktiske og kreative opgaver, og det

er faktisk populært ved forældrene. Det at være praktisk aktiv er jo desværre ved at være en sjældenhed for børn og unge i den iPad-kultur, som er ved at erobre vores hverdag – men i 4H holder vi stærkt fast i, at der er stor værdi i at udføre praktisk arbejde sammen med andre. Vores 4H-haver er et godt eksempel. Her kan alle være med, lige meget om man ikke lige er verdensmester i at regne, skrive eller løbe hurtigt. Her lærer vi ved at udføre, som også er 4H's motto.

På vores Madskoler skabes der også et stærkt fællesskab, og hvis du endnu ikke er tilmeldt, så kig forbi www.madskoler.dk for at finde den nærmeste Madskole.

Rigtig god sommer til alle i 4H!

De bedste hilsener

Henrik Dalum

Henrik Dalum
Formand 4H



Denne gang kan du læse om:

Dyrskue på Toftegården 4 // Aktivitetsweekend i Alslev 4H 6

På ridelejr i 4H 8 // Iværksætterseminar i Estland 10

Rural youth europe - Juniorevent 16

4H børn blev Klar-Parat til dyrskue i Øst 18

Madskoleinstruktørmøde giver inspiration 19

40 år med 4H 22 // Ny hjemmeside til 4H 23 // Landslejr 2016 24

Landsmøde i 4H 25 // Kort nyt 28

4H for dig nr. 2, 2016. ISSN: 2445-737X

Udgiver 4H, Agro Food Park 15, 8200 Århus N,
tlf. 8740 5000 // **Redaktion** Ansvarshavende
Hanne Molbo Damm, hmd@seges.dk.

Redaktør Q-munikation, Claus Quiding,
claus@q-munikation.dk. Redaktionen forbeholder
sig ret til at forkorte og redigere de indsendte
artikler // **Layout** HELDINGgrafiker.dk, tlf. 2139 0689.



Toftegården i Albertslund
 dannede rammen om
 børnedyrskue den 8. maj.

Tekst Mette Buch Krarup, Konsulent 4H Øst

Foto Mette Buch Krarup og Marianne Fogtmann

Dyrskue på Toftegården

I strålende solskin mødte udstillere, frivillige og besøgende op til dyrskue på Toftegården. Dyrskuet blev afholdt af Toftegårdens 4H, Ejby-Glostrup 4H, 4H København og Viby 4H. Der var tilmeldt 40 børn med mange forskellige dyr og dommerne manglede ikke udfordringer, da der udover kaniner, hunde, marsvin og hamster også skulle bedøm-

mes geder, fritte, mælkesno, mus, rotter og zebrafinker.

4H konsulent Mette Buch Krarup, som er nyansat i 4H område Øst og hendes søn på 2 år tog en tur til Toftegården for at opleve dyrskuestemningen og se på de mange dyr.

*Dyrskuet åbnes af Susanne Storm Lind
 fra Albertslund kommune.*





Dyrskue på Toftegården

Der var en helt fantastisk stemning til Dyrskuet på Toftegården, som blev afholdt i strålende solskin. Når man som jeg bor i byen, bliver man virkelig mindet om, hvor skønt det er på landet. Jeg besøgte Dyrskuet med min søn på to år, og han var helt vild med at se på hestene og den store traktor.

Der var mange forskellige aktiviteter til Dyrskuet på Toftegården. Ved et bord i skyggen var der mulighed for at børnene kunne udfolde deres kreative evner med maling.

Man kunne virkelig se, at børnene var stolte over at vise deres dyr frem. Det var tydeligt, at mange havde glædet sig til det.

Der var også en masse at kigge på for de mindste børn. Jeg oplevede selv, at det var rigtig hyggeligt at gå rundt og snakke med mit barn om, hvad dyrene hedder, prøve at mærke deres pels og opleve duftene fra dyrene. Det var en ren sanseoplevelse.

Der var mange forskellige dyr på Dyrskuet blandt andet pony, kaniner, høns og får. Dyrskuet var interessant for børn i mange aldre.





Formand for Toftegårdens 4H
 Susanne Petersen



Formand for Toftegårdens 4H Susanne Petersen fortæller, at hun er godt tilfreds med arrangementet og beslutningen om, at flytte dyrskuet fra en Ridehal i Roskilde, hvor det har været afholdt i mange år, til Toftegården. Vi har mange faciliteter og vejret viste sig fra sin bedste side fortsætter Susanne, som

forventer at dyrskuet igen afholdes på Toftegården i maj 2017.

Dagens sluttede af med præmieoverrækkelse og navngivning af et tre uger gammelt føl, som nu lyder navnet Toftegårdens Ninja.

Dyrskue på Toftegården





23 børn deltog
 fra lørdag
 kl. 11.00 til
 søndag kl. 15.00
 hos vores heste-
 instruktør Randi
 i Vivede.

Tekst Mette Svendsen, Alslev 4H

Aktivitetsweekend i Alslev 4H

Vi startede med at indkvartere børnenes kaniner og ponyer, slå telte op på græsplænen, for så at spise medbragt madpakke. Da det var klaret var der forskellige aktiviteter at vælge mellem. Børnene kunne vælge:

- > **Bolchekogning**
- > **Lav dit eget lædertræktov**
- > **Lav kohorn/kohornhalskæde**
- > **Kaninhop**

Det hyggede vi os med resten af eftermiddagen. Til aftensmad blev der lavet snobrød, pølser og frugtsalat. Senere var der skumfiduser over bålet.

