

Adventsleir 2020



Acta Rogaland

Hei på deg!

Har du gått opp på en fjelltopp? Kanskje du har gått til Preikestolen, Dalsnuten eller Himakånå. Det kan hende du syns det var tungt å gå i oppoverbakken, at spørsmålet: «Er det langt igjen?» dukket opp både en og to ganger. Jeg har noen tjuvtriks. Når jeg syns bakken blir lang, kan jeg begynne å synge sanger inni meg. Jeg finner først en sang på A, også synger jeg den. Så finner jeg en på B og synger den. Andre ganger teller jeg til 100. For hver gang jeg setter høyrefoten i bakken så blir tallet høyere 1-2-3... Noen ganger må jeg telle til 100 flere ganger før jeg når toppen. Andre ganger har jeg mulighet til å gå og snakke med de jeg går sammen med, da kan oppoverbakken gå som en lek.

Hva skjer når du kommer opp til Preikestolen? Jo, da er alle oppoverbakkene glemt. Du kan bare glede deg med nistepakken og utsikten.

Er det mulig å se på denne tiden som en oppoverbakke? Hva kan vi i så fall gjøre for at den ikke skal oppleves så lang? I dette heftet har vi laget noen forslag. Det er ikke meningen at du skal gjøre alt, bare det du har lyst til og som passer for deg og din familie. Her finner du ting du kan lage, ting du kan gjøre, spill og ikke minst historier. Det nærmer seg jul og feiring av at Jesus ble født. Det som er så kjekt er at Jesus ikke bare er på leir, men han er sammen med oss der vi er. Med «Julen i et nøtteskall» satt fram er det lettere å huske på hvorfor vi feirer jul.

Jeg sa at oppoverbakkene ofte gikk lettere visst jeg hadde noen å snakke med. I adventskalenderen kan du f.eks skrive: «Ringt til mormor». Jeg er sikker på at praten med mormor vil gjøre denne tiden lettere for både deg og henne.

Når du går i oppoverbakker på fjellet så bygger du muskler! Du blir sterkere i bena. Kanskje du lærer andre ting også som å kle deg riktig, ha rette sko, bli kjent med kart, smøre god nistepakke? Kanskje dere hjemme kan snakke sammen om hva dere kan lære i denne tiden? Hvilke «muskler» er det som blir sterkere nå?

Så må vi holde fokus på en ting: La oss fylle tiden med kjekke opplevelser mens vi venter på at alt skal bli normalt igjen. Denne tiden går over!

Snakkes på leir neste år!

Torunn Hansen

Julegavene!

Endelig! Nå var julaften her! Den dagen de hadde ventet på så lenge. Lise var yr av forventning, - det boblet inni henne. Men, det var et lite skår i gleden. Hun hadde ikke greid å skaffe noen penger å kjøpe julegaver for. Alt hun hadde spart, var brukt opp til bursdagspresangen til farmor, for bare tre dager siden. Farmor var blitt glad for gaven, men nå var det ingen penger igjen til alt det andre.

Joda, - hun hadde jo laget noen småting i håndarbeidstimene på skolen. Litt pynt og sånn. Det var en presang til hver. Men Lise syntes liksom ikke det var ordentlig nok. Ikke så fint som det Astrid holdt på med i alle fall. Lise visste nemlig at Astrid hadde vært flere ganger i butikken og kjøpt mye rart for sparepengene sine. Hun var så hemmelighetsfull, at!

Ja, ja. Julaften ble det nå uansett. Lise glemte det hele og var snart glad igjen. Hun sprang fram og tilbake og hjalp mamma med å dekke bordet. Så passet hun lillebror en stund. Hun fikk ham til og med til å sove litt. Og så var det farmor, da. Hun måtte ha litt hjelp til å finne fram finklærne, og lete etter de smykkene hun hadde gjemt så altfor godt. Lise hadde det travelt, og vips så var julekvelden kommet, og festen kunne begynne.

