

CUB

**BOK MED
AKTIVITETER**



Lions International

Välkommen till programmet för lejonungar!

Som lejonunge kommer du att uppleva glädjen i ideella insatser och att ge tillbaka till samhället. Använd den här broschyren som hjälp för att planera möten och hjälpinsatser. Det finns också roliga aktiviteter i hela broschyren!



Innehåll

Mötesaktiviteter

Det här är bra idéer till aktiviteter vid klubbens möten. Gör upp en plan tillsammans med dina klubbkamrater och din klubbledare för vilka aktiviteter din klubb vill göra under detta år.

Alla åldrar	4-15
5 år och uppåt	16-19
7 år och uppåt	20-23

Hjälpinsatser

Lejonungarna ger tillbaka till sina samhällen genom hjälpinsatser. Här är några idéer om hur ni kan ge tillbaka till människorna i ert samhälle.

Projektidéer	24
Projektplanerare	25
Mäta framgångar	26

Vision

HJÄLPA ANDRA

Vad behöver vi?



Papper • Kritor och pennor • Klistermärken

Vad ska vi göra?

Lions medlemmar hjälper andra människor lokalt och runtom världen. Lejonungar älskar också att hjälpa andra! Prata med de andra lejonungarna om hur de gillar att hjälpa andra människor och skriv sedan en lista med tre sätt som ni kan hjälpa någon den här veckan. Dekorera listan med färgglada saker och häng sedan upp den hemma, för att påminna dig själv om det goda arbete ni planerar att göra!

Utforma och tillverka

LJUSGLIMTAR I VARDAGEN

Vad behöver vi?



Vad ska vi göra?

Med hjälp av din klubbledare väljer ni ett äldreboende eller ett sjukhus som skulle vilja ha dekorationer till sina boende. Nu är det er tur att ha lite kul! Skapa säsongsbetonade dekorationer som snöflingor, kort till alla hjärtans dag, blommor, födelsedagskort, "krya på dig"-skyltar eller andra dekorationer. Om det är möjligt undersöker ni om din klubb kan leverera dekorationerna till de boende.

Färgläggning

KUL MED STORT VARUMÄRKE



Be din klubbledare att dela med sig av
det roliga ni har gjort i sociala medier.



Färgläggning

MÖT MALINA



Be din Klubbledare att dela med sig av det roliga ni har gjort i sociala medier.

Malina, som är en av våra maskotar, ser fram emot att göra positiv skillnad i sitt samhälle.



Färgläggning

TRÄFFA ARI



Be din klubbledare att dela med sig av det roliga ni har gjort i sociala medier.

Ari, som är en av våra maskotar, är ett lejon som gillar att ha kul och älskar att hjälpa andra med sina vänner.



Utforma och tillverka

STOLT LEJONUNGE

Vad behöver vi?



Korkplatta/Träplatta • Färgpennor eller tuschpennor
Dekorationer som skumbitar, klistermärken, glitterlim, kulor, knappar etc.

Vad ska vi göra?

Skriv "Stolt över att vara lejonunge" på korkplattan/träplattan med färgpennorna eller tuschpennorna. Dekorera bildramen med de föremål som finns. Använd den till att visa ett foto av kompisar i klubben!

Vision

SPECIELLA BESÖKARE

Vad behöver vi? Blyertspenna eller penna.

Vad ska vi göra?