Søndag var der igen gang i alle aktiviteterne. Derudover lavede vi stafet med sækkevæddeløb, slalomløb, snørebåndsspising og parløb. Kaninerne hoppede, og vi så hvordan





kanininstruktør Diddé's hoppekanin kunne hoppe. Hestepigerne mønstrede ponyer og lavede hesteagility. Kalveholdet var på besøg hos kalveinstruktør Rasmus' forældre, og så den nu 10 år gamle ko, som Rasmus udstillede på Børn&Dyr, dengang den var kalv. Der blev spillet kongespil og rundbold og hygget på kryds og tværs af holdene.

Ved hvert måltid, var der en sød forælder der hjalp til, så vi kunne bruge krudtet på børnene. Vi havde selvfølgelig også fået leveret en stak kager, boller og snobrødsdej af forældre og bedsteforældre, til at forsøde weekenden med.

Aktivitetsweekend i Alslev 4H



Tekst Andrea Sommer Sørensen, Viborg 4H

På ridelejr i 4H



Lejren har været afholdt på efterskolen siden 2010, og det var dermed femte ridelejr i Svankjær. Vejret var med os, og som altid bød lejren på en masse spændende oplevelser i hestens tegn og fantastisk gæstfrihed fra skolens side. Som altid stod efterskoleeleverne for nogle af aktiviteterne og for at hjælpe de frivillige 4H'ere i køkkenet, så lejrdelegerne fik god mad. Andrea Sommer Sørensen har været med hvert år siden lejrens opståen i Svankjær, og er én af de 18 deltagere, som var med i år. Her fortæller hun om sin oplevelse på ridelejren:

Andreas historie

Jeg synes, at 4H ridelejr er helt vildt fedt, fordi man får en masse nye venner, og man lærer en masse om ridning og heste. Det meste af min ridning har jeg lært af Nina, som er en af ridelærerne på lejren, og som var elev på Svankjær Efterskole i to år. Hun lærte mig, hvordan jeg kunne ride "sammen" med hesten i stedet for "mod" den, og hvordan man forstår den. Vi har det super sjovt mellem ridetimerne: Der bliver fx åbnet i efterskolens idrætshal, hvor efterskoleeleverne finder på noget sjovt, som vi



Besøg af Snedsted Hestesynergi:
 Andrea Sommer Sørensen og hesten
 Dusty Dancer laver agility.



Mens vi venter på vores
 tur til at have ridetime:
 Her er det Stine Bommer
 (elev på Svankjær efterskole),
 Emma Mouritzen og Laura Frandsen,
 som får en snak om løst og fast.



I efterskolens gymnastiksal:
 Anders Jensen (elev
 på Svankjær efterskole)
 viser ridepigerne en
 opvarmningsdans.



Ida Bojesen og ponyen, som var venligst udlånt af Snedsted Hestesynergi.



Drömmör nyder opmærksomheden og råber: 4Håååååååååååå!

kan deltage i, f.eks. spring på airtracken eller dans og styrketræning (for at styrke ride-musklerne).

På tur i hestevogn

Hvert år laver vi også skumfiduser, pandeka-ger, snobrød eller popcorn over bål - og det er altid superhyggeligt selvom vejret ikke altid er helt godt. Jeg var med for femte gang i år, og jeg vil blive ved med at komme hvert år, for det er den bedste ridelejr! Jeg synes, man skal komme næste år, fordi det virkelig er en oplevelse, som man kan lære

vildt meget af. Man møder nye mennesker og nye heste, og der er altid gang i den. Hvert år laver vi nye aktiviteter: F.eks. var vi på tur i hestevogn et år og til åbent hus på Katrinelund hingstestation et andet år. I år fik vi besøg af Snedsted Hestesynergi, hvor vi lavede agility med hestene. Det var mega sjovt! Vi bor på efterskolen, hvor vi sover i et af skolens klasselokaler, og vi spiser sammen med eleverne i spisesalen. Der er altid lækker mad, så man får i hvert fald nok at spise. Så tag med - og oplev ridelejr med alle sanser: hånd, hoved, hjerte og helbred!

Fredag aften var der afprøvning af heste og ponyer – nogle red ude, andre i ridehallen:
 Her er det Sarah Foldager (lejrriidelærer) og Helle Bojesen (Lejrkoordinator og ansvarlig), der hjælper børnene i gang.



Vi tog et smut til havet ved Lyngby strand: Pigerne kravler i klitterne - vi fandt også et dødt marsvin!

Viborg 4H takker for en fantastisk ridelejr igen i år, og siger på gensyn i 2017!



Iværksætter-seminar i Estland

Seminaret med titlen *Active Rural Youth seminar*, foregik i Tõstamaa i det sydvestlige Estland. Danmark havde 4 deltagere og en teamleder med. På seminaret deltog 21 unge 4H'ere fra Estland, Norge, Danmark og Letland (som udover 4H'ere også havde repræsentanter fra Young Farmers Latvia).

