

# INDDRAGELSE AF FLYGTNINGE I FRIVILLIGT ARBEJDE

## INSPIRATIONSHÆFTE

*Aktiviteter og øvelser, der sætter fokus på fællesskab & frivillighed*



GIV FLYGTNINGE EN PLADS I JERES  
FÆLLESSKAB

Udgiver:

De Frivilliges Hus, Aalborg

i samarbejde med

Frivilligcentre og

Selvhjælp Danmark

Forfattere:

Katja Jørgensen og

Marianne Langdahl

Tryk:

De Frivilliges Hus 2019

Udgivelsen er støttet af

Udviklingspuljen under

Socialstyrelsen



# INDHOLD

INTRODUKTION .....	3
FOKUS: INTRODUKTION TIL FRIVILLIGHED.....	4
Aktivitet: Del de gode frivillig-oplevelser .....	4
Aktivitet: Hold en fælles-frivillig-festmiddag .....	4
Aktivitet: Samtale om frivillighed .....	5
FOKUS: DET GODE VÆRTSKAB .....	6
Aktivitet: Lav en velkomst-citat-væg .....	6
Aktivitet: Lav et skuespil .....	7
Aktivitet: Mangfoldighedsbingo – vær nysgerrige på hinanden! .....	8
FOKUS: KEND HINANDE.....	9
Aktivitet: Spørgkort.....	9
Aktivitet: Flip-Flap samtale-åbner.....	10
ENERGIZERS: INTRODUKTION .....	12
Energizer: ”Derfor hedder jeg det, jeg hedder” .....	12
Energizer: Kængurunavn .....	13
Energizer: ”Find en fodboldspiller!” .....	14
Energizer: Storytelling – Fortæl om en ting, der betyder noget for dig.....	15
BILLEDKORT: INTRODUKTION.....	16
Øvelse med billedkort: Træn dit dansk.....	16
Øvelse med billedkort: Samtale på dansk – fortæl om jeres barndom.....	17
Øvelse med billedkort: Mind hinanden om jeres styrker og karaktertræk.....	17
Øvelse med billedkort: Samtale om frivillighed .....	18
Forslag til andre samtaleøvelser med billedkort:.....	19
AKTIVITETSLISTE – HVAD KAN I ELLERS LAVE SAMMEN?.....	19
MATERIALER TIL UDPRINT.....	22
1. Spørgsmål kort.....	22
2A. Flip-flap skabelon .....	23
2B. Min fortælling: Ark til Flip-Flap øvelsen.....	24
3. Bingoplade skabelon .....	25
4. Billedkort.....	26

# INTRODUKTION

Fællesskabet og oplevelsen af at høre til, betyder rigtig meget, når I ønsker at inddrage flygtninge i frivillige opgaver. Midt i jeres faste aktivitetstilbud kan det være svært at få skabt det rum, der åbner op for vigtige samtaler - det rum, hvor I lærer hinanden lidt bedre at kende og hvor flygtninge oplever at give noget af dem selv, fremfor at modtage noget. Vi har lavet et lille inspirationshæfte med idéer til forskellige legende aktiviteter og øvelser, der sætter fokus på frivillighed og fællesskab.

Hæftet indeholder både længere aktiviteter og korte aktiviteter. I kan lave en hel dag eller eftermiddag, hvor I sætter fokus på "Frivillighed" eller "Det gode værtskab". Eller I kan gøre brug af en kort øvelse - midt i de aktivitetstilbud I allerede har. Husk, at det er et inspirationshæfte, så lad jer inspirere og sæt gerne jeres eget præg på aktiviteterne.

God fornøjelse.

# FOKUS: INTRODUKTION TIL FRIVILLIGHED

**Formål:** Her er forskellige aktiviteter, der sætter fokus på frivillighed og foreningslivet i Danmark. I kan bruge alle aktiviteterne eller bare vælge én af dem.

## Aktivitet: Del de gode frivillig-oplevelser

1-3 personer fra frivilligruppen kan dele en frivillig-oplevelse. I kan fx komme ind på spørgsmålene:

- Hvad betyder frivilligheden og foreningslivet i Danmark?
- Hvorfor I er frivillige?
- Hvilke frivilligopgaver laver I?
- Hvad det betyder for jer at være frivillig?
- Har I fået venskaber og fællesskab igennem foreningslivet?



