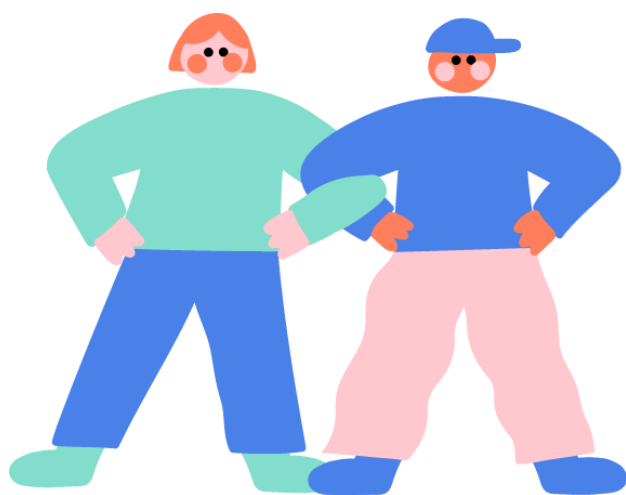


TIPS till TIOÅRSLÄGER



LASTEN JA
NUORTEN
KESKUS

KYRKOSTYRELSEN⁺

INLEDNING

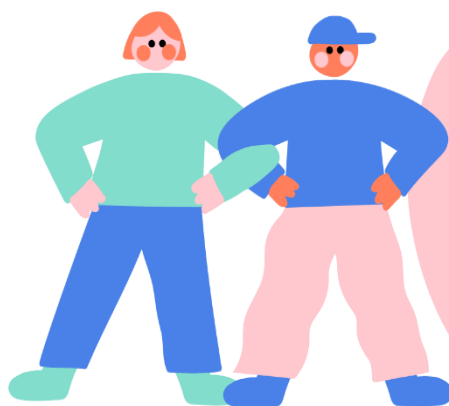
MOD 9-11

Det här är ett inspirationsmaterial för församlingar som vill ordna tioårsläger. Till ett Tioårsläger inbjuds speciellt barn i församlingen som fyller 10 år.

Materialet ingår i utvecklingsarbetet inom Stigen- verksamhetsmodellen.

Ålderskategorin för 9-

11 -åringar på Stigen heter Mod. I den här åldern blir det aktuellt att fundera på vad det är att vara människa och att leva som människa, kompis och kristen, när man redan är så stor att man når över tröskeln till sitt andra decennium. (Läs mer, evl.stigen).



Mod att vara den jag är. Mod att vara en bra kompis. Mod att vara kristen.

Det är härligt att fylla tio år och värt att fira. Många församlingar ordnar tioårsfester och annan verksamhet för tioåringar.

Barn i tioårsåldern har många frågor och färdigheter att reflektera över dem tillsammans med sina jämnåriga. I församlingens tioårsverksamhet kan barn också fundera på sin relation till innehåll i den kristna tron. Idéer att utveckla tioårsverksamheten har fått från Danmark där det ordnas miniskriftskola för 9-10 åringar (*minikonfirmander*).

Detta material är ett exempel på hur ett helgläger för tioåringar görs. Hela det tioåriga lägret som presenteras här har testats hösten 2021 i Lojo församling. Nu har du möjlighet att prova på och utveckla tioårsläger och tioårsverksamhet i församlingen. Vi tar gärna emot feedback på materialets teman och arbetets funktionalitet samt hör dina tankar om vad mer som kan göras på lägret. Om du vill kan du också prova att arbeta med materialet i klubbaktiviteter eller på födelsedagsfester

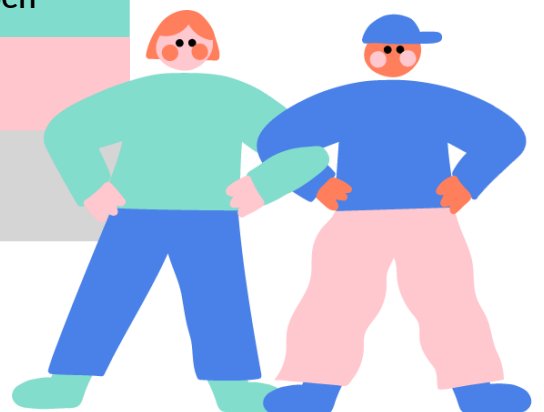
Mod-ålderskategorins teman och material har utarbetats av en utvecklingsgrupp 2021, förutom oss har följande deltagare ingått i den, Katri Vappula Kyrkostyrelsen, Mikko Wirtanen Tammerfors samfällighet, Milla Korkalainen Tavastehus-Vanaja församling och Teemu Kuivalainen, Eeva Liesilinna och Horst Gripenrog från Lojo församling.

