



Foretaksnavn: 4H Møre og Romsdal

10.06.2021

Prosjektleder: Karianne E. Skotte

Mottakar: FNF Møre og Romsdal

Navn: Ingbjørn Bredeli

SLUTTRAPPORT

Prosjekt - Aktivetskoffert

Viser til søknad og tilsagn der vi søkte om midlar til å skape 36 aktivetskoffertar våren 2021, for å bidra med inspirasjon til meir aktivitet for dei lokale klubbane i Møre og Romsdal.

Vurdering av gjennomføring av tiltak og tiltakets effekt

Koronaens utfordringer og rammer har gjort at det meste blei stoppa i prosjektet «Fritt fram i friluft» som er eit større prosjekt vi har hatt parallelt med det omtalte prosjektet. Dette var motivasjonen vår til å søke midlane til produksjon av ein aktivetskoffertar som ville gjere det mogeleg å bistå klubbane med aktivitet, til tross for dei strenge rammene.

Dette prosjektet har gått bra frå start i januar 2021 til juni 2021. Det blei i samanhengen med prosjektet «aktivetskoffert» produsert og kjøpt inn innhald til 40 aktivetskoffertar, gjennomført eit klubbådgivarmøte med fokus på «naturen som læringsarena» og gjennomført fem kortkurs som del av det parallelle prosjektet. Klubbådgivarmøte er eit møte gjennomført på teams for å komme med oppdateringar om kva som skjer i 4H regionalt og nasjonalt. Kortkurs er eit tiltak for å bidra til friluftsrretta aktivitet ut mot klubbane, og består av ulike fysiske møter på kveldstid i ein gitt periode.

Prosjektet har aktivisert 15 klubbådgivarar gjennom klubbådgivarmøtet, der vi promoterte aktivetskofferten. 60 barn- og vaksne og klubbådgivarar gjennom fem kortkurs, der vi la vekt på innhaldet i aktivetskofferten og overleverte koffert til klubben. Det var totalt 31 klubbar som på ulike måtar meldte interesse for kofferten, og har på bakgrunn av dette fått kofferten tilsendt. Klubbane har varierende størrelse, men om lag 500 barn og unge vil i løpet av det neste året bli aktivisert gjennom aktivetskofferten, då tilbakemeldinga frå mange har vore at kofferten blir med som bakgrunn i planlegginga det komande året.



Eigenvurdering av prosjektets faglige resultat og gjennomføring

Prosjektets faglige resultat og gjennomføring har gått som planlagt. Det har vore stort fokus på at aktivitetskofferten skal vere tilpassa alle, kunne brukast av alle og gi inspirasjon til å tenke litt annleis i friluftslivsaktiviteten.

Aktivitetskofferten

«Bål og bålteknikk»

For mange er bålet sjela i friluftslivet, og derfor uunnværeleg i utekosen og friluftslivsaktiviteten. Tanken bak dette heftet var å gi ei enkel innføring i bålteknikk, og vise til ulike aktivitetar de kan gjere kring båltenningsaktiviteten. Her har tematikken vore; Kva tresort skal vi bruke til båltenning. Korleis produsere ein bålpose. Tips til trygg og vellukka bålbrekking. Bålplass. Fyre opp. Fem ulike bålteknikkar og aktivitetar som korleis lage sjusteinsovn og kostiftar på bål.

Kråkefot 4H blei oppfordra til å lage tennbrikkettar, oppskrift og eldpose som blei lagt ved i aktivitetskofferten. Dette førte til eigarskap frå klubben, engasjement og motivasjon for dei andre klubbane. Det blei kjøpt inn ein spikkekniv som skal stimulere barna til å lage sine egne grillpinnar.

«Mat på bål»

Det er mykje turmat som er enkel å lage. Ein ser ofte at dei minste har med seg rett i koppen-supper eller pølser. Dei barna med litt meir erfaring har gjerne meir kulinariske mat val på bålet. Dette er noko ein ofte ser blant dei vaksne også. Det er ofte pølser dei fleste har med seg, men mat på bål er så mykje meir. Derfor har fokuset i dette heftet vore å presentere matretter som krever litt, til ingen forberedelse før det tilberedas rundt leirbålet. Derfor har vi i dette heftet fokusert på råvarer frå naturen, og lagt ved oppskrifter på desse måltida; ramsløk og ramsløksmør, engsyre og engsyresorbèt, hassel og hasselnøtt smular, vaniljeis laga ute, skattekiste, ørret grilla i avisopapir på bål, pizza, løvetannsuppe, kake bakt i appelsin, brød i panne, potetsuppe, blåbærsuppe, pastasalat med bjørkeolje og tyttebær-te.