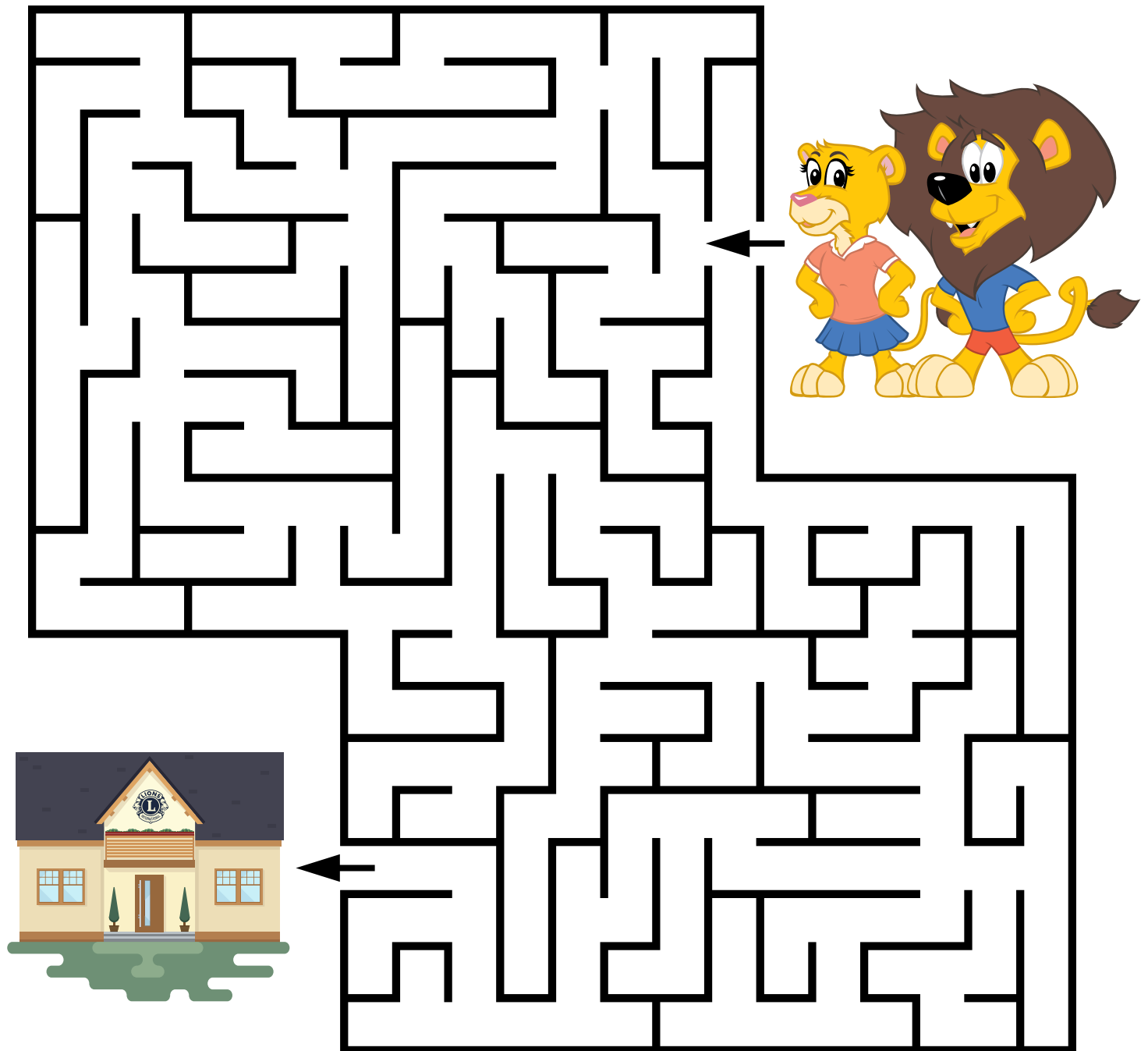
Gör en lista över personer i ditt område som ni vill ska besöka något av era möten. Dela med er av listan till klubbledaren som kan försöka ordna ett besök. Gästerna kan vara en politiker, polis, brandman, soppköksvolontär, en person som är blind eller har nedsatt syn eller en medlem i Lions.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Labyrint

TILL KLUBBHUSET

Hjälp Ari och Malina att ta sig till klubbmötet genom att gå igenom labyrinten!



Punkt till punkt

VAD KAN DET VARA?

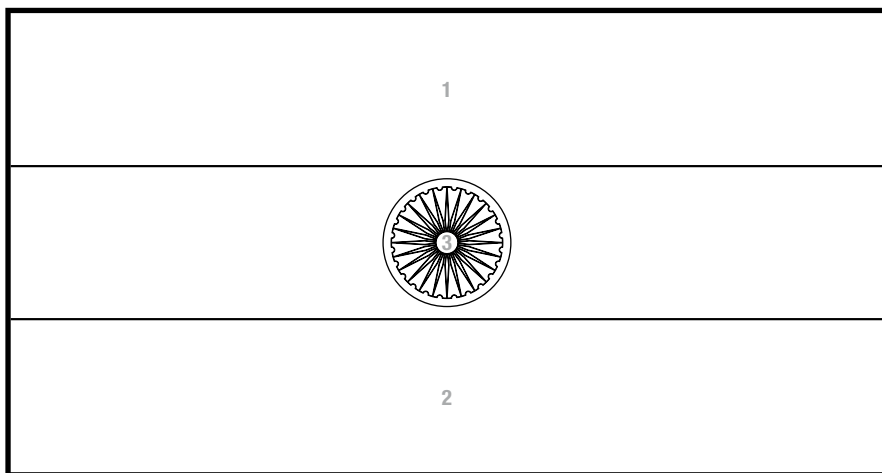
Koppla ihop prickarna för varje nummer. Färglägg när du är klar.



Färgläggning

FLAGGOR FÖR VÄNSKAP

Färglägg varje del med den färg som matchar det nummer som anges intill flaggan.