Januari 2022

Aino-Elina Kilpeläinen ja Anna Kärri, Lasten ja nuorten keskus ry

LÄGERPROGRAM

| | FREDAG | LÖRDAG | SÖNDAG |
|-------|--------------------------|------------------------------------|-------------------------|
| 8.00 | | Väckning | Väckning |
| 8.30 | | Frukost | Frukost |
| 9.15 | | | Förbered tema 4 |
| 10:00 | | TEMA 2: MODIGT MED ANDRA | TEMA 4: MODIGT GLAD |
| 11.30 | | Lunch | Lunch / Lägret slutar |
| 12.45 | | TEMA 2 fortsätter ute | Lägerkyrka med familjen |
| 14.30 | | Kaffe | Kaffe |
| 15.00 | | TEMA 3: MODIGT LEDSEN | Hemresa |
| 16.30 | | Middag | |
| 18.00 | Lägret börjar | Bastu | |
| 18:30 | TEMA 1: MODIGT JAG | | |
| 19:30 | Kvällsmat | Kvällspogram | |
| 20.00 | Kvällsprogam | | |
| 20:30 | Kvällsandakt: Ljusandakt | Kvällsandakt: Daniel i lejongropen | |
| 21:00 | | Kvällsbit | |
| 21:15 | | | |
| 22.00 | Tystnad | Tystnad | |



TEMA 1: MODIGT JAG

Uppvärmning: fruktsallad, personen i mitten säger sin favoritmat, hobby, vad hen gillar etc. och byter plats därefter.

Jagljus

Varje person får ett vitt bordsljus. På ljuset ritas bilder av vem jag är. Vilka saker som är viktiga för mig, hur jag kan bli igenkänd.

Dekorationen görs med kriterier eller färgade vaxplattor

Börja arbetet med att läsa Psalm 139 och använd den som utgångspunkt för att diskutera temats nyckelfrågor.

Efter pysslet passar det med en lek.

Sardinburk: En av spelarna gömmer sig medan de andra blundar. De andra spelarna börjar räkna och letar sedan efter den gömda personen. Den spelare som lyckas hitta honom eller henne går in i samma gömställe. På så sätt ökar antalet i gömställen. Den sista personen som hittar gömstället blir den nya som gömmer sig i följande omgång av leken. Leken lyckas bäst antingen i ett mörkt rum eller utomhus.

Kvällsandakt, den första kvällen:

Tyst känselvandring. Vandring i grupper med en hjälpledare. En hjälpledare leder vandringen.

1. stationen Jag lyssnar

Först är alla helt tysta och lyssnar på vilka ljud som hörs. Hör du fågelkvitter, vindens sus, prasslet från grenar, vattnets porlande? Är det ett behagligt ljud eller hör du något som du inte känner igen? När du har lyssnat en stund kan du viska till gruppen vad du hörde. Var det svårt att lyssna? Vilket var det mest behagliga ljudet du hörde?

Innan ni går vidare, be nedanstående bön

Temats nyckelfrågor

- Vem är jag? Duger jag?
- Varför är det viktigt att få vara som man är? (fastän det kan vara svårt)?
- Varför är det viktigt att respektera andra som de är? Måste alla respektera varandra som de är?

Det kristna perspektivet: alla människor är skapade av Gud att vara värdefulla och unika. Vi undrar alla hur vi är. Gud är nöjd med alla precis som de är. I dopet blir alla kallade vid namn som Guds barn

Bön

Välsigna, Gud.

Välsigna allt jag hör.