## Aktivitet: Hold en fælles-frivillig-festmiddag

Lav en festmiddag, hvor I alle har en opgave i forbindelse med middagen. Det giver en god anledning til at minde hinanden om, at I er sammen om at skabe et godt fællesskab og et hyggeligt sted at være. Find på forskellige frivillige opgaver i forberedelsen til festmiddagen og lad deltagerne vælge sig på et team. Sørg for, at deltagerne er fordelt på alle jeres opgaver.

Eksempler på opgaver:

- Bordopsætning
- Borddækning
- Udsmykning
- Madlavning
- Underholdning, musik osv.

## Aktivitet: Samtale om frivillighed

Snak i små grupper af ca. 5 personer.

### Materialer:

- Et blankt stort stykke papir/karton (evt. A3)
- Tuscher
- En liste eller et overblik over de frivillige opgaver, som I har i jeres forening.
- Evt. billedkort (se også afsnittet om billedkort)

### Snak om:

1. Hvis I har billedkort, så læg dem ud på bordet og bed deltagerne tage et billedkort, de forbinder med frivillighed. Tag derefter en runde, hvor I fortæller om jeres billedkort og hvorfor I har valgt netop det kort.
2. Snak om hvilke muligheder for frivilligt arbejde, I kender. Kender de til frivillighed i de andre hjemlande? Skriv løbende mulighederne ned på jeres blanke papir.
3. Snak mere konkret. Hvilke opgaver ville de tage, hvis de arbejdede frivilligt med f.eks. børn (male/spille/hjælpe med lektier)?
4. Find listen/papiret med forskellige frivillige opgaver i netop jeres forening. Fortæl om opgaverne.
5. Bed deltagerne om at skrive sig på, ud for den opgave, de bedst kunne tænke sig, hvis de skulle hjælpe i foreningen.
6. Bed også deltagerne om at skrive, hvis der er andre ting de kunne tænke sig at lave.

# FOKUS: DET GODE VÆRTSKAB

Det er en kunst at få mennesker til at føle sig velkommen. Folk glemmer, hvad du har sagt, og de glemmer, hvad du har gjort. Men de glemmer ikke hvad du har fået dem til at føle!

Her er aktiviteter, der sætter fokus på værtskab. De kan foregå enten i frivilligruppen eller med alle deltagerne i jeres fællesskab. I kan vælge at lave én af aktiviteterne eller alle aktiviteterne.

## Aktivitet: Lav en velkomst-citat-væg

### Formål:

En citat-væg kan synliggøre, hvilket sted og fællesskab I ønsker at være, og samtidigt minde hinanden om den gode velkomst.

### Sådan gør I:

I kan i fællesskab svare på spørgsmål om det gode værtskab og med svarene lave en kreativ citat-væg. Det kan være fint, at citaterne står på flere forskellige sprog. Det er op til jer!

### Eksempler på spørgsmål:

Jeg føler mig velkommen når... (Svar) Værtskab er (Svar)...? En god vært er én der (Svar)...

### Eksempler på citater:

"Når jeg føler, at jeg er noget værd – tør jeg være vært"

"Værtskab er når man glemmer det, man giver og husker det, man får"

"Værtskab for mig er, når jeg handler på en måde, så både jeg, og dem jeg hjælper, føler sig bedre tilpas".

BEMÆRK: Det behøver ikke at være smukke og lange citater.

## Aktivitet: Lav et skuespil

### Formål:

Et skuespil kan vise meget mere end ord, og kan åbne op for en samtale om det gode værtskab. Vi har alle en oplevelse af enten et godt værtskab og et mindre godt værtskab.

Lav to grupper af ca. 5 personer. Er I flere end 10 personer, kan I danne flere grupper.

### Sådan gør I:

1. En gruppe forbereder et kort skuespil om **det dårlige værtskab**.  
(Bestem selv, hvor meget tid I vil sætte af, men selve skuespillet skal max. være 5 min.)
2. Imens forbereder en anden gruppe et kort skuespil om **det gode værtskab**.
3. Gruppen/grupperne med skuespillet af et dårligt værtskab starter med at vise deres skuespil for alle de andre grupper.
4. Gå sammen i grupperne og tal om: Hvad så I? Hvorfor er det dårligt værtskab? Hvad gør én til en dårlig vært?
5. Grupperne deler deres snak i plenum med de andre grupper.
6. Gruppen/grupperne med skuespillet af et godt værtskab viser nu deres skuespil for alle de andre grupper.
7. Gå igen sammen i grupperne og tal om: Hvad I så? Hvad var godt? Hvorfor var det godt? Hvad gør én til en god vært?
8. Grupperne deler deres snak i plenum med de andre grupper.
9. Til sidst kan I sammen eller i grupperne blive enige om 5-10 ord/værdier, som I mener, er vigtige at huske som vært eller som kendetegner et godt værtskab.