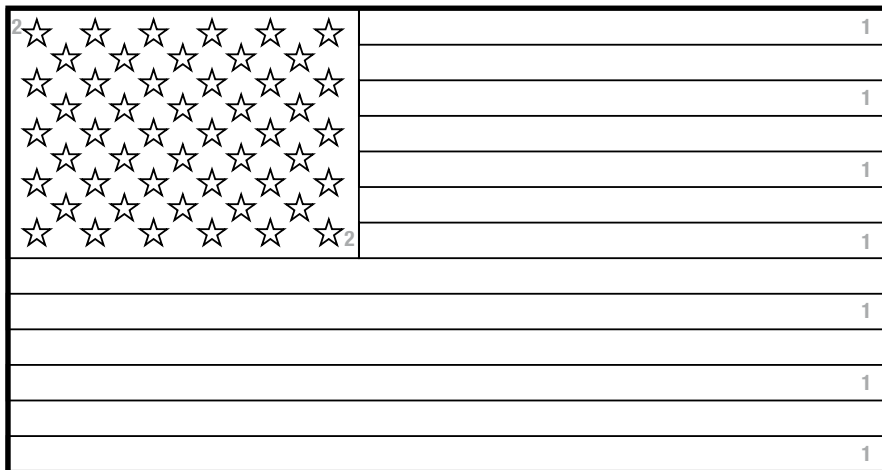
Indien

1=Orange

2=Grön

3=Blå

Omarkerat är vit

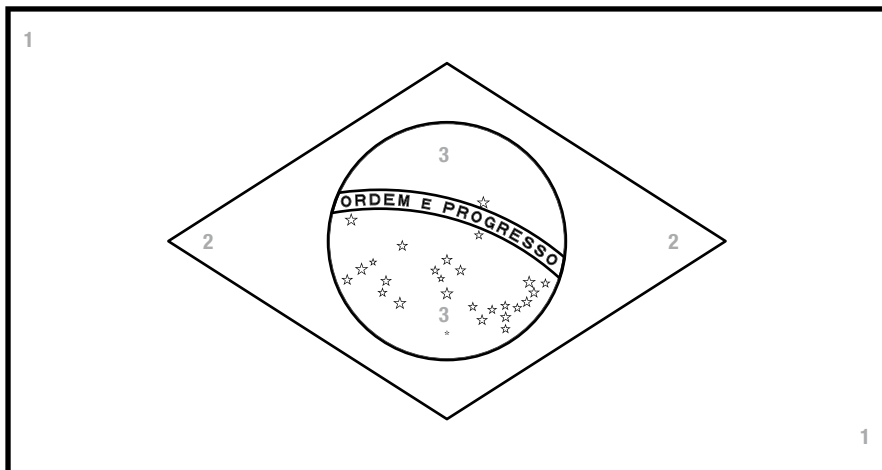


USA

1=Röd

2=Blå

Omarkerad är vit



Brasilien

1=Grön

2=Gul

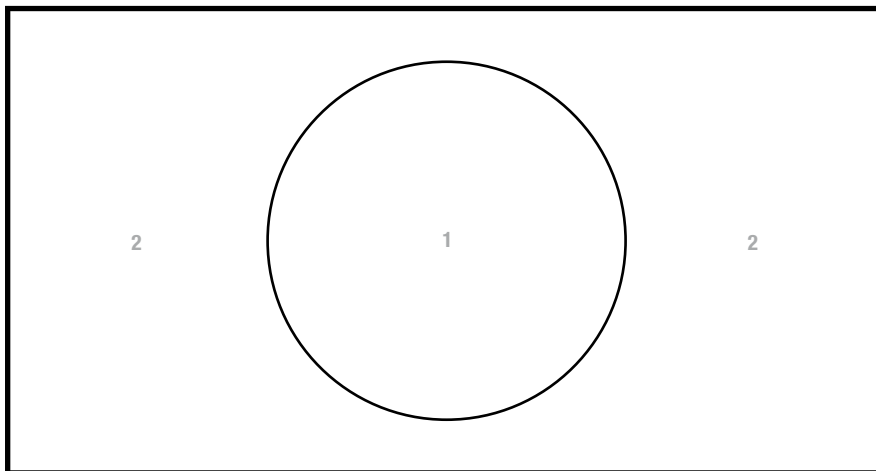
3=Blå

Omarkerad är vit

Färgläggning

FLAGGOR FÖR VÄNSKAP

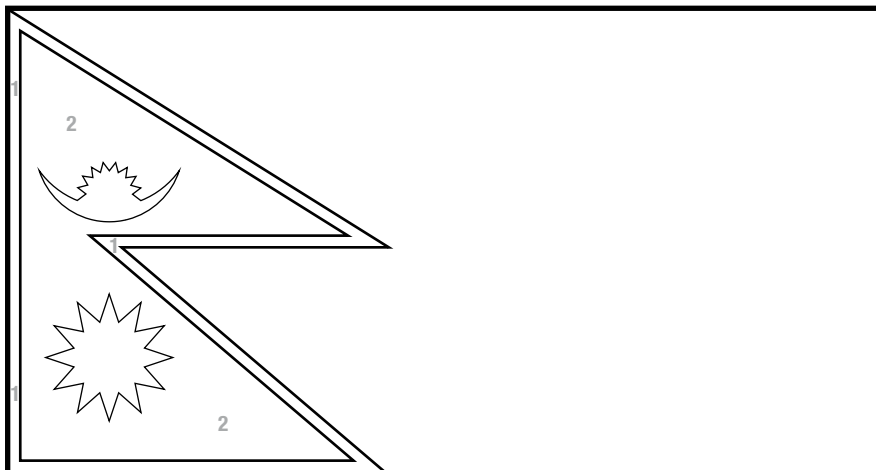
Färglägg varje del med den färg som matchar det nummer som anges intill flaggan.