Fortsätt vandringen efter bönen.

2. stationen Jag rör/känner på

Nu går vi på upptäcktsfärd. Alla kan välja vad de vill röra på med händerna i miljön. Mossa, lera, sand, olika trädstammar, kottar, stenar, stubbar, ljung, hur barren från olika barrträd känns.

Alla kan turas om att känna på föremålen i en påse och försöka identifiera vad som finns i den. Var det lätt eller svårt att identifiera? Varför var det så?

Innan ni går vidare, be bönen nedan.

Bön

Välsigna, Gud.

Välsigna allt jag rör på.

Fortsätt vandringen efter bönen.

3. stationen Jag doftar/luktar

Öppna ditt luktsinne genom att ta några djupa andetag in och ut. Hur luktar årstiden? Identifiera de olika lukterna, vilka lukter hittar du? Vilka dofter och lukter tycker du om?

Bön

Välsigna, Gud, Ge glädje.

Välsigna allt som doftar.

Fortsätt vandringen efter bönen.

4. stationen Jag ser

Även om det är mörkt, titta dig omkring, vad ser du? Ser du stjärnor? Hur ser träd ut i mörkret? Ser du något speciellt eller som du inte brukar se? Vad hjälper när det är mörkt och lite otäckt?

Bön

Välsigna idag, Gud.

Välsigna idag Gud, allt jag ser.

Fortsätt efter bönen till kapellet.



5.stationen

När du kommer in i utrymmet, ta det ljus som du själv har gjort. Tänd ljuset och tacka för de fina saker som finns hos dig. Berätta också för Gud om saker som du upplever som obekväma och svåra. Inför Gud kommer du att bli älskad för den du är, med dina brister och alla dina underbara egenskaper.

Läs psalmen då alla är på plats.

Psaltaren 139, 14–18

*Jag tackar dig för att jag är så underbart skapad.
Underbara är dina verk, min själ vet det så väl.
Benen i min kropp var inte osynliga för dig när jag
formades i det fördolda, när jag bildades i jordens djup.
Dina ögon såg mig när jag bara var ett foster.
Alla mina dagar blev skrivna i din bok, formades innan
någon av dem hade kommit.
Hur ofattbara är inte dina tankar för mig, Gud,
hur väldig är inte deras mångfald!
Räknar jag dem är de fler än sandkornen.
När jag vaknar är jag hos dig.*

Sång: Till exempel. *Du vet väl om att du är värdefull* eller *Ditt ord är en lykta för min fot.*

Bön: *Vår fader*



TEMA 2: MODIGT MED ANDRA

Uppvärmning:

Lägg ett papper på ena sidan av rummet där det står "håller med" och på andra sidan av rummet ett papper där det står "håller inte med". Ledaren förklarar att det finns en linje mellan de två papperslapparna som man ställer sig på beroende på vad man tycker om påståendet. Ju närmare du kommer lappen med texten "håller med"/"håller inte med", desto mer håller du med om påståendet.

Ledaren läser upp *påståenden* och deltagarna flyttar sig till den punkt där de håller med om påståendet. De kan ägna lite tid åt att diskutera varför varje person har intagit just den positionen. Förutom argumenten nedan kan du hitta på egna.

Påstående:

- Jag får berätta en väns hemlighet för en annan vän.
- Du måste försvara en vän i alla situationer.
- Om jag inte orkar vara med en vän, kan jag som orsak säga en liten lögn.
- Det är trevligt att träffa nya människor och få nya vänner.
- Det är viktigt att vara en pålitlig vän.
- Det är viktigt att ha någon som man kan berätta sina bekymmer åt.
- Vänner gör mig lycklig.

Grupparbete:

Grupperna går igenom alla frågor nedan och besvarar dem, t.ex. på ett papper. Varje fråga får diskuteras i 5-10 minuter. Ledaren säger till när de ska gå vidare till nästa fråga.

- Hur känns det att be om förlåtelse?
- Hur känns det att bli förlåten?
- Hur känns det att förlåta?
- Är det viktigt att be om och ge förlåtelse? Varför är det viktigt?

Efter rundan går vi tillsammans igenom svaren.

