

Vejledning til

Landsforeningen af VæreSteders

DIGITALE

FERIE CAMP 2020

7.-10. juli



Med støtte fra



Endnu en aktivitet fra

Indhold

Velkommen.....	3
Indhold i kasserne	5
Program med beskrivelse af, hvad du skal gøre for at deltage	6-9
Madplan	10-11
Program fortsat.....	12-15
De optrædende.....	16-17
Vejledninger til aktivitetskassen	18-19

Kære deltager i den digitale ferie camp

Du har sikkert allerede hilst på de andre deltagere og også selv præsenteret dig i facebookgruppen **”Landsforeningen af VæreSteders digitale ferie camp”** enten med en lille video eller et foto/tekst.

Hvis du ikke har fundet vores facebookgruppe **”Landsforeningen af VæreSteders digitale ferie camp”** skal du gøre det nu og søge om medlemskab, da vores ferie camp aktiviteter vil foregå i denne gruppe. Vi byder velkommen i gruppen kl. 12:00 – hvor vi vil præsentere os, og du skal vise os, at du er klar med et foto.

Vi vil også anbefale, at du har opdateret din facebook app, hvis du bruger din telefon under Den digitale Ferie Camp.

Vi har sammensat 4 fantastiske dage til dig, som vi vil præsenterer dig for på de næste sider. Det er vigtigt, at du bruger et par minutter på at kigge på dagens program, så du er skarp på tidspunkterne, hvad du skal bruge og hvordan du deltager i aktiviteten sammen med os – men hver for sig.

Du har modtaget 2 kasser med både mad og aktiviteter, da vi vil sikre os, at du ikke kommer til at mangle noget. Indholdet fra madkassen skal bruges ifølge den madplan, som er på side 10-11, og tilberedningvejledningen vil fremgå af en label på maden. Tingene fra aktivitetskassen skal bruges til de aktiviteter, du ser i programmet på de kommende sider.

Den digitale Ferie Camp er et fællesskab – og for at vi ved, at vi er sammen er det vigtigt, at vi alle bidrager til fællesskabet med fotos og kommentarer.

Ingen af os har hverken deltaget eller lavet en digital ferie camp før, så måske der opstår nogle spørgsmål. Vi vil gerne hjælpe dig med at besvare dine spørgsmål, du kan enten spørge os i facebookgruppen, via messenger eller ringe til os på telefon 7592 4000.

Vi glæder os til at være sammen med jer.

Mange sommerhilsner fra os alle på kontoret hos Landsforeningen af VæreSteder



Hvis du bruger Instagram og gerne vil have, at vi ser dine fotos, så brug følgende hashtags:

#dendigitaleferiecamp

#væresteder

Indhold af de 2 kasser

Aktivitetetskassen:

- T-shirt
- Armbånd
- Kasket
- Drikkedunk
- Naturbankoplade
- Gavekort på 50 kr. til Dansk Supermarked – skal bruges i en af aktiviteterne
- Tryllesæt til børnene
- Malesæt med 6 farver og 2 pensler
- 3 maleplader i forskellige størrelser
- 4 Sharpie tuscher
– som kan bruges til blandt at tegne på sten
- Diamantkort – lav dit eget fødselsdagskort
- 2 Pixel nøgleringe
- Tapet – som kan bruges til collage

- 2 x A5 krympeplast + 2 kæder
- 2 maleplader 10X10
- Returkuvert

Madkassen

- Morgenmad til 3 dage
- Frokost til 4 dage
- Aftensmad til 3 dage
(indhold til måltider: side 10-11)
- Kaffe
- Slik
- Is

*Der sidder labels på maden med
tilberedningsvejledning*





TIRSDAG DEN 7. JULI

Kl. 12.00: **Den digitale Ferie Camp åbner** – du skal være i Facebookgruppen

1. **Cliff byder velkommen** til Den digitale Ferie Camp 2020 ved at gå live
2. **Læg et billede op i tråden** med armbåndet om din arm eller dig med kasket og T-shirt – så vi kan se, at vi er sammen
3. **Send os dine 15 numre**, så du kan deltage i banko kl. 19:30 – du vælger 15 tal mellem 1-90, som du sender til os i en Messenger-besked