Bangladesh

1=Röd

2=Grön

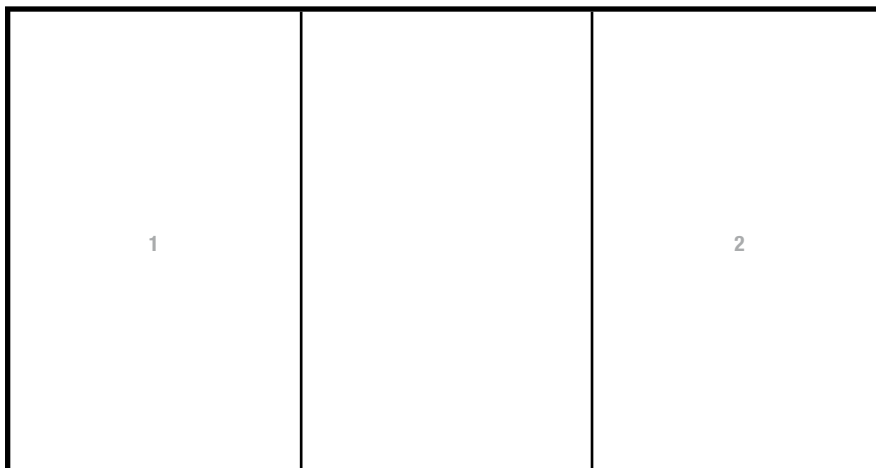


Nepal

1=Blå

2=Röd

○markerad är vit



Italien

1=Grön

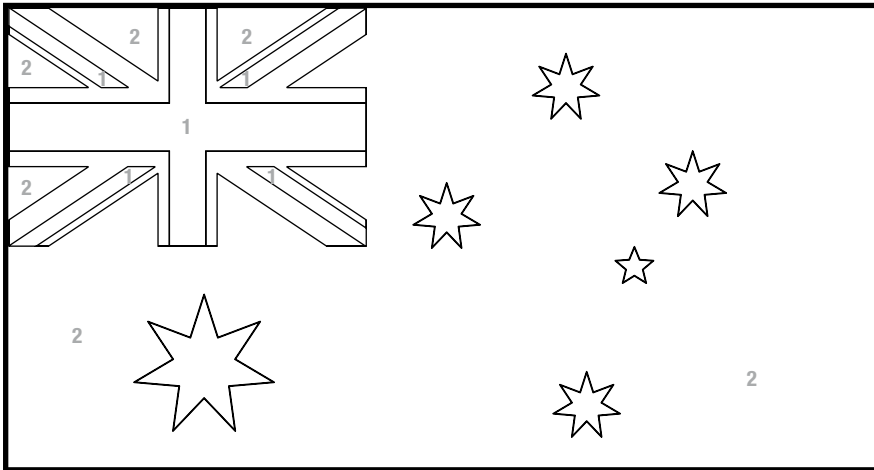
2=Röd

○markerad är vit

Färgläggning

FLAGGOR FÖR VÄNSKAP

Färglägg varje del med den färg som matchar det nummer som anges intill flaggan.