Temats nyckelfrågor

- Vem/vilka är dina viktiga människor?
- Hurudan är en bra vän?
- Hur känns det att be om förlåtelse? Hur känns det att få förlåtelse? Hur känns det ge förlåtelse?

Det kristna perspektivet: Alla är lika mycket värda. Gud förlåter.

Nattvarden är en måltid av gemenskap, kärlek och förlåtelse.

Daniel i lejongropen: Du är aldrig ensam, Gud är alltid med dig och skickar änglar att beskydda dig.

Drama:

Planera en kort pjäs om förlåtelse eller glömska. Föreställningarna presenteras för alla.

Om gruppen inte kommer på ett ämne själva, kan de välja något av följande tema:

- I skolan har kompisar gått fram till ditt skrivbord och tagit dina suddgummin utan lov och lagt dem på en annan kompis bord. Suddgummit har lämnats tillbaka, men en del av dem har försvunnit och går inte att hitta någonstans.
- Du har berättat hemligheten för en vän som har berättat den vidare till några vänner och du får reda på det.
- Du lånar din lillebrors leksak och den går sönder.
- Du har lovat att städa ditt rum efter skolan, men du stannade ute på gården med dina vänner och kommer inte hem förrän till middagen.

Utomhusaktivitet:

Aktiviteten genomförs i grupper ledda av en hjälpledare. En grupp åt gången går in i lejongropen.

Lejonets grop

Bygg en lejongrop i ett mörkt rum där deltagaren går in genom att blunda eller har en ögonbindel. I gropen kan det finnas en jättestor nallebjörn som man kan känna på, en högtalare som man kan använda för att höra lejonet morra, snarka etc.

Uppgiften kan vara att leta efter skatter i närheten av lejonet så att lejonet inte vaknar. Skatten kan till exempel vara chokladpengar som gruppen får dela på.



Diskutera med barnen när alla i gruppen har varit i gropen.

I gropen kan man testa sitt mod, men man behöver inte gå dit. Det är också modigt att inte gå in. Mod är att stå upp för sina gränser och att vara sig själv. I efterhand kanske du upptäcker att du inte var rädd för någonting. Ett otäckt lejon kan vara en jättestor nallebjörn.

Byta plats

Stå sida vid sida på en linje. Uppgiften är att byta plats så att ingen står utanför linjen och att placera sig så att de som är födda i januari står i ena änden och de som är födda i december i den andra. Ställ er sedan på rad efter det datum ni fyller år, vilket år ni är födda spelar ingen roll.

Nummerlapp

Rita upp en (liten) fyrkant på marken. Numrerade pappersbitar sprids ut i kvadraten huller om buller. Deltagarna står runt kvadraten. Uppgiften är att flytta pappersbitarna så att de ligger i storleksordning. Gå inte in i fyrkanten, flytta bara papperslapparna från din plats utanför fyrkanten med ett finger, och bara en person i taget får flytta papperslapparna.

Repskoj

Ett rep är spänns mellan två träd. Gruppens uppgift är att ta sig över repet hand i hand. Händerna får inte vid något tillfälle lossna från varandra.

Gör en knut

Gruppen håller i repet. Uppgiften är att knyta en knut så att ingen tar händerna från repet. Man kan glida med händerna på repet, men man får inte ta bort händerna från repet.

Flygande mattan

Deltagarna står på mattan så att ingen rör vid marken.

Den som leder leken kan berätta en orienterande berättelse: "Ni befinner er nu på en flygande matta.

Ni har redan klättrat högt ... (fritt berättande ...) Men plötsligt börjar ni tappa höjd.

Ni upptäcker att MATTAN ÄR FEL VÄND. Er uppgift är att vända mattan runt utan att någon ramlar av."

Så om någon rör i marken börjar man om från början. Om mattan är liten i förhållande till gruppens storlek kan du dela upp gruppen i två grupper och till och med ta tid mellan grupperna för att få den snabbaste tiden.



TEMA 3: MODIGT LEDSEN

Uppvärmning:

Välj en bild som berättar om sorg (t.ex. spelkortet [Resilio](#) eller [Dixit](#)). Varje person kan visa sitt kort och berätta varför de valde just det kortet, om de vill.