Velkomst

Vi var fire danskere, som måtte rejse en dag før (den 18.), og derfor mødtes vi med de tre norske deltagere, samt en deltager fra Estland til lidt sightseeing i Tallinn. Efter at have samlet den sidste danske deltager op i lufthavnen d. 19., gik turen mod den sydvestlige del af Estland. Efter fire timers kørsel var vi fremme, og arrangørerne stod klar med åbne arme og dejlige smil. Alle var så småt begyndt at blive sultne efter den lange køretur, så det var blevet tid til estisk aftensmad, som var meget bedre end vi havde forventet. Resten af aftenen stod på

rundvisningen på herregården *Tõstamaa Manor*, som vi skulle have undervisning i - bygningerne bliver brugt til mange ting, både kostskole, museum og 4H-samlingssted. Efter rundvisningen stod den på en masse rystesammenlege. Under en af legene fik alle deltagerne sig et godt grin, fordi alle skulle ligge på en række på hinandens maver, hvorefter de en efter en skulle sige "ha-ha", og for at legen kunne 'vindes' måtte ingen begynde at grine, førend alle i rækken havde sagt "ha". Der gik ikke længe før alle deltagerne brød ud i latter, og selvfølgelig blev legen ikke vundet.



Rundvisning på Tõstamaa herregård ved Laura, som er studerende på skolen



Alle de danske deltagere samlet til et billede

Dag 1 med undervisning

Vi var lidt trætte efter den lange dag og aften, vi havde haft lørdag, men ikke desto mindre blev vi hurtigt fanget af undervisningen søndag morgen. Vores underviser var den kære Harald Lepisk, som selv er entreprenør og inspirationscoach. Han var utrolig god til at få alle med, og få alle til at føle sig motiverede og inspirerede. Søndagens undervisning indeholdt bl.a. lektioner i *hvad der kendetegner en god idé*, samt råd til hvordan man kan føre sine iværksætteridéer

ud i livet. Vi lærte, at når man får en idé, er det vigtigt, at man har en dybere mening og en historie bag. Harald bad os om at spørge os selv "Hvorfor?" hver gang vi får en ny idé. Noget, der desuden gjorde et stort indtryk, var da Harald sagde til os: "Saying YES opens doors to opportunities!," samt "Start today! - We are shaped by the actions we make and the steps we take". Det var meget motiverende, og man fik et boost af kreativ energi, som varede ved da man gik derfra.

Fællesbillede foran herregården





Estonsk aften med speciallavet brød

På rundtur i byen

I pausen fra undervisningen fik vi en guidet rundtur i byen. Det var dejligt at få et bedre billede af, hvor vi egentlig befandt os. Byen er lille, og det var spændende at se, at der på trods af dens størrelse, stadig er en restaurant, et supermarked og et kulturhus rummende sportshal og ungdomsklub. Om aftenen afholdt vi international aften. Det vil sige, at alle lande havde taget noget mad og drikke fra deres hjemland med, som de andre kunne smage. Aftenen startede med en introduktion, hvor hvert land samt deres organisation blev præsenteret. Herefter var der smagsprøver, og det var utrolig sjovt og interessant at se og smage, hvad der blev serveret - det var ikke alt, der var lige populært. Vores sild faldt ikke altid i god jord hos de andre, men det gjorde vores pålægschokolade til gengæld! Den internationale aften var en god aften, med godt humør, sang og dans - denne aften begyndte vi for alvor at blive rystet sammen.

Dag 2 med undervisning

Om mandagen d. 21. skulle vi begynde med at sidde sammen i grupper fra det samme land, fordi vi skulle forklare til de andre lande, hvad der går godt og ikke så godt i vores organisation, og også i andre organisationer i landet. Dette var en god øvelse og rigtig

spændende, fordi det ikke er alle lande, der har helt de samme problemstillinger. Det gik op for os, at et af de største problemer vi har i 4H Danmark, er manglen på udbredelse, og at folk mangler viden om, hvor vigtig vores organisation kan være for personlig udvikling og undervisning i dyrepasning, madlavning, natur, kreativitet, havearbejde, m.m.

Sidst på dagen skulle vi debattere for at forsøge at få finansieret vores projekt. Projektet kunne være hvad som helst, for eksempel en begivenhed eller et værktøj, som skal kunne hjælpe unge i Europa eller i vores organisationer, eller løse et problem for dem. Vi var fem grupper, og så var der tre runder. I første runde skulle vi fremlægge vores ide for de andre og en "Europakommissionsjury" (bestående af vores dygtige organisator Gerda Vares), dette måtte kun tage 3 minutter. I anden runde kunne hver gruppe stille spørgsmål til de andre grupper, som den tiltalte gruppe skulle svare på efter bedste evne. Hvert hold måtte stille fire spørgsmål, og man måtte kun svare en gang. I sidste runde skulle gruppen sælge sin idé ved hjælp af en opsummering på kun et minut.

Til sidst fik vi af vide af juryen, hvilken idé de ønskede at finansiere.