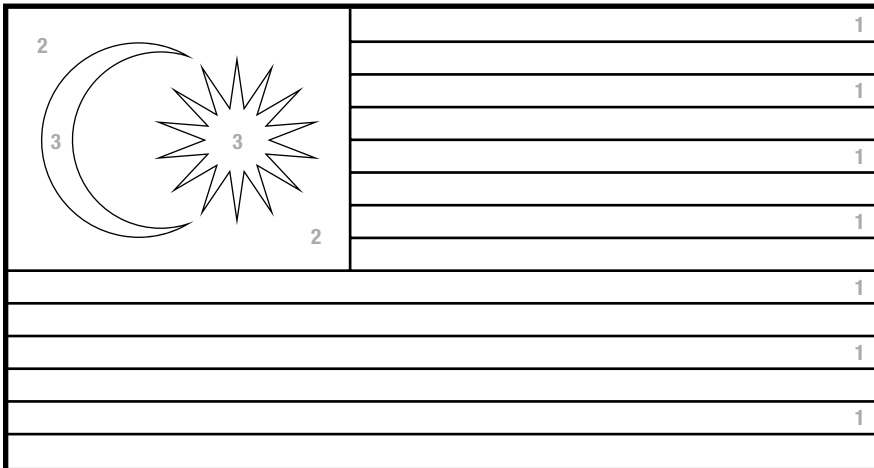


Australien

1=Röd

2=Blå

Omarkerad är vit



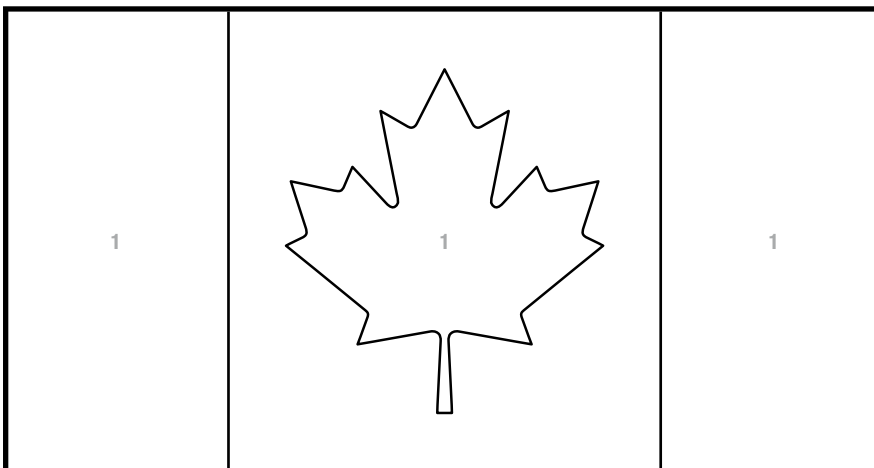
Malaysia

1=Röd

2=Blå

3=Gul

Omarkerad är vit



Kanada

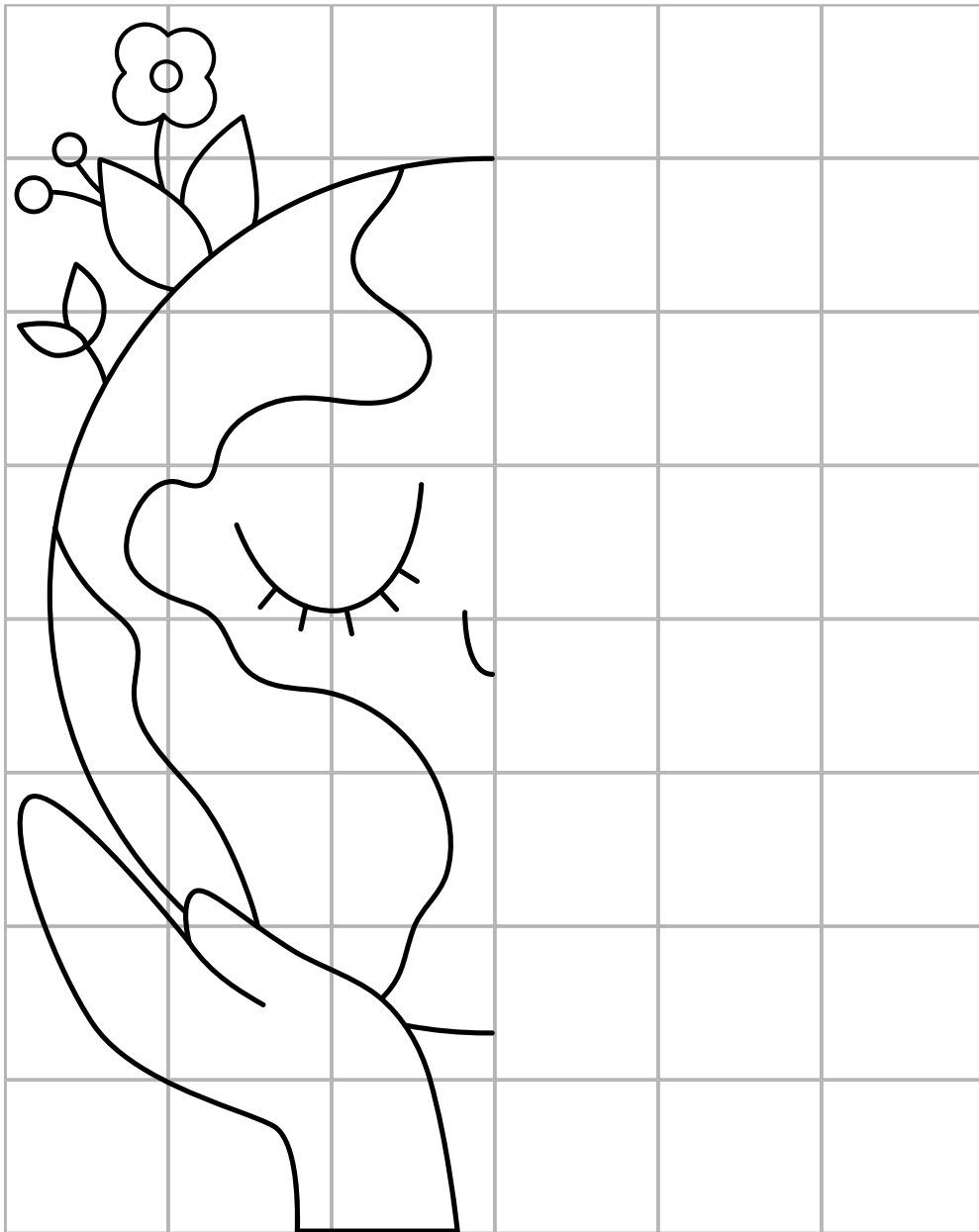
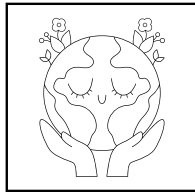
1=Röd