Det var først da de begynte opp julegavene, at Lise ble lei seg igjen. Hun så hvor glade alle ble for de fine tingene fra Astrid, og så var det bare noen filleting fra henne selv, syntes hun. Lise begynte å gråte.

«Næmmen Lise, da! Hva er det som er i veien?» Pappa stoppet med å dele ut presangene og tok Lise på fanget. Og så kom alt sammen, mellom tårene.

Mamma lo nesten litt, hun. «Og så du Lise som har gitt meg presanger i hele dag, og lillebror, og farmor». Lise så forbauset på mamma. «Du har jo sprunget rundt og hjulpet oss i hele dag. Det er like verdifullt som en presang, skjønner du vel! Dessuten var presangene som du har laget på skolen veldig fine, de også!».

Farmor nikket og smilte. Lillebror strakte armene mot Lise og sa: «da-da». Lise smilte til han. Nå boblet gleden fram i henne igjen. Hun skjønnte at det var mange måter å glede andre på. Dette ble en fin julekveld!

Spørsmål å snakke sammen om:

Hvorfor gir vi julegaver?

Hvordan kan vi glede hverandre?

Boka: "kom og hør", Beth Reistad, 1995

Linker til å lyse opp Adventstida

Her er forslag til sanger og videoer som kan være fine å se på. Ved å gå inn på www.acta.no/rogaland/2020/11/24/lys-opp-adventstiden/ vil du komme til en nettside der du kan klikke direkte på linkene istedenfor og skrive dem inn.

Den siste videoen er en låt som du kan gjøre bevegelser til, kanskje sammen med andre i familien.

Soul Children Channel er en ny kanal på youtube. Følg med på Soul Church (med sang og en andakt), intervjuer, musikkvideoer og mye annet spennende. [5.-7.kl.]

www.youtube.com/user/oslosoulchildren

Sang «Kongens by» om Jesusbarnet, Josef og Maria av Jarle Waldemar [2.-7. kl.]

www.youtube.com/watch?v=iZAmMq_cqsc

Sang «En stjerne klar» med enkel dramatisering fra stallen, av Twinkle Music [2.-4.kl.]

www.youtube.com/watch?v=kmzTNH3amzY

Sangen «Chosen» med Frøyland/Orstad Soul Children [5.-7.kl.]

<https://www.youtube.com/watch?v=DfhibKylU5Y8fbclid=IwAR1EH4APb8q2zEPSJFEAAmVhZxOvOwVTjFNpgfnN4X1dPVeGCcMnasLwl7Q8app=desktop>

Sangen «Aldri Alene» med Oslo Soul Children [2.-7.kl.]

<https://www.youtube.com/watch?v=KcXeDLFOFL0>

Gjør bevegelser og syng med i sangen «My God is so big» [2.-7.kl.]

www.youtube.com/watch?v=YUageJdwyPY

Lag stemning til juleverkstedet eller julebaksten

Vi har laget noen lister på Spotify som kan hjelpe deg til å komme i julestemning. Vi har også laget en liste med noen av sangene som har «gått igjen» på mange av leirene våre.

Adventstid i Acta Rogaland

På slutten av denne listen ligger også noen andre sanger som kan være verdt å lytte til.

<https://open.spotify.com/playlist/30zQ6UkVzpVW7Fg91UThOBo>

“Merry Christmas everyone” med Oslo Soul Children *(album)*

<https://open.spotify.com/album/2D9PxfvKdhqnlpUEEEoHY>

Leirlåt-liste Acta Rogaland (blanding av sanger fra 2.-4. - og 5.-7.klasseleir)

<https://open.spotify.com/playlist/OFg6g9VWgNH8yejnPbfDHY>

Kalender

I denne pakken har du fått med en uferdig adventskalender som du kan lage helt selv. Her er en beskrivelse på hvordan du kan gjøre det. Men du står selvfølgelig helt fritt til å gjøre det slik du selv vil. Du kan enten lage en kalender til deg eller noen andre du tror hadde synes det var kjekt.



Trinn 1.