Estonsk kosteskaftleg

På spøgelsestur

Efter en lækker aftensmad havde vi estisk aften, hvor vi blev vist rundt i herregårdens kælder, som fungerer som historisk museum. Her var Estlands største samling af filmapparater og en udstilling af estisk historie, bla. fra sovjettiden. På rundturen blev der fortalt historier og myter om stedet. Det siges blandt andet at stedet er besøgt af Alexander, som var den sidste herremand på stedet, for mange år tilbage, og at Den Hvide Dame, som blev halshugget på en herremands befaling, går rundt på herregården og spøger. I forhallen i hovedbygningen står også et stort sølvspejl, hvor det siges,

at hvis man ved midnatstid stiller sig foran spejlet, kan se sine største ønsker og sin største frygt i spejlet - Det prøvede vi den sidste nat, men der skete ikke rigtig noget. Da vi var blevet vist rundt, fik vi estisk mad: Det var noget brød, der mindede om dansk rugbrød, men med tørrede bær i og med hvidløgssmør på. Den aften blev der afholdt forskellige estiske konkurrencer, og vi dansede estisk folkedans. Der blev grinet i lange baner og alle var med på det hele. Vi blev ved med at hygge os sammen til langt ud på natten, og vi lærte at sige sjove ord og vendinger på hinandens sprog.



Præsenter din ideer, som i et talkshow

Dag 3 med undervisning

Vi nåede til den tredje undervisningsdag, der gav os de sidste lærerige udfordringer, og selvfølgelig uforglemmelige minder. Vi skulle lære, hvordan man bliver en god mentor, der ligesom Harald, kan stille de rigtige spørgsmål til en nyopstartet eller potentiel iværksætter. Ved at stille de rigtige spørgsmål til *mentee protégé* ("klienten"), kan man hjælpe med at opnå klarhed omkring vedkommendes projekt, samt hjælpe dem til at søsætte idéen. For at komme ordentligt fra start, viste Harald os "GROW-modellen". GROW: Goal, Reality, Opportunities & Will. Med denne model lærte vi at bygge vores spørgsmål op, således at *mentee protégé* følgelig ville opnå klarhed og finde sin handlingsmetode gennem dialog med mentoren. Efter pausen havde Harald opsat et mini-filmstudie. Vi havde udarbejdet en case eller et projekt, som vi nu skulle forsvare i et interview. Harald fungerede som Tv-vært og præsenterede os en efter en. Optagelserne

fungerer som et værktøj til os deltagere, som vi kan bruge og se i fremtiden, når vi skal udarbejde idéer eller projekter.

Vi fik også fortalt en historie af Harald, der handlede om en mand kaldet Jia Jang. Essensen af historien var, at man kan blive immun over for afvisning, hvilket er en vigtig egenskab at have som iværksætter. "Turn fear into challenge"; I stedet for at give op, skal du vende din frygt til en udfordring og opnå sejr ved fuldførelsen af udfordringen.

Harald kunne selvfølgelig ikke sende os ud i verden, uden at have lært os "7 happy habits". Det er simple, men dog skøre hverdagsvaner, der ligesom andre sunde vaner, gør os glade. Smiler du fra hjertet, husker du at power-pose, føler du dine happiness-walks, taler, tænker og omgås du positivitet, samt elsker du hvad du laver, så er du allerede godt på vej mod et optimistisk ladet liv.



De danske deltagere ved gallaaftenen

Gallafest

Sådan endte den sidste time med Haralds bevingede ord - for bevingede følte vi os, da vi hoppede ind i bilerne og susede ned til stranden. Duften af havet og synet af en forrygende solnedgang, fyldte os med energi, så vi var klar til gallamiddagen som skulle foregå aftenen derpå. Alle så forrygende ud, og oppe i balsalen var der pyntet op med det gamle og fine stel, som var håndlavet på gården, maden blev serveret af tjenere, der havde iklædt sig husets gamle klæder og underholdningen bestod af en ung dreng, der spillede smukt på harmonika. Drengen blev efterfulgt af et kor, der sang nogle af landets gamle, traditionelle sange og folkesange, samt nyere estiske sange.

Denne aften modtog vi vores certifikater fra Europakommissionen, som bevis på, at vi nu kunne tage hjem og blive iværksættere, eller mentorer. Efter god mad, underholdning og takketaler, følte vi danskere at det var på tide med en rigtig "sving om" og det varede ikke ret længe, før alle stod ude på gulvet i færd med at danse folkedans, som en god afslutning på seminaret.

Onsdag den 23. stod på en hyggelig hjemrejse, trods udmattelsen, fra nogle indtryksrige og lærerige dage - og ikke mindst en hård afsked med nye fantastiske venner. Turen har ikke blot budt på undervisning i topklasse, men den har også skabt smukke minder og fantastiske kontakter på kryds og tværs af de fire forskellige lande.



Vi (Marie og Sussy) tog flyet fra Kastrup til Helsinki lufthavn.

Tekst Sussy Marie Zobbe Jensen

Rural youth europe - Juniorevent

Allerede i Kastrup lufthavn mødte vi to fra Norge som også skulle med til kurset. Vi splittede op igen, da vi ikke skulle med det samme fly. Da vi ankom i Helsinki lufthavn, stod der en person med et skilt, hvor der stod "Rural youth europe". Så skulle vi tage en bus til Turku. Da vi ankom til Turku blev vi hentet med bil og kørt til Sinappi, hvor vi skulle bo. Vi mødte de andre, og vi lavede nogle "icebreaking games". Vi fik vores "roommate" tildelt og vores hemmelige ven, som vi skulle have en gave med hjemme fra til. Vi skulle også skrive en lille note til personen hver dag. Jeg boede med en fra Østrig og Marie boede med en fra Sverige.