Omarkerad är vit

Spiegelteckning

VÄRLDEN BEHÖVER OSS

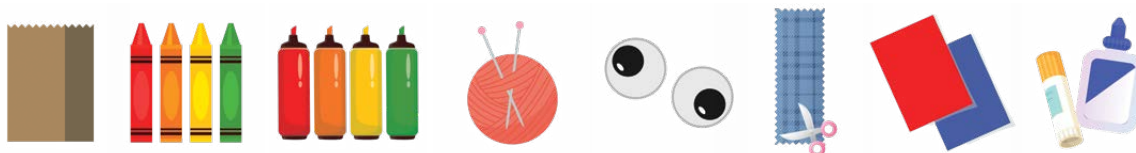
Försök att rita resten av jorden med hjälp av bilden till vänster. Färglägg när du är klar.



Tillverkning av dockor

DOCKOR AV PAPPERSPÅSAR

Vad behöver vi?



Bruna papperspåsar • Krita och tuschpennor • Garn • Knappar till ögon
Tygrester • Pompong • Papper • Lim

Vad ska vi göra?

Gör en handdocka genom att limma fast föremål på påsen, så att den ser ut som en person.

Bonusaktivitet

Sätt upp en pjäs och bjud in lionklubben att titta på den. Använd era handdockor för att berätta om hur ni ger tillbaka till ert samhälle eller varför ni älskar att vara lejonungar.



Lärande

ALLT OM BLINDHET

Vad behöver vi?



Ögonbindlar • Tallrikar • Gafflar och skedar av plast • Något ätbart • Olika föremål • Påsar

Vad ska vi göra?

Blindhet är när man inte kan se. Enligt Världshälsoorganisationen är 253 miljoner människor blinda eller har viss eller allvarlig synnedsättning.

Har du någonsin tänkt på hur det skulle vara att vara blind? I denna aktivitet kommer ni att dela upp er i små grupper. En person i taget kommer att bära en ögonbindel, så att han eller hon inte kan se. Prova åtminstone en av dessa aktiviteter:

1. Placera något att äta på en tallrik på bordet. Lägg skedar och gafflar av plast i en påse, så att lejonungen med ögonbindel kan plocka ut en gaffel och äta med ögonbindeln på.
2. Lägg olika föremål i en påse, så att lejonungen med ögonbindel kan välja ett och försöka avgöra vad det är genom att använda sina andra sinnen (lukt, känsel, smak och hörsel!).
3. Para ihop en lejonunge med ögonbindel med en lejonunge utan ögonbindel som på ett säkert sätt leder den med ögonbindel runt i rummet.

När ni är klara med aktiviteterna kan du fråga dig själv och dina kompisar:

- Hur kändes det att inte kunna se?
- Hur skulle du förändra eller anpassa dig om du var blind?
- Hur kan du hjälpa människor som inte kan se?

Utforma och tillverka

GE TACK

Vad behöver vi?



Papper klippt i form av löv, tre till varje lejonunge
 Papper klippt i form av en trädstam • Kritor och tuschpennor • Limstift

Vad ska vi göra?

Det är mycket viktigt att uppskatta och tacka för bra saker i livet! Varje lejonunge ska få tre blad. På varje blad skriver var och en ner eller ritas en bild av något han/hon är tacksam för. Dela med er av dessa blad i klubben innan ni limmar fast dem på trädstammen.

Diskutera och rita

VAD ÄR ETT SAMHÄLLE?

Vad behöver vi?



Stort papper • Tuschpennor • Tejp

Vad ska vi göra?

Ett samhälle är en grupp människor och platser som ligger nära varandra. Det kan vara er stad eller ert grannskap. Diskutera med kompisarna i klubben vad som finns i ert samhälle. Tillsammans färglägger ni en bild av de människor och de platser som utgör ert samhälle. Tänk på vad ni älskar med ert samhälle. När ni är klara pratar ni om vad ni kan göra tillsammans för att hjälpa ert samhälle att bli ännu bättre!