«Aktivitet i naturen»

I dette heftet har fokuset vore å legge til rette for aktivitetar som kan gjennomførast på tvers av ferdigheit og fysisk helse. Aktiviteten skal kunne formast slik klubben ønskjer, og gjennomførast utan mykje nødvendig utstyr. Heftet inneheld oppskrift på aktivitetar som;



Korleis lage ein naturleikeplass, naturlotto, landart. refleksløp, mesternes mester, natursti, dyreriket, senti'over, nappe lyre, fri jeger, jeppe pinne og forslag til korleis gjennomføre ein steinalderdag, lage vennsbandsband, insektsfelle og vassbane. Det er også opprimsa ei rekke ulike felles aktivitetar som; gi eit lite vink, boksen går, sisten, kaste mot strek, kongen befaler og bjørnen sover.

Det blei kjøpt inn ein mjuk ball for å stimulere til lett fysisk aktivitet. Det skal bidra til å gjennomføre aktivitetar som senti'over. Det blei også lagt ved bilete som illustrerer spor og utsjånad til dei fire store rovdyr, fire ulike fuglar med namn og fire ulike blomster med namn. Dette for å skape ein arena med stafett som kan tilpassast gruppa på deira nivå, samt bidra til kunnskapsformidling om element i naturen. Det blei kjøpt inn reflekstråd som skal skape aktivitet om hausten gjennom refleksløype som skaper aktivitet og bevisstgjerjing om kor viktig det er med refleks.

«Førstehjelp»

Dei første minutta etter at ein akutt sjukdom eller skade har oppstått, er riktig førstehjelp livsviktig og reduserer risikoen for langtidsskader. I førstehjelpsheftet beskriver vi forslag til aktivitetar som kan inspirere til innlæring av livsviktig førstehjelp. Tematikken i hefte er dette; Kva er førstehjelp, viktige telefon.nr., BLÅS, førstehjelpsskrin, steg for steg ved førstehjelp av alvorleg grad, ulike 4H skjema for loggføring og evaluering av ulykker, samt aktivitetar som førstehjelpsstafett og quiz.

Det blei kjøpt inn eit førstehjelpssett av merket Eagle med oppfordring om å alltid ha dette med på tur, samt korleis vedlikehalde settet.

«Senior»

Det ligg utfordringar kring utmelding frå dei eldste i klubbane. Det har derfor vore mykje fokus på at kofferten skal innehalde noko som var retta kun mot dei eldste. Vi sette ei flytande aldersgrense på 14-20 med oppfordring om å tilpasse dette til sin klubb, då målet var å stimulere til aktivitet. Vi lagde eit skriv og oppretta ei aktivitetsveke kalla «speleveka» Der vi oppfordra dei ulike klubbane og allierte oss med Alumklubben – som er klubben for dei eldste, for å stimulere til aktivitet i sin klubb, da dei ofte er inspirator og forbilde til den yngre garde. I dette heftet forklarte vi spelereglar kring spelet Cartographers, korleis arrangere ein trygg spelekveld i korona-pandemien, og tips og råd til korleis skape ein kjekk spelekveld.



For å bistå klubbane med denne aktiviteten blei spelet Carographers kjøpt inn. Det var eit spel som blei anbefalt av Outland, og det einaste spelet som var opent for mellom 1-100 deltakarar. Dette fører til at klubben har i hende eit spel som kan gjennomførast til tross for kor mange deltakarar dei har, samt at det med litt tilrettelegging kan spelast over nettet om korona skulle gjere ting vanskeleg å gjennomføre igjen.

Klubboppfølgingsmøte

Klubboppfølgingsmøtet hadde fokus på naturen som læringsarena, tilrettelegging- og gjennomføring av aktivitet og korleis bruke ulike uteområde som inspirasjon og motivasjon til allsidig aktivitet. Kunnskap om ulike tema, pedagogisk tenking og kven vi er sjølv som naturveglear blei også diskutert der det vart nevnt ulike aktivitetar som kan gjennomførast i ulikt nærmiljø.