Dekorer siden med firkanter (innersiden av kalenderen). Hver firkant pyntes med bilder, tegninger og fine ord. Du har også fått med et ark med forslag på ting du kan skrive inn eller som du kan klippe ut og lime inn i firkantene.

Trinn 2.

Dekorer forsiden med en tegning og tall. Her er det fantasien som gjelder. Men husk at det er 24 dager til julaften så det er det antallet luker som du har.



Trinn 3.

Sett det medfølgende dobbeltklebende tapen fast i kanten og mellom firkantene og fjern beskyttelseslaget.

Trinn 4.

Legg forsiden av kalenderen over på den innvendige siden. OBS: Husk å sjekke at begge sidene ligger korrekt, så firkantene passer sammen.



Gratulere du har nå en helt egen kalender du kan ha selv eller gi til noen du er glad i. Ta bilde av den og send inn til oss på leir.rogaland@normisjon.no får å være med i trekningen av en overraskelse i posten.



Lag mosekuler

Du trenger:

- Mose
- Avispapir
- Blomstertråd eller lignende
- Pynt fra i fjor, (eller 2015 😊!), kongler, nøtter etc som du har funnet i skogen, og som du kan pynte med.

Det er best å lage de ute, eventuelt i garasjen. Det gjør oppryddingsjobben mye enklere.

1: Gå på tur i skogen og finn mose. Best er det med større flak som vokser på steiner.



2: Lag «kuler/baller» av avispapir. Størrelse bestemmer du selv.

3: Klipp av 2-3 meter lang blomstertråd.



4: Legg et flak med mose på bordet. (det grønne ned) Legg papirkulen oppi, og brett mosen rundt.

5: Start med å ta tauen rundt kulen en gang, og fest den på undersiden av kulen. Fortsett med å surre rundt på samme måte som du om du skulle lage et garnnøste. (La det være litt igjen av den andre enden av tråden som du kan feste i til slutt). Prøv å lage kulen så rund som mulig. Om avispapiret stikker ut er det bare å lappe på med litt mose og fortsette og surre. Om du klarer å se tråden gjennom mosen gjør det ingen ting, dette kan eventuelt skjules med pynt etter på.



6: Legg kulen slik at knuten på tauen kommer underst. Pynt med det som du har lyst til!



Så er det bare å finne en fin plass å legge den, enten ved inngangsdøren eller utenfor vinduet ditt. De kan også legges inne, men husk at det kan være småkryp inni mosen 😊

Rocky Road

- 300 gram Melkesjokolade el. Kokesjokolade
- 1 poser Dumle, eller omtrent 200 g myk karamell
- 1 god håndfull Marshmallows, store eller små
- 1,5-2 dl Salte Peanøtter

Husk at det går an å dele oppskriften i to, hvis du vil lage en mindre porsjon.

Fremgangsmåte:

1. Del hver karamell i tre deler.
2. Del store marshmallows i seks deler eller bruk de små om du finner i butikken. Hvite eller flerfargede.
3. Bland sammen dette med peanøttene.
4. Lag et «vannbad» hvor du kan smelte melkesjokoladen. Vannbad lager man ved å koke opp vann, legger en dyp tallerken oppå kjelen og legger melkesjokoladen oppi denne. Sjokoladen smelter da langsomt av varmen. Fort gjort å brenne seg så spør gjerne en voksen om hjelp.
5. Bland smeltet sjokolade med de andre ingrediensene.
6. Hell massen over i bakepapirkledd firkanta form.
7. La massen stå en stund før du skjærer opp i biter.
8. Nyt! Og la andre få kjenne den gode smaken.

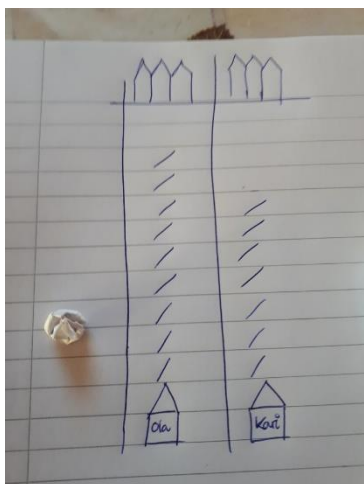


Spill: «Kappes til byen, og hjem igjen»

Dette er et spill som min mor lærte å spille når hun var rundt 7 år. (og hun er over 80 år nå!!) Det er lett å lære, men kan allikevel være veldig spennende! Det er også kjekt at du trenger bare **et ark og en blyant** så er det bare å sette i gang å spille. Lykke til!