Vision

LÄRA KÄNNA DIG

Vad behöver vi? Bara dig!

Vad ska vi göra?

Det här är en rolig aktivitet för att starta ett klubbmöte och ett bra sätt att lära känna varandra. En av lejonungarna väljer ett av nedanstående teman, eller hittar på ett eget tema, medan de andra ställer upp sig så snabbt som möjligt enligt det valda temat. Denna aktivitet kan göras flera gånger med olika teman.

- Alfabetisk ordning
- Längd
- Födelsedatum
- Favoritfärg, djur, sport etc.
- Skostorlek

Pärllantverk

SOUVENIRER

Vad behöver vi?



Plastsnöre • 30 cm långt till varje lejonunge
Saxar • Nyckelringar • Plastpärlor och bokstavspärlor

Vad ska vi göra?

Trä bokstavspärlorna för att stava "Vi hjälper" på snöret och lägg till färgglada pärlor där du vill. Knyt ihop ändarna ordentligt och fäst dem på en nyckelring eller gör ett armband.

Bonusaktivitet

Överväg att göra några extra nyckelringar som du kan dela med medlemmarna i din klubb!

Karta

VÅR VÄRLD

Vad ska vi göra?

Färglägg de olika världshaven och kontinenterna. Skriv sedan namnen på varje kontinent och hav på de linjer som motsvarar numret på kartan.



De sju kontinenterna är:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____
- 7 _____

De fem världshaven är:

- 8 _____
- 9 _____
- 10 _____
- 11 _____
- 12 _____

Svar: 1. Afrika 2. Antarktis 3. Asien 4. Australien 5. Europa 6. Nordamerika 7. Sydamerika 8. Arktis 9. Atlanten 10. Indiska oceanen 11. Stilla havet 12. Södra oceanen

Gissa

VEM JAG ÄR?

Vad behöver vi?



Papper • Blyertspennor • Korg

Vad ska vi göra?

Alla lejonungarna i klubben ska skriva något intressant om sig själva på ett papper och sedan vika ihop det. Lägg pappren i en korg. Skicka runt korgen i rummet. Varje lejonunge väljer ett papper och läser det högt. De andra ska gissa vem ledtråden gäller. När alla har gissat avslöjar den som har skrivit vem de är!

Kreativt skrivande

ALLT OM MIG

Vad behöver vi? Blyertspennor och tuschpennor.

Vad ska vi göra?

Skriv en dikt för att dela med dig av vem du är till kompisarna i din klubb. Följ dessa steg.

Förnamn: _____

Tre ord som beskriver dig själv: _____

Någonting du tycker om: _____

Något du inte tycker om: _____

Något du är rädd för: _____

Något du önskar dig: _____

Efternamn: _____

Konsttävling

FREDSAFFISCHTÄVLING

Vad behöver vi?



Fredsaffischtävlingens material från Lions International • Kladdpapper
 Papper (mellan 32 x 50 cm och 50 x 60 cm) • Tuschpennor, blyertspennor, krita, pastellfärger etc.

Vad ska vi göra?

Fredsaffischtävlingen sponsras av Lions International och är en underbar möjlighet för ungdomar att visa betydelsen av fred, tolerans och internationell förståelse. Tävligen uppmuntrar ungdomar mellan 11-13 år att fundera över fred och att använda sin kreativitet till att uttrycka och dela med sig av sina unika visioner om fred i världen. Be din klubbledare att gå in på nätet för att lära sig mer om fredsaffischtävlingen, till exempel årets tema, viktiga datum och andra krav.



Förstapristagaren 2021-2022
 "Vi är alla sammankopplade"
 Anja Rožen

Förstapristagaren 2019-2020
 "En resa till fred"
 Zhuo Zhang

Förstapristagaren 2023-2024
 "Våga drömma"
 Fanjin Si

Intervjua

INTERVJUA EN MEDLEM I LIONS

Lejonungeprogrammet är en del av Lions International, som är den största hjälporganisationen i världen. Lejonungar, precis som Lions medlemmar, ger tillbaka till sina samhällen, den plats där de bor, går i skolan och har roligt. Lionklubbar och lejonungeklubbar finns över hela världen. De planerar hjälpinsatser och hjälper människor. Som lejonunge kommer du att uppleva glädjen i ideella insatser och att hjälpa människor i nöd.



Vad ska vi göra?

Lär dig mer om din lionklubb, genom att intervjua en lionmedlem med hjälp av frågorna nedan.