Fredag

Den første lektion var, hvor vi skulle skrive ned, hvad vi forventede at få ud af kurset. Hvad vi håbede at opnå, og hvad vi ville gøre for at opnå det. Efter det havde vi noget teambuilding. Vi skulle også prøve at spille en anden person og så sætte os ind i personens hverdag. Så lavede vi noget research, og vi skulle lave nogle definitioner på: "Gender, gender equality, homophobia og sex". Efter det, havde vi noget refleksion og lidt tid til selv at tænke over, hvordan dagen havde været. Så var der aftensmad, og efter det skulle vi se film. Da vi havde set filmen skulle vi svare på nogle spørgsmål,



og så var vi færdige for i dag. Vi sad oppe fra 22.00 til ca. 03.00 og spillede kort og snakkede.

Lørdag

Vi debatterede meget. Vi fandt nogle problemstillinger, som vi arbejdede med i grupper om at løse. Vi gjorde os nogle mål omkring livet, hvad vi ville opnå, og om det var realistisk. Efter det skulle vi lave en tidslinje over vores eget liv, hvad vi tror, der har gjort os til den vi er. Så havde vi tid til at reflektere over de ting, vi skulle lave i dag, og så var der aftensmad. I baghaven havde vi en sø. Så vi gik i sauna og hoppede i søen og så tilbage i saunaen og så i søen. Det skal lige siges, at vandet kun var ca. 1°. Efter det sad vi også oppe fra kl. 21.00 til 02.00 og spillede kort og snakkede.

Søndag

Den første lektion var omkring at være en kvinde i et "mande-job". En af ledernes søster som er en automekaniker kom, og fortalte hvordan det var at arbejde i et "mande-job". Vi havde meget omkring menneskers rettigheder. Og så skrev vi også et brev til os selv, som vi får tilsendt om et års

tid. Så havde vi sidste aften sammen. Det var så sjovt. Lederne lavede alt muligt sjovt, og vi hyggede os rigtig meget. Vi skulle også finde ud af, hvem der havde os som hemmelig ven. Man fik bind for øjnene, og så skulle man mærke på personen, og gætte hvem det var. Det var så sjovt. Vi skulle hjem af kl. 04.00, så vi besluttede os for at lave en døgner.

Mandag

Vi tog to taxier fra Sinappi til Turku. I Turku var vi lige et smut på MacD, vi skulle jo have morgenmad XD. Fra Turku tog vi en bus til Helsinki, og så var det ellers bare med flyet hjem. Det har alt i alt været en fantastisk fed oplevelse, og hvis jeg får chancen, vil jeg 100% gøre det igen. Man har fået venner, som man aldrig havde regnet med, og hygget sig sindssygt meget. Og oven i alt det hyggelige og sjove har man også lært en hel masse og udviklet sig meget! Først troede jeg, at det ville blive en udfordring at al kommunikation skulle foregå på engelsk, men det var det overhovedet ikke. Vi hyggede os og havde det super sjovt. Helt sikkert en tur, jeg vil anbefale for andre, hvis de får chancen.



For 3. år i træk afholdt
4H område Øst
Klar-parat-dyrskue
dag en lørdag i april på
Teestrup 4H gård.

Tekst og foto Dorte Kimer

4H børn blev Klar-Parat til dyrskue i Øst

Børn, forældre og instruktører mødes og lærer af og med hinanden i forhold til at skulle udstille sit kæledyr på et børnedyrskue. Her bliver bedømmelsesregler, præsentationer, tips og tricks bundet sammen med hygge og sammenhold, der betyder, at deltagerne allerede kender hinanden godt, når de mødes på et af vores dyrskuer senere på sommeren.

Allerede fredag aften mødtes 50 børn og frivillige til hygge og overnatning. Efter indkvartering i telte og klubhus var der aftensmad og sammenrystningslege inden alle samledes omkring bålet.

Kl. 9.00 næste morgen – efter en lidt kold nat – mødte endnu 65 børn, voksne og instruktører frem på Teestrup 4H gård. Deltagerne blev inddelt i grupper efter hvilket dyr de ville lære mere om. Kalvebørnene var en tur på kvæggård, hestebørnene lærte om foder, sygdomme, seletøj og fremvisning af hesten, kaninbørnene øvede en masse almen viden om kaniner og hyggede sig med kaninhop og hundebørnene kastede sig ud i hundeaquity og fik besøg af en førerhund.

Klar-parat-dyrskue vender stærkt tilbage igen i 2017.





Det er en lun
sommerdag
i København.