## Aktivitet: Mangfoldighedsbingo – vær nysgerrige på hinanden!

### Formål:

En god leg, hvor I sammen øver jer i at smalltalke og være nysgerrige på hinanden. Gode værter er nysgerrige og interesserede.

### Materialer:

- Bingoplader. Find dem under afsnittet materialer.
- Kuglepenne

### Sådan gør I:

1. Print en bingoplade ud til hver deltager.
2. Bingopladerne er flydt med forskellige spørgsmål.
3. Deltagerne går rundt til så mange som muligt og stiller dem de pågældende spørgsmål – når én person har sagt ”ja”, så noteres navnet, og man bevæger sig videre til den næste.
4. Der er bingo, når en deltager har hele pladen flydt med navne.



# FOKUS: KEND HINANDEN

Det er vigtigt at gøre en indsats for at skabe rum for de dybe samtaler, hvor I lærer hinanden at kende. Kendskab skaber tillid og tryghed i fællesskabet, men det kan være svært lige at få skabt rum for gode samtaler midt i den almindelige travlhed. Her kommer vi med nogle bud på sjove og let tilgængelige aktiviteter, der hjælper jer til at komme i gang med de gode samtaler.

## Aktivitet: Spørgekort

### Formål:

At lære hinanden at kende.

### Materialer:

- Udskriv spørgsmålskortene på side xx og klip dem ud.

### Sådan gør I:

1. Sæt jer sammen to og to eller i en mindre gruppe.
2. Læg spørgsmålskortene i en bunke med bunden i vejret.
3. På skift tager hver deltager det øverste kort i bunken og fortæller, det som kortet siger.

## Aktivitet: Flip-Flap samtale-åbner

### Formål

Flip-flappen kan bruges, som en samtale-åbner til emnerne:

**VENNER, ARBEJDE, FREMTID, LÆRING, FRITID, DANMARK, HVERDAG, FRIVILLIGHED.**

Den indeholder 8 spørgsmål, der gerne skulle åbne op for deltagerens personlighed, drømme, tanker, styrker, svagheder, interesser og hverdag i Danmark.

### Sprogligt niveau:

Det kræver at deltagerne er let øvede i det danske sprog.

### Materialer:

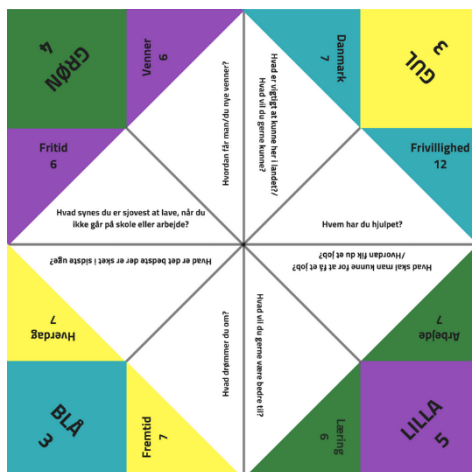
- Udskriv en Flip-flap skabelon på side xx til hver gruppe.
- Udskriv arket "Min fortælling" til alle deltagere. Side xx.
- Sakse og kuglepenne.

### Sådan gør I:

- Skal være i grupper af 3 personer, hvor hver har en særlig opgave/rolle.
- Én deltager holder flip-flappen.
- Én deltager vælger farve og ord, og svarer på spørgsmålet.
- Én deltager øver sig i at lytte til svaret på spørgsmålet og deltagerens fortælling. Hvad lægger han/hun mærke til af styrker, personlighed, drømme, interesser? Tal sammen om det og skriv dem ind i det medfølgende ark: "Min fortælling".
- Under øvelsen går underviseren/de frivillige rundt og agerer levende ordbog for grupperne.
- Deltagerne bytter roller. Kør runder, så alle har svaret på mindst 2 spørgsmål fra flip-flappen. Brug evt. arket til at se, om I har nogle frivillige opgaver, der passer til deltagerens interesse, det han/hun er god til eller gerne vil blive bedre til.