Kortkurs

I perioden 10.05-01.06 gjennomført vi fem kortkurs for dei klubbane som var raskast til å melde seg på. Det var to klubbar som meldte seg på tema «Mat på bål» og fekk prøve seg på å lage skattekiste, laks på bål og sjokoladecake i appelsin. Ei av gruppene meldte seg på tema «bål og bålteknikk» og fekk prøve seg på båltypane Pegodebål, Pyramidebål og Finnebål. To av klubbane meldte seg på «aktivitet i naturen» og hadde eit stort ønskje om å lage insektshotell og fekk lære meir om insekta og kvifor dette arbeidet er viktig. Det var ukjente områder for alle gruppene, og dei såg ut til å ha stort læringsutbytte av kortkursa.

Kort beskrivelse om kva ein ser på som spesielt vellukka, middels vellukka og mindre vellukka med prosjektet.

Kofferten har fått gode tilbakemeldingar, som viser til at den trefte målgruppa, og innhaldet bidrog til motivasjon og kreativ tenking i friluftslivsaktiviteten. Det var ikkje like lett å få dei mindre aktive klubbane til å vise interesse for kofferten. Aktivitetskofferten måtte omtalast i fleir arena, til ulike tidspunkt, for å sørge for at dei fleste fekk med seg dette. Noko som viser til at promoteringfasen må skje over fleir arena, og over ein lengre periode.

Vudering av kva grad tiltaket forventes å gi varig auka deltakelse i filuft for deltakarane.

Vi vurderer at dette prosjektet har vore eit viktig tiltak for at klubbådgivarane får meir innsikt i kva ulike aktivitetar dei kan gjere med sine klubbmedlemmar i tida som kjem. Vi forventer



at denne kunnskapen vil føre til at fleir barn og unge vil sjå kva glede og variasjon naturen kan gi. Vi vurderer at motivasjonen blant barn, unge og klubbrådgivarar vil føre til meir lokale friluftslivsaktiviteter.

Budsjett og rekneskap

Budsjett og rekneskap			
prosjekt: Aktivetskoffert vår 2021			
	Budsjett	Rekneskap 2021	Kommentarer
Inntekter			
Tilskot FNF	20 000	-20 000	Tilskot til friluftseminar
Tilskot 4H Norge	20 000	-20 000	Tilskot til aktivitetsstimulerande aktivitetar blir utbetalt etter innsendt rapport
Innskot 4H Møre og Romsdal	20 000	-1 478	Underskot dekt av 4H Møre og Romsdal - prosjekt Fritt fram i Friluft
Sum inntekter	60 000	-41 478	
Utgifter			
Fem informasjonshæfter	9 000	5 449	
Friluftsutstyr til aktivetskofferten	39 492	28 889	
Norgespakken + porto	5 464	7 140	
Sum utgifter	53 956	41 478	
Resultat	6 044	0	

Forklaring til rekneskapet, herunder eventuelle avvik i forhold til søknaden.

Til prosjektet er det søkt, og innfridd midlar frå både FNF Møre og Romsdal og 4H Norge. Desse pengane har gått til finansiering av utgifter direkte knytt til kofferten. I søknad til FNF blei det lagt ved eit budsjett som viser ein kostnad på 41256 kr. Budsjettet har blitt endra i etterkant, då vi fekk mogelegheit til å søke midlar frå 4H Norge. Vi fekk då rom til å gjere posten «Senior» større og meir attraktiv.

4H Møre og Romsdal har gjennom prosjektet «Fritt fram i friluft» dekt resterande utgifter til klubbrådgivermøtet, kortkursa og utgifter tilhøyrande prosjektleiar og eksterne som har bidratt inn i prosjektet. Prosjektleiar har brukt 75 timar direkte inn i arbeidet med aktivetskofferten, samt øvrige tilsette har brukt 10 timar. Fylkesstyret har brukt 4 timar.

Utgifter direkte knytt til aktivetskofferten hadde eit underskot på 1478 kr, som er dekt av prosjekt «fritt fram i friluft». Men prosjektet i sin heilhet har gått med overskot, då det var budsjettert med at 4H Møre og Romsdal skulle gå inn med 20 000 kr, desse har gått ut av dette budsjettet, og inn i utgifter knytt til kortkurs og klubbrådgivermøtet.

Bilder av aktivetskofferten og aktivitetar i tilknytning til denne.