Aktivitet:

Måla/rita/teckna/skapa hur sorgen ser ut. Det är bra att ha olika material tillgängliga, så att barnet kan välja hur det vill arbeta. Färg, pennor, modellera, lego, kartong etc.

Avslutning:

Minnesaltare: tänd ett ljus och tänk på en sak och en människa, du vill minnas. Lägg en pärla i (eller bönesten) "tröstens skål" och tänk på vilka saker som ger dig tröst eller hopp.

Tillsammans sammanfattar vi: Vi talar utifrån hoppets perspektiv. Inom kristendomen tänker man sig att det alltid finns hopp. Efter en sorglig långfredag kommer en glädjefylld påsk. Jesus har besegrat döden.

Temats nyckelfrågor:

- Vilka saker gör oss ledsna och sorgsna? Vad är det för skillnad på sorg och ledsamhet?
- Får man visa sorg för andra?
- Vad hjälper vid sorg?

Det kristna perspektivet: Död och hopp om evigt liv. Bön, exempelvis Vår fader, ger tröst i svåra situationer.

KVÄLLSANDAKT DEN ANDRA KVÄLLEN:

Daniel i lejongropen (Teemu Kuivalainen)

INLEDNINGSTEXT

Gamla testamentet berättar om Daniel. Daniel var i en kungs tjänst och tjänade många generationer av kungar i riket. Kungarna var särskilt förtjusta i Daniel eftersom han var vis och kunde förklara drömmar. När en kung hade en oförklarlig dröm som ingen av kungens tjänare kunde förklara, kallade man in Daniel. Daniel bad till Gud och fick en förklaring till kungarnas drömmar. Ofta var drömmarna dåliga nyheter för kungarna själva, men kungarna var glada över att någon förklarade vad drömmarna handlade om och vad de förutspådde.

Kungarna överöste Daniel med hyllningar, varor, makt och viktiga ämbetsposter.

De andra rådgivarna blev avundsjuka på Daniel för detta och försökte hitta en anledning att anklaga Daniel för att göra uppror mot kungen, men inget brott eller försummelse kunde hittas. Så de tänkte ut en plan och övertalade på ett listigt sätt kungen att stifta en lag som förbjöd alla att tjäna någon annan gud än kungen själv. Om man inte gjorde det skulle man dömas till döden. De andra tjänstemännen fann Daniel när han bad till Gud enligt sin sed, och de förde honom inför kungen och anklagade honom för att ha brutit mot den nya lagen. Kungen hade inget annat val än att beordra att Daniel skulle kastas i lejongropen så att lejonen skulle sluka Daniel.

Gud sände sina änglar för att skydda Daniel och lejonen lämnade Daniel i fred. När kungen på morgonen gick till grottans mynning fann han Daniel där, oskadd, och han lovprisade Gud och kungen. Kungen glädde sig åt att hans vän hade blivit räddad och prisade Daniels Gud.

Daniel var ödmjuk i sitt liv och lydig mot Gud, och i gengäld fick han många goda ting i sitt liv och Gud räddade honom från lejonens gap. Budskapet i Daniels bok är viktigt för oss: lita på Gud, han kommer att ta hand om dig.



VÄGLEDNING:

I andaktsrummet placeras 5 altare, i smågrupper (med en hjälpledare) går gruppen runt i grupper medan musik spelas. Följ instruktionerna vid respektive altare. Gå vidare till nästa altare vid ett gemensamt tecken. När alla altaren har passerats återvänder ni till era platser. När ni står vid altaren är det inte nödvändigt att prata eller fnissa, utan koncentrera sig på att lyssna på musiken och agera enligt anvisningarna på altaren (OBS: Varje grupp börjar vid ett altare).

ALTARE:

1. Förbön

Vägledning: Vilka saker vill du be för? Skriv på korten på altaret, det räcker med ett ord. Lägg en förbönslapp i skålen. Altare: pennor, papperslappar, en skål att lägga lapparna i, instruktioner och Psalm 121:7-8 på altartavla.