Lionklubbens namn:

Namn på den lionmedlem som intervjuas:

Vad han/hon gillar mest med att vara medlem i Lions:

Vad hans/hennes favoritprojekt eller bästa minne av att vara medlem är:

När medlemmens klubb bildades:

Namn på lionklubbens president:

Antal medlemmar i klubben:

Den person som har varit medlem i klubben längst:

Nyaste medlemmen i klubben:

Typer av aktiviteter som klubben genomför:

Idékläckning

IDÉER OM HJÄLPINSATSER

Barncancer

- Skriva kort med må bättre-hälsningar och dela ut dem vid områdets cancercenter.
- Organisera en insamling för att samla in leksaker som barncancerpatienter kan ha glädje av.
- Besöka ett lokalt sjukhus och ta med leksaker eller korgar med godsaker till barnen.

Diabetes

- Genomföra regelbundna promenader i skolan och äta hälsosamt mellanmål efteråt.
- Ta med färsk frukt och/eller grönsaker till skolklassen, för att uppmuntra barnen att prova hälsosam mat.
- Lära sig om socker i maten och lära ut recept för nyttiga mellanmål.
- Skapa reklamaffischer för klubbens diabetsevenemang.

Katastrofhjälp

- Bjuda in en politiker eller en person från en myndighet, för att berätta om hur familjer kan förbereda sig inför nödsituationer.
- Skänka begagnade leksaker till en brandstation eller polisstation, för att hjälpa barn i nödsituationer.

Miljö

- Städa upp en lokal strand, park eller annan plats i samhället. Efteråt kan ni plantera träd och blommor för att försköna området.
- Vara ledare för barn och ta med dem ut i naturen efter skolan. Uppmuntra eleverna att göra observationer och att ställa frågor. Efteråt kan de rita något som beskriver deras upplevelse.

- Samla in glas, plast eller andra återvinningsbara material och lämna in dem till en återvinningsstation.

Humanitära insatser

- Vara frivillig vid ett härbärke för djur eller samla in saker att skänka till djuren.
- Organisera en eftermiddag med sällskapsspel på ett äldreboende. Baka kakor och ta med dem till äldreboendet.

Hungersnöd

- Stå värd för ett evenemang med hälsosam mat i en skola, ungdomsgård, kyrka eller liknande.
- Samla in eller gör saker som kan doneras till ett lokalt boende för hemlösa eller ett soppök.
- Sortera donerade saker som har samlats in av lionklubben.

Syn

- Erbjud inspelning av ljudböcker till personer som har nedsatt syn.
- Lära dig blindskrift eller teckenspråk, för att öka medvetenheten i samhället.
- Lära känna en partner i samhället som stödjer personer med nedsatt syn.

Ungdomar

- Skriva välkomstkort med tips för att hjälpa nya elever på din skola.
- Anordna en sagostund på ett lokalt bibliotek eller en fritidsgård.
- Genomför en bokbytardag på en skola eller i ett bibliotek.

Planering och målsättning

PROJEKTPLANERARE

På ett annat papper, eller på följande sida med "Anteckningar", skriver du en lista över alla sätt som din klubb kan ge tillbaka till samhället. När medlemmarna har valt den hjälpinsats de vill genomföra samarbetar ni med klubbledaren och samlar medlemmarna, för att använda denna projektplanerare som hjälp för att planera era insatser.

Hjälpinsats: _____

Datum för hjälpinsatsen: _____

Tidpunkt för hjälpinsatsen: _____

Plats för hjälpinsatsen: _____

Vad vill medlemmarna uppnå genom att genomföra denna hjälpinsats?

Vilka vill ni hjälpa?

Skriv ner steg för steg vilka uppgifter som klubben behöver göra, för att genomföra denna hjälpinsats.

Vilket material behöver ni för att kunna genomföra hjälpinsatsen?

Vilka lejonungar i klubben kommer att delta och hjälpa till?

Behöver ni några pengar för att kunna genomföra hjälpinsatsen? Om ja, hur kommer ni att få in dessa pengar?

Uppföljning

MÄTA FRAMGÅNGAR

Efter evenemanget tänker ni tillbaka på projektet och hur det gick.

Hur kan ni fira era framgångar?

Hur många personer fick er hjälp?

Hur många lejonungar och andra frivilliga deltog?

Om ni samlade in pengar vid ert evenemang, hur mycket fick klubben in?

Vilka var de största framgångarna med ert evenemang?

Vilka var de största utmaningarna med ert evenemang?

Skulle ni vilja genomföra detta evenemang igen? Varför eller varför inte?



För att få del av resurser om lejonungeprogrammet, till exempel en startvägledning, en vägledning för ledare, blanketter för tillstånd, rekryteringsresurser och färgläggningssidor, besöker du webbplatsen lionsclubs.org/sv/Cub.

Medlemsdivisionen
Lions Clubs International
300 W 22nd Street
Oak Brook, IL 60523-8842, USA
E-post: membership@lionsclubs.org



lionsclubs.org/sv/Cub