## FOLDEVEJLEDNING

1. Læg flip-flappen med bagsiden op.
2. Fold de fire hjørner ind mod midten, så de mødes.
3. Vend flip-flappen om, så de otte spørgsmål er synlige.
4. Fold igen de fire hjørner ind mod midten.
5. Fold nu flip-flappen på midten, så den bliver til et lille rektangel.
6. Stik fingrene ind i de fire "lommer" på flip-flappen.
7. Du er nu klar til at bruge flip-flappen.



## SPILLEVEJLEDNING

1. Lav grupper á tre.
2. Hold flip-flappen lukket, så man kun kan se de fire store, farvede felter.
3. Bed din makker om at vælge en farve.
4. Flip-flap nu så mange gange, som antallet af bogstaver i farven.
5. Bed derefter din makker om at vælge et af de synlige ord inde i flip-flappen.
6. Flip-flap igen – svarende til antallet af bogstaver i ordet.
7. Bed nu din makker vælge et ord – for sidste gang.
8. Løft flappen – og stil det spørgsmål, der står under det valgte ord.
9. Imens der bliver svaret på spørgsmålet lytter de 2 andre deltagere og lægger mærker til styrker, karaktertræk, interesser, drømme.
10. Bagefter deler I det, som I har lagt mærke til, og skriver vigtige ord ind i det medfølgende ark.

# ENERGIZERS: INTRODUKTION

Energizere er korte lege eller øvelser. De kan fungere, som små pauser i undervisningen, hvor både hjernen og kroppen aktiveres. Selv om det er små korte og enkle øvelser er en grundig og præcis instruktion nødvendig.

Energizere bruges til at:

- Ryste folk sammen
- Få os til at grine
- Hæve energiniveaue
- Skærpe koncentrationen
- Få dialogen sat i gang

## Energizer: "Derfor hedder jeg det, jeg hedder"

### Øvelsens formål:

At lære hinandens navne at kende. At få folk til at tale sammen, at lytte til hinandens fortællinger. Øvelsen skaber nærhed og tillid.

### Sådan gør I:

1. Sæt jer sammen to og to.
2. Efter tur fortæller I om jeres navn. "Hvorfor hedder jeg det? Hvad betyder navnet? Hvem bestemte jeg skulle hedde det? Hvad betyder navnet for mig? Osv."

**Tid:** 10-20 minutter.

**Tips:** Man kan lave øvelsen to og to, tre og tre eller i runde (hvis man ikke er alt for mange).

## Energizer: Kængurunavn

### Øvelsens formål:

Fysisk kontakt, vågne op, grine sammen.

### Sådan gør I:

1. Stil jer i en klump på gulvet.
2. Alle skal nu gå hen og trykke hånd med en anden og sige sit navn.
3. Når man har trykket hånd med en anden, overtager man den andens navn. Så hvis du har trykket hånd med Bente, hedder du Bente næste gang du skal trykke hånd. På den måde kan navne vandre rundt.
4. Fortsæt i 2-3 minutter til det ikke er sjovt længere.

**Tid:** Ca. 5 minutter.

**Antal deltagere:** Egner sig bedst til gruppestørrelse: 5-10.

### Tips:

- Lav eventuelt en regel om, at man går hen og sætter sig, når man får sit eget navn tilbage.
- Deltagerne kan, udover navnet, fortælle en ting om sig selv, f.eks.: "Jeg hedder Bente, og jeg spiller tennis".
- Inviter deltagerne til at finde på nye hobbyer til navnet, hvis de ikke kan huske, hvad der blev sagt. På den måde kan Bente ende med at være undervandsjodler i stedet for at spille tennis

## Energizer: "Find en fodboldspiller!"

### Øvelsens formål:

En sjov power-mingling øvelse. I tager stilling til hinanden og lærer hinanden at kende. Øvelsen kan også skabe en god pause med lidt bevægelse og aktivitet.