PSALM 121:7-8

Herren ska bevara dig från allt ont, han ska bevara din själ. Herren skall bevara din utgång och din ingång från nu och till evig tid.

2. Ljuständning

Vägledning: Tänd ett ljus. Var och en i tur och ordning

Altare: ett ljus, en sandbehållare eller liknande där ljuset kan placeras på ett säkert sätt.

Psalm 37:4-5 som altartavla.

PSALM 37:4-5

Ha din glädje i Herren, han ger dig allt vad ditt hjärta begär. Lägg ditt liv i Herrens hand. Lita på honom, han kommer att handla.



3. **Bönestonar**

Vägledning: Ibland tynger obehagliga saker vårt medvetande. Tänk på vad som tynger ditt sinne just nu och ta en bönesten och lägg den i skålen med vatten.

Altare: Bönestonar, kors, skål med vatten, Psalm 116:5-7 som altartavla.

PSALM 116:5-7

Herren är nådig och rättfärdig, vår Gud är barmhärtig. Herren bevarar de oskyldiga, jag var hjälplös och han räddade mig. Kom till ro min själ, Herren har varit god mot mig.

4. **Änglavingar**

Vägledning: Skapa av änglavingar av vax och lämna dem på altaret.

Altare: Modellera, lera, vax eller något annat, Psalm 91:4, 11-12 som altartavla.

PSALM 91:4, 11-12

Han täcker dig med sina vingar, under dem finner du tillflykt, hans trofasthet är en sköld och ett bålverk. Han skall befalla sina änglar att skydda dig var du än går. De bär dig på sina händer, så att du inte stöter foten mot någon sten.

5. **Ett hjärta i en skattkista**

Vägledning: Läs Psalm 3:5-6

Altare: skattkista med ett hjärta omringat av bomull, Psalm 3:5-6 som altartavla.

PSALM 3:5-6

Jag ropar högt till Herren, och han svarar mig från sitt heliga berg. Jag lade mig ner, jag sov, jag vaknade, Herren stöder mig.

AVSLUTNING:

Bön, förbönslappar (från altare 1) i en skål.

Du, Fader, vet vad våra hjärtan vill ha, du ser vad vi behöver. Du är god och trofast mot de dina. Hör våra böner, både de tysta, de vi säger högt och de på papper skrivna. I din son Jesu namn.

Amen.

TEMA 4: MODIGT GLAD

Uppvärmning:

Vad gör dig glad? Kasta en boll till varandra i en ring och när du får bollen berättar du vad som gör dig glad.

Förbered och ordna en fest,
exempel Tivoli

- sockervadd
- korvgrillning
- aktivitetsstationer (ex. dragkamp, burk-kastning, korta lekar, utmana din kompis, olympiska spel grenar)
- musik

I slutet av lägret kan man ordna och genomföra en andakt eller gudstjänst. Den planeras tillsammans med deltagarna och till inbjuds föräldrar och andra nära och kära.

Temats nyckelfrågor:

- Vad gör dig glad?
- Vad gott kan du göra åt någon annan? Hur kan du glädja andra? Blir du glad när du gör något för andra?
- Vilka fester gör dig glad? Varför?

Det kristna perspektivet: Det finns också glädje i kyrkans helgdagar, exempelvis kyrkoårets helger och fester under en människas livstid.

Dopfesten är full av glädje!



Morgonbön

Vår fader-bön med hela kroppen

I grupper hittar man på rörelser som man visar för varandra. Efteråt ställer sig grupperna i en ring och varje grupp turas om att göra sina egna rörelser och läsa bönen högt tillsammans. Om det finns tid kan man lära sig alla rörelser tillsammans.

Vår Fader, du som är i himlen.

Låt ditt namn bli helgat.

Låt ditt rike komma.

Låt din vilja ske på jorden såsom i himlen.

Ge oss idag det bröd vi behöver.

Och förlåt oss våra skulder,

liksom vi har förlåtit dem som står i skuld till oss.

Och utsätt oss inte för prövning, utan rädda oss från det onda.

Ditt är riket, din är makten och äran, i evighet.

Amen