Tekst og foto Emilie Stenderup-Jensen, Studentermedhjælper L&F

Madskoleinstruktørmøde giver inspiration

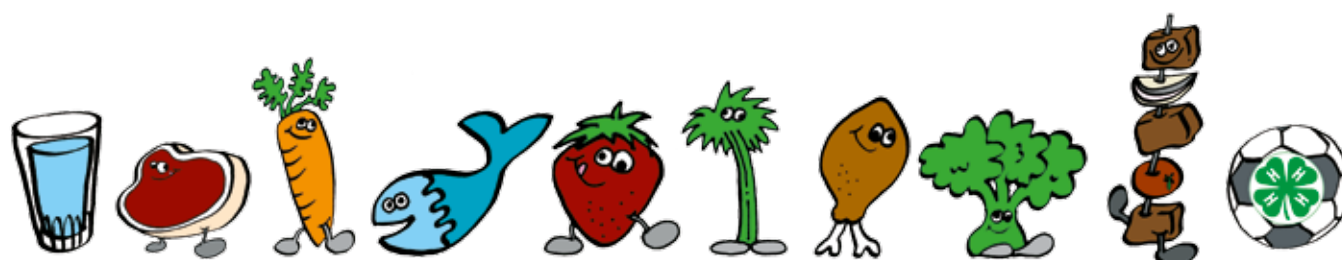
Søndagssolen skinner og langsomt fyldes lokalerne på Axelborg op med forventningsfulde og glade frivillige instruktører. Det er tid til dette års Madskoleinstruktørmøde i København.

Madspild på dagsordenen

Et af årets temaer på Madskoler er 'madspild'. Derfor skal de frivillige Madskoleinstruktører finde kreativiteten frem og i fællesskab finde på 'nye retter' som kan laves ud fra madrester. Der er fart over feltet, og instruktørerne finder blandt andet på retter som "swag-wrap", hvor køleskabets grøntsags rester kan bruges.

Dagen byder på en lang række aktiviteter for de frivillige instruktører, og de går til opgaverne med stort engagement og glæde. Blandt andet er 'De officielle kostråd' på dagens program. Instruktørerne prøver kræfter med, hvordan man med rugbrød og havregryn kan undervise børn i alderen 8-12 år om et af kostrådene – nemlig at spise fuldkornsprodukter.

Den fysiske aktivitet er også en del af Madskolerne og her udforsker årets frivillige instruktører forskellige lege og spil, som de kan bruge på deres Madskoler i løbet af sommeren.



MADSKOLER



Forventningens glæde

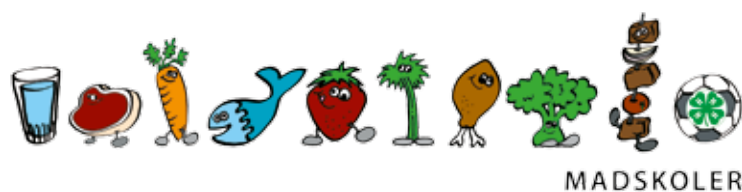
"Jeg glæder mig til at give børnene en madoplevelse, og forhåbentlig tager de mine fif med hjem i familiens køkken". Sådan lyder det fra Per på 67 år, som er pensionist og én af dette års fantastiske frivillige instruktører. I lokalerne på Axelborg summer der en forventningsglæde og nysgerrighed, om hvad man som ny frivillig instruktør

kan forvente sig. En ting er alle instruktører enige om. Madskoler handler om at give madglæde videre og gøre en forskel for børnene.

"Vi var også instruktører sidste år, og skal være det igen i år. Vi giver børnene en masse, men børnene giver os dobbelt igen. Det er fantastisk," siger Theresia og Jakob, 2. års frivillige Madskoleinstruktører.

Madskoler har ingen alder

En af de skønne ting ved Madskoler er, at de frivillige Madskoleinstruktører er vidt forskellige. Alt fra studerende, til bedsteforældre, og til mennesker som brænder for det frivillige arbejde med børn. De studerende fortæller om glæden og muligheden





for at koble teoretisk viden sammen med praktisk erfaring. Pensionisterne ønsker at viderebringe erfaringer samt tips og tricks, og andre finder inspiration til madlavning og fysisk aktivitet i Madskolerne, som de tager med hjem til familien. "Jeg ser frem til at have ansvar og organisere en Madskole. Jeg studerer selv 'ernæring og sundhed', så det bliver rigtig givende at kunne koble mit studie sammen med noget praktisk – som Madskoler," fortæller Line, 22 år, studerende.

Vi, på Madskoler, siger tak og på gensyn efter en skøn weekend med Madskoleinstruktørmøder - i Kolding og København. Vi håber, at alle årets fantastiske frivillige instruktører får en dejlig oplevelse på Madskolerne.





FAKTA

Birthe Jensen

Tidl. 4H konsulent område Nord

Modtager af Dronningens Fortjenstmedalje

Bor i Havndal og gift med Ib

Har tre sønner Peter, Søren og Niels

Har fire børnebørn

Ansæt i 4H i 1975

Gik på Efterløn 1.1.2016.