### Sådan gør I:

1. Bed folk sprede sig på gulvet, så I er jævnt fordelt i rummet.
2. Sig højt "Stil dig ved én, som du tror spiller fodbold"
3. Når alle har stillet sig, så bed folk fortælle hinanden, om de har gættet rigtig.
4. Fortsæt, f.eks. med: "Stil dig hen til én, som du tror har børnebørn". Osv.
5. Fortsæt så længe, det er sjovt eller der er tid. Men lav minimum 3-4 omgange

**Tid:** ca. 7-15 minutter

**Krav:** Rigeligt med gulvplads - alle skal kunne bevæge sig rundt.

**Antal deltagere:** Egner sig bedst til gruppestørrelse: 8-10

### Tips:

Bed folk om at tage hurtige beslutninger og bevæge sig hurtigt. Det er vigtigere at holde energien end at gætte rigtig. Start med at finde nemme ting, som f.eks. en fodboldspiller eller en, der har været i militæret. Hvis du vil gøre det mere personligt, så gør det gradvist, men sørg for, at det ikke bliver pinligt for nogle. Efter nogle runder, kan du opfordre deltagerne til selv at råbe bud ud i lokalet.

Du kan også prøve med: "Stil dig hen til én, som du tror har været/er..."

- Hundeejer
- Husejer
- Taler mere end tre sprog
- Ser melodigrandprix
- Har været i fjernsynet

## Energizer: Storytelling – Fortæl om en ting, der betyder noget for dig

### Øvelsens formål:

Hver deltager skal tage en ting med, som betyder noget for dem. At fortælle om noget, som berører én og lytte til andres historier påvirker menneskers relationer. Øvelsen åbner op for følelser og skaber en tæt relation mellem deltagerne.

### Sådan gør I:

- Deltagerne deles op i grupper på fire
- På skift fortæller de om den ting, de har taget med. De forklarer for hinanden, hvorfor de har valgt netop at tage den ting med.
- De andre lytter til fortællingen uden afbrydelser. Når en deltager er færdig, må de spørge ind til historien, men kun stille spørgsmål, de skal ikke gå i gang med at fortælle om sig selv.
- Afslut fælles. Alle fortæller hvordan det var at fortælle og lytte. Hvad gjorde det ved dem som gruppe?

### Det skal I bruge:

- Plads til grupper på fire personer. Der skal være nok plads, så man kan lytte aktivt.
- Hver deltager skal tage en ting med, som betyder noget for dem.
- 5-20 minutter pr. deltager alt efter, hvor meget I vil gå dybden med øvelsen.



# BILLEDKORT: INTRODUKTION

Alle kan kommunikere i billeder - også flygtninge, der stadig har svært ved det danske sprog!

Vi har sammensat en række øvelser med billedkort, da de kan skabe rum for helt nye samtaler og idéer i jeres forening.

Billedkort er et anerkendt visuelt kommunikationsværktøj, fordi de stimulerer den kreative del af hjernen, som fremmer den frie association og nuancerer dialogen.

Billeder starter altså tankespor i hjernen. Når tankesporene kombineres på nye måder, opstår nye samtaler, nye løsninger og nye ideer.

Vi har samlet 100 billeder i et separat katalog, som I kan printe. I kan også selv klippe billeder ud og lave billedkort eller købe færdiglavede billedkort, som ofte er ret dyre.

## Øvelse med billedkort: Træn dit dansk.

**Øvelsens formål:** Øvelsen er god i større grupper, som skal trænes i at tale dansk.

### Sådan gør I:

I skal bruge 3-4 billedkort pr. deltager.

1. Bed deltagerne dele sig op i to grupper med lige mange i hver. Den ene gruppe stiller sig op i en indercirkel, mens den anden gruppe danner en ydercirkel udenom.
2. Alle i ydercirklen danner par med en person i indercirklen.
3. Giv nu alle deltagere 3-4 billedkort – kortene har bagsiden opad.
4. Bed nu alle i indercirklen vende det første kort og impulsivt ud fra billedet begynde at fortælle (på dansk), hvad de ser. Hver får et minut til at tale til deres partner i ydercirklen.
5. Derefter bytter de to partnere roller, og processen gentages.
6. Når alle par har talt, takker de hinanden og tager afsked, hvorefter alle rykker fire trin, så de nu står over for en ny partner.
7. Processen gentages, indtil alle kort er vendt, og alle har talt fire gange.

## Øvelse med billedkort: Samtale på dansk – fortæl om jeres barndom

**Øvelsens formål:** Fortæl om de gode minder fra barndommen - på dansk. Øvelsen giver god mulighed for at lære hinanden at kende. Derudover støtter den sprogindlæringen.