Et spill som spilles med to deltakere, ingen aldersgrense (nesten.....)

Tegn opp «Byen, huset og veien imellom». Se bilde.



Dere bestemmer hvor lang veien skal være, altså hvor mange ruter. (På bildet her er det 11)

Riv av et hjørne på arket og krøll det sammen til en liten kule.

Spiller 1. som vi kaller Ola, starter med å ta kulen i den ene handen.

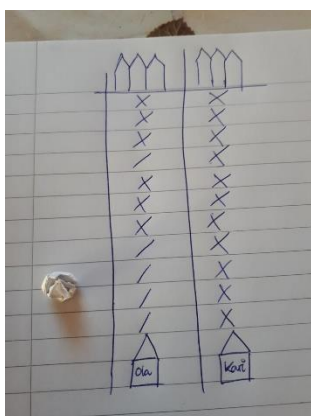
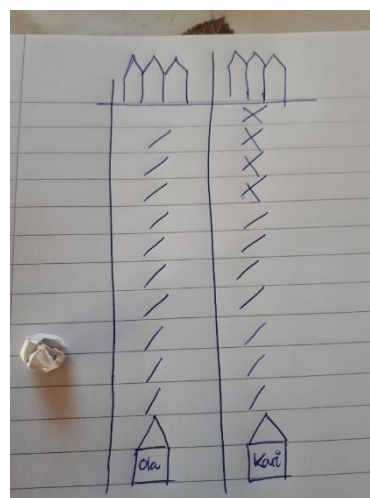
Tar begge hendene bak på ryggen og bestemmer seg for om han vil ha kulen i høyre eller venstre hånd.

Ola tar begge hendene frem, (knyttet) og Spiller 2. som vi kaller Kari må gjette hvilken hånd Ola har gjemt papirkulen i.

La oss si at Ola har lagt den i høyre hånd:

A: Kari tipper venstre: Ola har klart å lure Kari og får dermed en skråstrek mot byen.

B: Kari tipper høyre: Ola har ikke klart å lure henne, og det er Kari som får sette en skråstrek mot byen.



Slik går det frem og tilbake. Det settes alltid en skråstrek, enten på Ola eller Kari, alt etter som om en blir lurt eller klarer å lure den andre.

Den som kommer først til byen, og hjem igjen vinner!

Her er det Kari som vant 😊

Tegnekonkurranse

En tegner og andre gjetter ...

Dere trenger ark og blyant

Eksempelet her er med tre deltakere som vi kaller Ola, Lisa og Petter.

Ola tegner litt, mens Lisa og Petter gjetter.

Han tegner litt til.....

Og litt til.....