Tekst Claus Quiding

Foto LandbrugNord

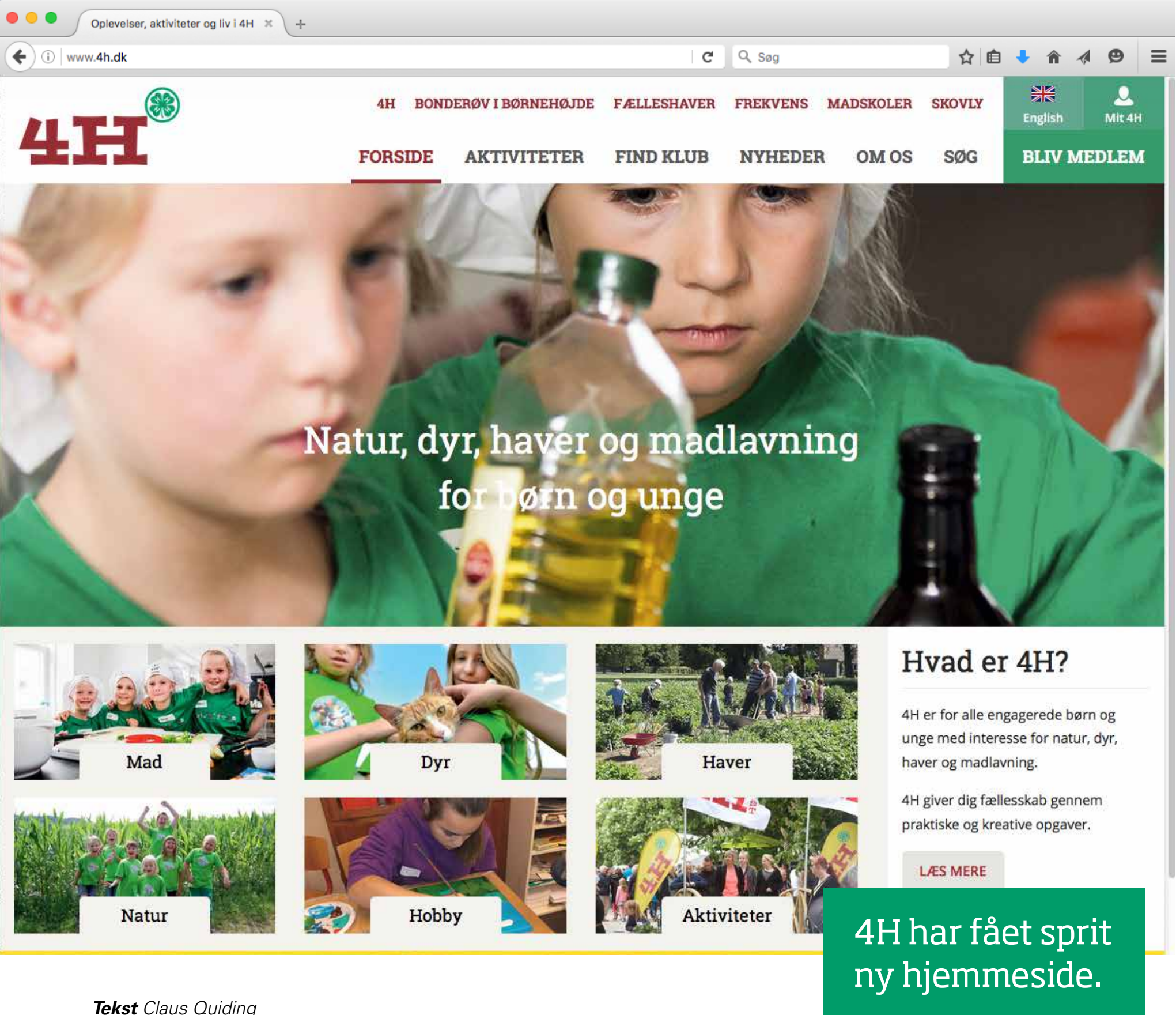
Birthe fik Dronningens fortjenstmedalje

Birthe Jensen, 4H-konsulent i Område Nord, gik på efterløn 1. januar 2016 efter 40 år i 4H.

– Jeg har på mange områder haft et fantastisk arbejdsliv, det har været en stor helhed og et fleksibelt arbejdsliv, hvor jeg er kommet meget rundt, og det passer mig godt, fortæller Birthe Jensen.

Når man har arbejdet 40 år på samme arbejdsplads, så har man gjort sig fortjent til at

modtage Dronningens Fortjenstmedalje, og det har Birthe jo. Til NF Plus' generalforsamling fik Birthe overrakt medaljen. – Det var meget højtideligt, og det har betydet meget for mig at modtage Dronningens Fortjenstmedalje. Jeg er nemlig meget kongetro. Jeg er da beæret over det, da det kun er meget få i landbruget, som har fået den, fortæller Birthe Jensen.



Tekst Claus Quiding

Ny hjemmeside til 4H

Den finder du på 4h.dk

Samtidig har projekterne Bonderøv i Børnehøjde, 4H Frekvens og Fælleshaver i byen 4H haver for alle også fået deres egne hjemmesider. Smut en tur forbi 4h.dk og tjek det ud. Det er også her du kan få en oversigt over alle de 4H aktiviteter der er i gang, og

du kan tilmelde i dig kurser og Landsmøder via Medlems log in.

På den ny hjemmeside bliver der automatisk vist facebook-opslag og Instagramopslag om 4H, så hver gang du lægger noget på din egen Instagram, og bruger #4hdk, så kommer det på hjemmesiden.

4H



4H LANDS LEJR 2016 29.-31. juli



– En lejr for både børn, unge og voksne 4H'ere



STED

Klubhuset hos Vejrup-Gørding 4H
Gl. Hovedvej 6B · Vejrup · 6740 Bramming

PRIS

Deltagere under 15 år: 50 kr.
Deltagere fra 15 år og op: 100 kr.