### Sådan gør I:

1. Spred alle billedkortene ud på gulvet.
2. Bed alle vælge et billedkort, der viser noget om emnet, fx bedste barndomsminde, bedste barndomsferie eller den første kæreste.
3. Bed så deltagerne finde sammen to og to. Deltagerne skal stå op.
4. I tomandsgrupper fortæller først den ene, så den anden om emnet – på dansk. Underviseren/den frivillige går rundt blandt deltagerne og agerer levende ordbog. Det hele tager max 1½ minut. Når grupperne er færdige med at fortælle for hinanden, rækker de kortet i vejret og signalerer dermed, at de er klar til en ny samtale.
5. Nye tomandsgrupper dannes, og det hele gøres igen og igen, så ikke alle – men næsten alle – får hørt om hinandens oplevelser.



## Øvelse med billedkort: Mind hinanden om jeres styrker og karaktertræk

### Øvelsens formål:

En øvelse, der hjælper deltagerne med at sætte ord på deres styrker og karaktertræk. Det kan være vigtigt at minde dem om, at alle har nogle vigtige styrker og karaktertræk, og alle kan bidrage med noget!

### **Sådan gør I:**

Grupper af 2-10 personer alt efter hvor mange I er og hvor mange sæt billedkort, I har.

1. Spred billedkortene ud på et stort bord.
2. Bed alle i gruppen om hver især at tænke over, hvilke styrker og karaktertræk, der kendetegner dem selv, tage de billedkort der illustrerer dem. Det er op til den enkelte, hvor mange kort, han eller hun vælger.
3. Bed hver enkelt om at udvælge tre kort ud fra de valgte kort. De tre kort skal repræsentere den enkeltes stærkeste sider.
4. Nu skal alle præsentere sig for resten af gruppen via de tre billedkort.
5. Når alle har præsenteret sig, kan gruppen evt. sammen vurdere, om der er overlap på stærke sider, og om der er nogle karaktertræk, der står alene. Husk at alle stærke sider kan bruges og være en fordel for fællesskabet.
6. Diskuter evt. hvordan deltageres stærke sider kan komme eller kommer til udtryk i jeres fællesskab. Placer billedkortene så alle er synlige.

### **Øvelse med billedkort: Samtale om frivillighed**

#### **Øvelsens formål:**

Hjælper deltagerne til at lære om frivillighed, sætte ord på deres motivation og blive klogere på/inspireret til, hvad de kan byde ind med - alle kan bidrage med noget!

#### **Sådan gør I:**

1. Sæt jer i sprogligt blandede grupper á fire.
2. Læg billedkortene ud på bordet og bed deltagerne tage et billedkort, de forbinder med frivillighed. Tag derefter en runde, hvor I fortæller om jeres billedkort og hvorfor I har valgt netop det kort.
3. Tag en ny runde, hvor deltagerne nu vælger et billedkort som udtrykker den forening/aktivitet/det sted I er sammen om.
4. Tag en ny runde, hvor deltagerne vælger et billedkort, der udtrykker, hvad de gerne selv vil lave som frivillige.

## Forslag til andre samtaleøvelser med billedkort:

- Tag 3 billedkort der beskriver dig.
- Tag et billedkort der beskriver, hvad du gerne vil blive bedre til eller lære?
- Vælg 1-3 billedkort der beskriver de skridt du skal tage for at blive bedre til det?
- Tag et billedkort der siger noget i forhold til din drøm?
- Vælg 1-3 billedkort du behøver for at nå din drøm?
- Tag et billedkort der beskriver, hvad du godt kan lide at lave i fritiden?
- Tag et billedkort der beskriver, hvordan du har det lige nu?
- Tag et billedkort der beskriver, den du sidder ved siden af?
- Tag et billedkort der beskriver, hvad du har lært i dag?
- Tag 1-2 billedkort du synes beskriver jeres fællesskab?
- Tag et billedkort der beskriver, hvad I kunne blive bedre til?
- Tag et billedkort der for dig beskriver en god velkomst/en god vært?
- Tag et billedkort der beskriver, hvad det gør ved dig at være flygtet fra dit hjemland?
- Tag et billedkort der beskriver, hvordan havde du det dengang? Og et der beskriver, hvordan du har det nu?
- Tag et billedkort der fortæller, hvad du forventer ved at være frivillig her?
- Tag et billedkort der beskriver din motivation for at være frivillig/hjælpe andre?