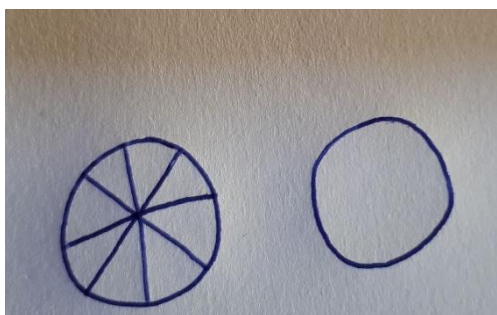
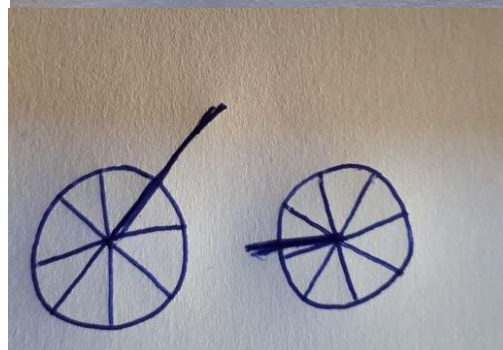
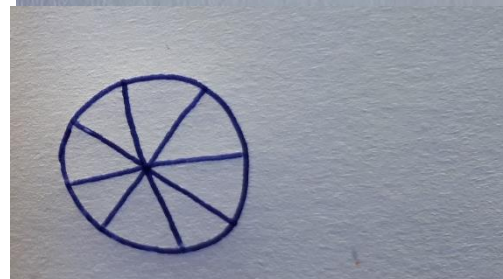
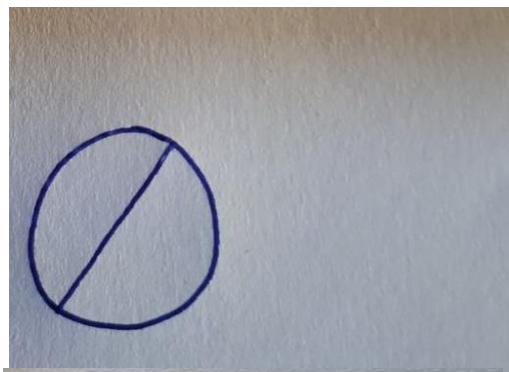
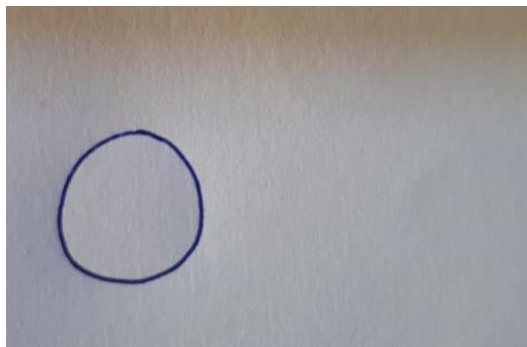
Og litt til.....

Hele veien kan Lisa og Petter komme med forslag til hva Ola tegner.

Den som gjetter riktig, får lov til å tegne neste gang.

[Om det kun er Ola og Petter som klarer å gjette, så må dere selvsagt la Lisa få lov til å tegne også»]

Lykke til!



Først til 10.000

Et ubegrenset antall spillere kan delta. 6 terninger brukes. Vinner er den som først oppnår 10.000 poeng. Hvis to spillere oppnår 10.000 i samme kastomgang vinner den som kommer lengst over 10.000.

Tabell over poenggivende kast:

	Enere	Toere	Treere	Firere	Femmere	Seksere
1 x	100	0	0	0	50	0
2 x	200	0	0	0	100	0
3 x	1000	200	300	400	500	600
4 x	2000	400	600	800	1000	1200
5 x	4000	800	1200	1600	2000	2400
6 x	8000	1600	2400	3200	4000	48000

3 par: 1500

Straight: 2000

Enere og femmere er alltid poenggivende.

For å kunne åpne- dvs. å kunne notere poeng, må man i en kastomgang oppnå minst 1000 poeng.

En kastomgang vil si tiden fra en spiller kaster åpningskastet med 6 terninger inntil han får et kast uten poenggivende resultat.

En begynner med å kaste alle 6 terninger. Etter hvert kast **må** en legge tilside minst en poenggivende terning. En fortsetter å kaste så lenge en får poenggivende terninger. Når en har kastet alle 6 terninger og de hele tiden har gitt poenggivende resultat, kan en på nytt kaste alle 6 terninger og så fortsette inntil en har oppnådd 1000 poeng eller mer. Disse poengene noteres da ned. Når en så har notert de første 1000 er det i senere kastomganger ikke nødvendig å oppnå 1000 før poengene kan noteres.