TILMELDING

Via 4H.dk med medlemslogin senest den 15. juli 2016

PROGRAM

Fredag den 29. juli

- 16.00-19.00 Ankomst
- 18.00-19.00 Aftensmad + velkomst
- 20.00-21.00 Ryste sammen lege
- 23.00 Ro i lejren

Lørdag den 30. juli

- 08.00-09.00 Morgenmad
- 09.15-11.00 Aktiviteter
 - Vælg en
 - > 1. Stjerneløb
 - > 1. Living library
 - Mød formanden/Ledelsen
 - Workshop
 - Fastholdelse af de unge
 - Kurser
 - > Fodbold + Volleyball
- 11.15-11.30 Kaffepause
- 11.30-13.00 Aktivitet
 - > 1 Familie vs unge aktivitet
 - > 2 Lav din egen poncho
 - > 3 Hobbyaktiviteter

13.00-14.00 Frokost

- 14.15-16.00 Aktiviteter
 - > Discovery time
 - Byg et shelter
 - Team building
 - Strikning
 - Lav din egen workshop
 - > Afslapning

16.00-16.30 Kaffe pause

- 16.30-18.00 Aktiviteter
 - > Hent-selv lagkage

18.00-19.00 Aftensmad

- 19.00-23.00 Aktiviteter
 - > Bål med lejrssange
 - > Natløb (for de mindste)

23.00

Nat

Ro i lejren

Natløb (Frekvens)

Søndag den 31. juli

- 09.00-10.00 Morgenmad
- 10.00-12.00 Oprydning
- 12.00-13.00 Frokost
- 13.00 Tak for i år



4H



4H's Landsmøde blev holdt lørdag den 30. april på Dalum Landbrugsskole.

4H bestyrelsen 2016.

Tekst Claus Quiding
Foto Ninna Staugaard

Landsmøde i 4H

På dagsordenen var der i år valg til formand og landsledelse, og et par andre spændende punkter.

Da Henrik Dalum var eneste kandidat til formandsposten, så var det ikke så overraskende at Henrik blev genvalgt som formand for 4H.

- Det har været to utrolig spændende år, og jeg har masser af krudt og energi i mig endnu i forhold til at gøre 4H endnu bedre end i dag. Derfor stillede jeg op igen. Et af de områder vi sagtens kan arbejde mere med, er markedsføringen af 4H. Vi er stadig for

ukendte, og det er uheldigt, da vi har brug for både flere medlemmer og frivillige ledere. Og set i lyset af at vi i 4H tilbyder børn og unge de mest trendy aktiviteter, som dyrkning af fødevarer, madlavning, kendskab til dyr og læring i naturen, så burde mange flere børn og unge i Danmark være en del af 4H, fortæller Henrik Dalum.

Regnskab i plus 600.000 kr.

Efter at 4H i de seneste to år har præsenteret store underskud, er udviklingen heldigvis vendt. - For to år siden satte vi en



meget fokuseret proces i gang i forhold til at få vendt vores økonomiske udfordringer. Det har desværre betydet, at vi har måtte sige farvel til nogle af vores konsulenter og omorganisere nogle arbejdsopgaver. Men resultatet taler nu sit tydelige sprog, og vores strategi ser ud til at have virket. Det giver en helt anden ro i organisationen, når vi kan præsentere et positivt regnskab på 600.000 kr. i stedet for at have mørke skyer hængende over hovedet hele tiden, siger Henrik Dalum.

Tre markante projekter

På Landsmødet fik deltagerne også en status på, hvordan det går med 4H's to store landsdækkende projekter, Madskoler og Fælleshaver i byen, og så blev 4H's helt nye koncept Bonderøv i børnehøjde præsenteret. Her viste de projektets helt nye E-bog om koens liv.





Et af de punkter, der skulle tages stilling til, var Landsledelsens forslag om, at der fra 2017 i klubberne fastsættes et fast medlemsskontingent på 200 kr. for medlemmerne. Herudover kan klubberne opkræve delta-gebyr for deltagelse i særlige aktiviteter. Forslaget var en konsekvens af et ændret regelsæt fra Dansk Ungdoms Fællesråd (DUF), og blev vedtaget.

Der skulle vælges tre medlemmer til landsledelsen: Frederik Kaae Kirk, Ninna Bojesen og Nicolai Olsen blev alle valgt for en

to-årig periode. Landsledelsen består i det kommende år herudover af Maiken Hansen, René Mejer Lauridsen, næstformand Hans Kr. Madsen og formand Henrik Dalum.

Næste år afholdes landsmødet den 25. marts, så sæt kryds i kalenderen allerede nu!



Kort nyt **4H**



Team Europa Rally

Det danske team til European Rally er sat,
og holder møde den 9. juni 2016.

Tag med til Ungdomsugen

Ungdomsugen er klar til at modtage
tilmeldinger fra de danske 4H'ere



– En lejr for både børn, unge og voksne 4H'ere

HUSK 4H Landslejr 2016

Tilmelding til Landslejr er senest 29. juni 2016



E-bog om mælkens vej er klar

E-læringsbogen "Mælkevejen" som 4H har lavet i projektet
Bonderøv i Børnehøjde er nu færdig og klar til brug.

- Mælkevejen med lærervejledning klar på linket.

<https://indd.adobe.com/view/a3cad1dc-b8c1-46d3-9b27-ab453925e4d9>

Mælkevejen kan bruges om man kommer ud på en gård eller
"bare" må nøjes med at lære om mælken hjemme på skolen.

Materialet er lavet som et fælles skole-virksomhedssamarbejde
til alle elever fra 4. - 6. klasse.