# AKTIVITETSLISTE – HVAD KAN I ELLERS LAVE SAMMEN?

## Udendørsaktiviteter

- Skovtur
- Fisketur
- Picnictur
- Bålhygge
- Sheltertur
- Strandtur
- Gåtur i lokalområdet
- Løbeklub
- Naturvenner – opdag forskellige steder i naturen
- Cykeltræning eller cykelture
- Kend-din-by-skattejagt
- Fælles haver/ byhaver. Dyrk en køkkenhave

## Besøg

- Lokalmiljøet – hvor ligger hvad?
- Besøg biblioteket
- Besøg et museum
- Besøg Zoologisk Have
- Besøg forskellige virksomheder
- Besøg en landmand  
(<https://skole.lf.dk/>)
- Besøg en kolonihave
- Besøg idrætsforeningen
- Besøg spejderforeningen
- Besøg danske familier
- Besøg et plejehjem
- Fælles deltagelse i byens gratis arrangementer

## Underholdning og leg

- Brætspilshygge
- OL-konkurrence med forskellige discipliner
- Den Store Bagedyst
- Se en dansk film
- Dans fra forskellige lande
- Musik fra forskellige lande
- Lagkageløb
- Bygge sæbekassebiler
- Skattejagt med tema – fx kend din by, kend Danmark, kend andre nationaliteter

## Praktisk

- Praktisk hjælp – fx mal en legeplads, ryd op i en have, byg noget nyt
- Cykelreparation
- Computerværksted
- Recycling værksted

## Undervisning/workshop

- Lektiehjælp
- Danskundervisning
- Jobsøgning
- IT/computer
- Afspænding
- Maleworkshop
- Strikkeworkshop
- Korworkshop
- Dansetræning
- Kvindesvømning
- Strikke/sy café

## Lav/deltag i arrangementer

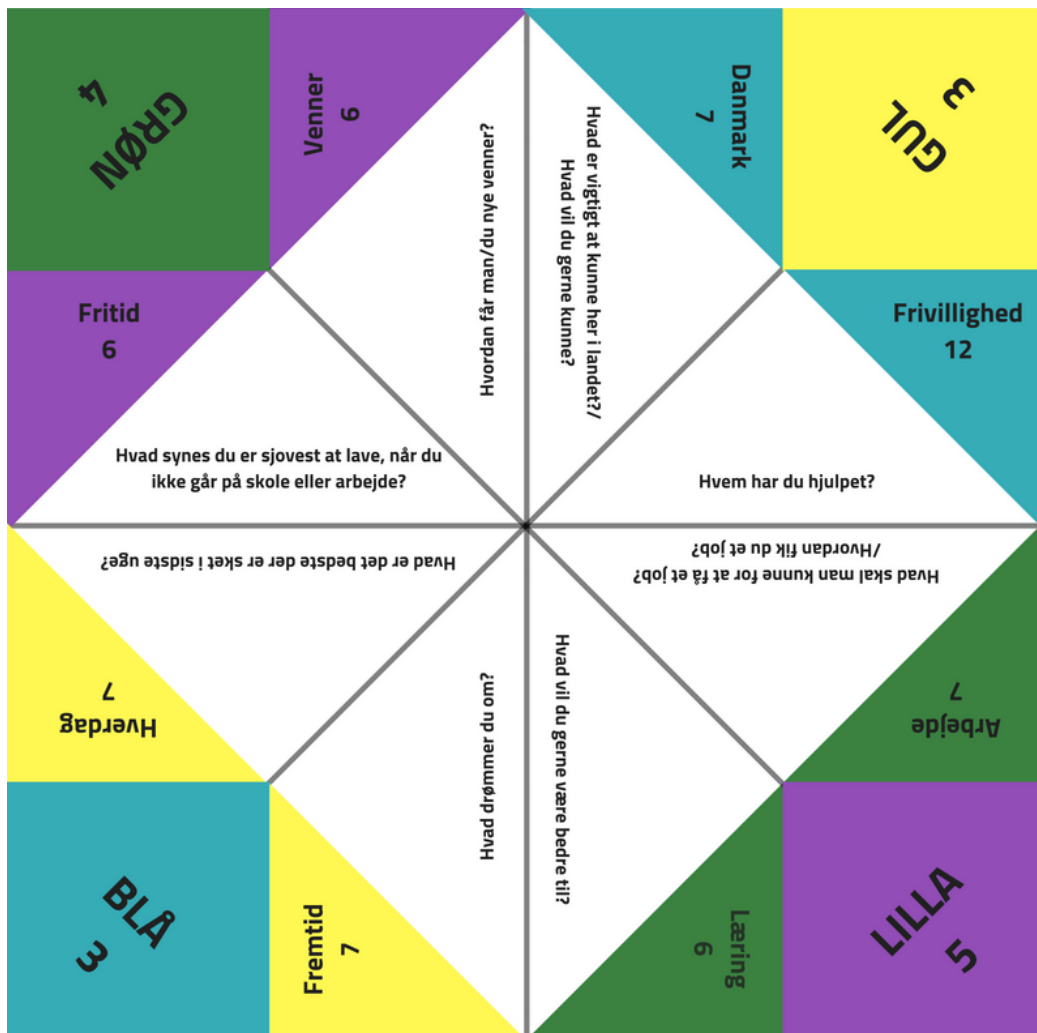
- Loppemarked
- Julemarked
- Madklub eller "Til middag hos"
- Verdenskøkkenet. Sammenskudsgilde med forskellige nationale retter
- Fortæl om/vis højtiderne og festerne i Danmark
- Fødselsdagsfest. I kan fejre dem, der har haft fødselsdag det sidste halve år
- Påskehygge m. gækkebreve, æggepustning osv.
- Fastelavnsfest

