



## Arrangementer i 4H 2022

26. marts	Landsmøde i Danmarks 4H
27. marts	Åbent hus
17., 18. og 19. juni	Dyrskue i Odense
11. og 13. juli	Kok Amok
4. august	4H for en dag
18. september	Åbent landbrug
22. september	Høstfest
26. oktober	Generalforsamling
27. november	Juleværksted

## Priser 2022

Kontingent 4H	200 kr. pr. år
Legestue	65 kr. per måned
Dyrepasning	65 kr. per måned
Madlavning	25 kr. per gang
Kok Amok	300 kr.

Alle hold med undtagelse af Madlavning, har 3 gratis prøve gange, så man kan få indtryk af holdet ind man tilmelder sig.

## Her finder du os

- Vores 4H gård på Hundstrupvej 7, 5771 Stenstrup, her foregår alle vores ugentlige- og sommeraktiviteter.
- [www.4h.dk/find-klub/klubber/aktivitetsgårdens-4h](http://www.4h.dk/find-klub/klubber/aktivitetsgårdens-4h)
- På facebook har vi siden "4H Aktivitetsgården Stenstrup".

## Hvad er 4H?

4H er en landsdækkende organisation med cirka 70 klubber fordelt ud over 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.

### Det står 4H for

- En flittig Hånd** I 4H tror vi på, at børn og unge lærer bedre ved at arbejde konkret og praktisk.
- Et kvikt Hoved** I 4H lærer vi hele livet og gennem alle sanser ved at gøre læring til leg og leg til læring.
- Et varmt Hjerte** 4H's aktiviteter er lokalt og nært forankrede. En aktivitet afhænger af og bestemmes af de børn, unge og voksne, der deltager i aktiviteten.
- Et godt Helbred** I 4H mener vi, at et aktivt liv og gode kostvaner giver et sundt liv.



**4H**  
natur · dyr · mad

## Aktivitetsgårdens 4H 2022/2023



Høstfestkonkurrence 2022:  
dyrk den største rødbede

**4H**  
www.4h.dk

**4H**



## Dyrepasning

Onsdage og torsdage kl. 15:00-17:00 (2 hold)  
Alder: 0. kl. og op

Vil du være med til at passe alle dyrene på vores 4H gård? Vi har kaniner, marsvin, høns, ænder og får, og en af kaninerne vil du få ansvaret for at passe og pleje om ons- eller torsdagen. Du kan være med til at følge dyrene fra fødslen til vi skal tage afsked med dem. Om sommeren har vi gang i vores køkkenhaver, hvor du dyrker dine egne planter og får dem med hjem til høst.

Instruktører:  
Onsdag: Mette Hempel 30 48 48 73  
Torsdag: Anne Marie Jørgensen. 51 41 84 28

## Legestue

Tirsdage 9:30-11:30  
Alder: 0 år til 0. kl

Passer du dine egne eller andres børn, og mangler du eller børnene selskab? Så kom og vær med i vores legestue. Hvad laver vi? Vi fodrer kaniner, marsvin, får, høns og ænder og vi leger og synger. Vi har det hyggeligt tirsdag formiddag, hvor tiden går hurtigt. I er altid velkommen til at kigge forbi.

Instruktør:  
Anne Marie Jørgensen 51 41 84 28

## Madlavning

Tirsdag d. 26. april. Kl. 15:00-17:00  
Alder: 8 år og op

Nyder du at lave mad, så kom og vær med. Vi skal over 6. Gange lave spændene retter og du skal være en del af det- snitte, hakke, rører i gryder, lave dej og andet, hvad der skal til, når man laver mad. Og til sidst spiser vi maden sammen. Der er selvfølgelig også tid til leg, se hønsene og måske hente urter i haven.

Instruktører:  
Lisbeth Larsen 27 61 09 53  
Lisbeth Hansen 20 37 18 72  
Sanne Christiansen 50 57 54 47



### Tilmeldingsblanket til 4H aktivitet

eller tilmeld på mail til [hamskovang@mail.tele.dk](mailto:hamskovang@mail.tele.dk)

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Aktivitet: \_\_\_\_\_

## Sommerferieaktiviteter

### Kok Amok

Dato og tid: 11. og 13. juli kl. 9:00 – 15:00  
Alder: 8 år og op Tilmelding: [www.4h.dk](http://www.4h.dk)

Er du glad for at lave mad og bage? Så kom og vær med i to dage, hvor vi går amok i køkkenet. Du lærer om maden på nye måder ved at lave spændende retter af vores egne frugter og grøntsager.

Instruktører:  
Lisbeth Larsen, Lisbeth Hansen, Sanne Christiansen, Anne Marie Jørgensen, Anne Pedersen og Line Sundberg

### 4H for en dag (gratis)

Dato og tid: 4. august kl. 10:00-14:30  
Alder: 6 år og op Tilmelding: 51 41 84 28

Hvis du er glad for dyr, så kan du opleve vores dyr for en dag. Vi har kaniner, marsvin, høns, ænder og får. Du lærer hvordan vi omgås dyrene og kan være med til at fodre dem. Når der er tid kan vi hjælpe dig med at give en kanin sele på og du kan gå tur med den. Vi sørger for sunde forfriskninger i løbet af dagen.

Instruktører:  
Ungeudvalget (Anne, Frederikke og Line)