En kan stanse når en ønsker det så lenge en får poenggivende kast, men hvis en fortsetter og ikke får poenggivende kast, mister en alle oppnådde poeng i kastomgangen. En spiller er ferdig med sin kastomgang når en har notert poenggivende kast. Turen går da videre til nestemann

Eksperiment

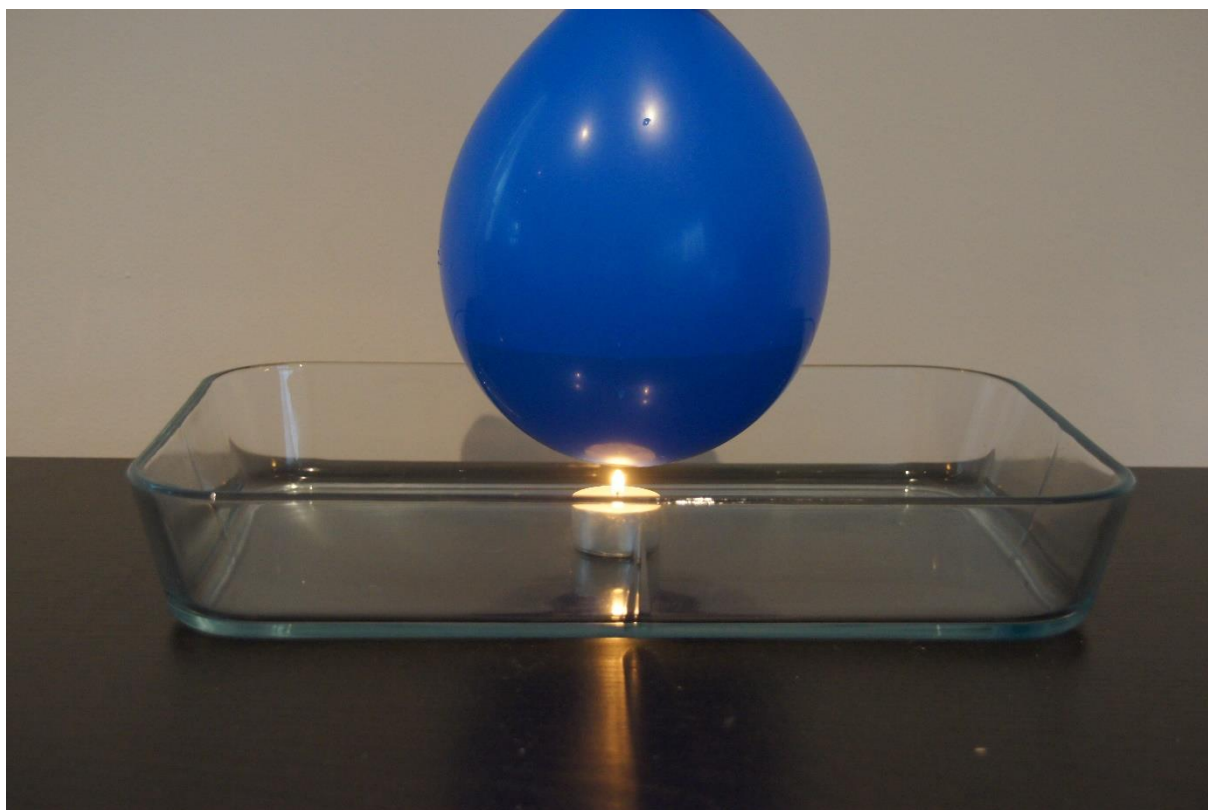
Ballongen som ikke sprekker

Det du trenger

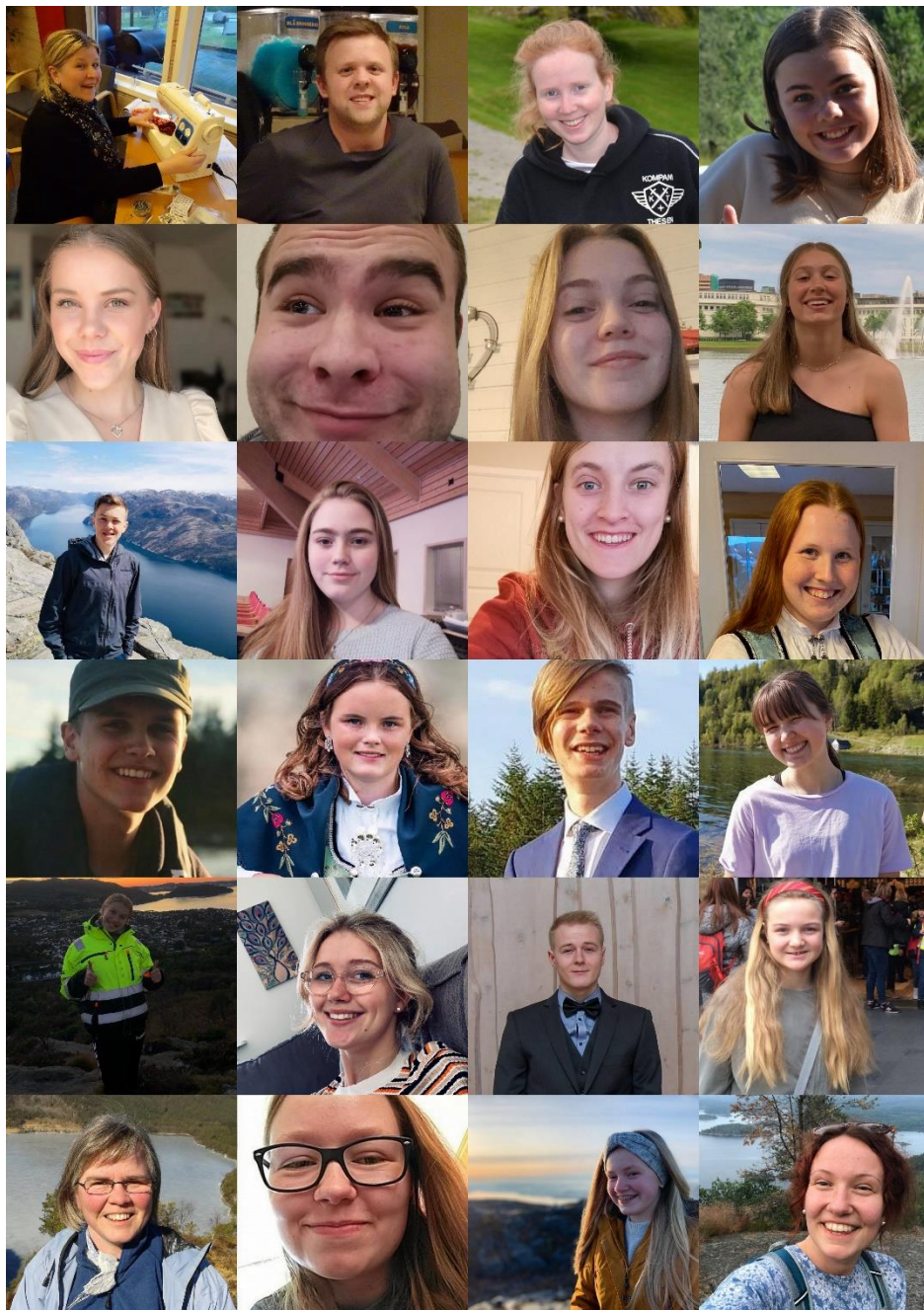
- Ballonger
- Telys
- Fyrstikker

Slik gjør du:

1. Få hjelp av en voksen.
2. Tenn et telys og sett det på et ark med aluminiumsfolie eller i en ildfast form.
3. Blås opp en ballong og hold den over lyset. Hvor lang tid tar det før ballongen sprekker? Du kan gjerne begynne langt oppe og bevege ballongen nedover til den sprekker.
4. Tenn lyset på nytt.
5. Fyll en ballong med litt vann. Blås den opp litt slik at det er både vann og luft inni ballongen.
6. Hold ballongen over lyset slik at flammen treffer der hvor vannet ligger. Hvor lang tid tar det nå før ballongen sprekker?



Vi gleder oss til å se deg på leir i 2021



Hilsen en liten gjeng av lederne