# MATERIALER TIL UDPRINT

## 1. Spørgsmålskort

Hvad er din livret?	Hvad var din yndlingsleg, da du var barn?
Hvad er dit yndlingsprogram i fjernsynet?	Hvor mange søskende har du?
Hvilket land i verden ville du helst bo i?	Hvad er din yndlingssport?
Hvad savner du mest fra dit hjemland?	Hvad er det bedste ved at bo i Danmark?
Hvilken tid på året kan du bedst lide?	Hvad er det værste ved at bo i Danmark?
Hvad er den bedste tradition, du kender?	Den bedste sang, du kender? Syng den!
Beskriv en god dag.	Hvordan ser dit liv ud om fem år? Hvad drømmer du om?
Hvad er det bedste arbejde, du har haft?	Hvad elsker du allermost at lave?
Hvor har du gået i skole? Hvor har du taget anden/mere uddannelse?	Fortæl om en person i din familie, som betyder meget for dig.

## 2A. Flip-flap skabelon





## 2B. Min fortælling: Ark til Flip-Flap øvelsen

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

Personlighed: Du er...

---

---

Interesser/fritid: Du kan godt lide at...

---

---

Styrker: Du er god til...

---

---

Læring: Du vil gerne blive bedre til...

---

---

Fremtid/drømme: Du drømmer om at...

---

---

Job/uddannelse: Du er/vil gerne være...

---

---

### 3. Bingoplade skabelon

# BINGOPLADE

Gå rundt til så mange som muligt og stil dem de pågående spørgsmål – når én person har sagt "ja", så noter dig navnet, og bevæg dig videre til den næste.

Kan du lide falafel?

Har du boet i fem forskellige byer?

Er du medlem af en forening?

Er du ven med én, der er meget forskellig fra dig?

Har du spillet backgammon?

Har du set Dronningens Nyttårstale?

Har du været på café inden for den seneste uge?

Kan du lide dyr?

Har du spist på en indvandrer-restaurant her i Danmark?

Bor du i et hus?

Elsker du at ligge på din sofa?

Har du været til en religiøs ceremoni i en anden religion end din egen?

Taler du rigtig godt med én, der er ældre end dig selv?

Kender du dine naboer?

Har du flere end tre søskende?

Kan du lide at rejse til nye steder?

Har du lavet frivilligt arbejde?

Har du været i fem lande?

Kan du tale to fremmedsprog?

Har du fødselsdag i maj eller oktober?

## 4. Billedkort

Vi har samlet 100 billeder, som kan bruges til billedkort-øvelserne. Kataloget kan hentes på vores hjemmeside [www.frivillighuset.dk](http://www.frivillighuset.dk) og på FriSes hjemmeside [www.frise.dk](http://www.frise.dk)

Derudover kan I finde gratis billeder på nettet, bl.a. på flg. sider:

<https://unsplash.com>

<https://pixabay.com/da/>

<https://gratisography.com>

<https://www.pexels.com>

<https://morguefile.com>

<https://www.istockphoto.com/dk/stock-photos>

<https://www.stockvault.net>

<https://picjumbo.com>



# DE FRIVILLIGES HUS

Aalborg 2019