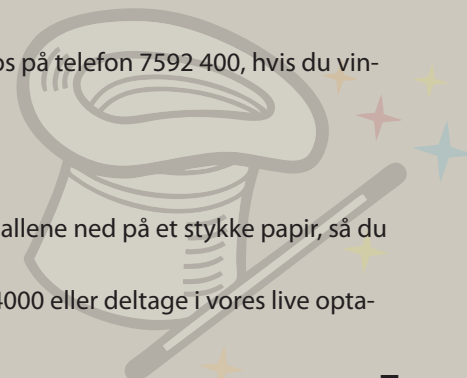
Kl. 13.00: **Forbered din frokost** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav frokosten sammen med os

Kl. 13:10 **Frokost**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under frokost den 7. juli sammen med en kommentar

Kl. 14.00: **Trylleshow og -skole** med Palle og lille Virgil – du skal være i facebookgruppen

1. Hjælp dit barn med at finde tryllesættet i aktivitetskassen
2. Palle viser i facebook-gruppen, hvordan tryllesættet skal bruges og laver herudover trylletricks
3. Du kan evt lægge et foto eller en video på i tråden med dit barn, som laver tricks eller fortælle os, hvordan det går med dit barns trylle tricks

- Kl. 15.00: **Lav din egen feriestemning** – hvordan er op til din egen kreativitet
Du kan vælge at sidde alene eller gå ind i "krea-rummet" og være sammen med andre via video og lyd
Feriestemningen kan evt. være:
- i. Et banner af et gammelt lagen - brug evt. sharpietusserne fra aktivitetskassen til at skrive dit feriecitat
 - ii. Blomster af æggebakker og sugerør
 - iii. Pynte op med sten med citater – brug evt. sharpietusserne fra aktivitetskassen
 - iv. Gå en tur for at finde blomster til at pynte med
- Kl. 17:30 **Forbered din aftensmad** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet"
- Kl. 18:00 **Middag**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under middag den 7. juli sammen med en kommentar.
- Kl. 18.45: **Præmieoverrækkelse** – vi går live i gruppen, hvor vi præmierer 13 fotos af feriestemning
1. Du skal være i gruppe, hvor vi går live
 2. Vi finder fotos blandt de fotos, som ligger i tråden "feriestemning"
 3. Du skal være klar til blive trukket ind i vores livestreaming eller ringe til os på telefon 7592 400, hvis du vinder
- Kl. 19.30: **Banko**
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor vi går live
 2. Du har forinden sendt os 15 tal mellem 0-90 og har selvfølgelig skrevet tallene ned på et stykke papir, så du er klar til at følge med
 3. Når du har banko, så kan du enten vælge at ringe til os på telefon 7592 4000 eller deltage i vores live optagelse ved at anmode om at komme med





ONSDAG DEN 8. JULI

- Kl. 07:00: **Yoga** med yogainstruktør Britt, som vil vise stole-yoga
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor Britt vil gå live
 2. Være klar med en stol
 3. Følg Britts anvisninger
 4. fortæl os gerne i kommentarsporet bagefter, hvordan det har været at deltage
- Kl. 7:50 **Forbered din morgenmad** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav morgenmaden sammen med os
- Kl. 8:00: **Morgenmad**, , du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under morgenmad 8. juli
- Kl. 10:00: **Vi skal på gåtur** – hvor vi sammen laver et Danmarkskort , du vælger selv ruten, og hvor langt du skal gå, men
1. du skal tage et foto af det, du sætter mest pris på ved din by
 2. når du kommer retur fra gåturen, skal du lægge det op i tråden med Danmarkskortet, så laver vi et stort Danmarkskort med de bedste ting fra jeres by eller natur.
- Kl. 12:00: **Forbered din frokost** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav frokosten sammen med os

- 
- Kl. 12:10 **Frokost**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et billede op i tråden under frokost 8. juli
- Kl. 13:30: **Krea-værksted** med temaet: "selvportræt" eller "digital sommer"
Du kan vælge at sidde alene eller gå ind i "krea-rummet" og være sammen med andre via video og lyd
1. Find malepladen 10X10 og oliesættet med pensler plus eventuelt tapet og sharpietuscher
 2. Mal/tegn på malepladen enten temaet "selvportræt" eller "digital sommer"
 3. Når malerpladen er tør, lægger du den i returkuverten og putter det i postkassen, så deltager du i et fælles maleri, som kunstner Pia Brix Thomsen laver efterfølgende
- Kl. 15:30: **Jacob Haugaard**
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor du vil blive underholdt via live streaming
 2. Vi glæder os til dine reaktioner
- Kl. 17:30 **Forbered din aftensmad** enten alene i dit eget køkken eller gå ind i facebookrummet "køkkenet"
- Kl. 18:00 **Middag**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" lægge et billede op i tråden under middag den 8. juli sammen med en kommentar
- Kl. 18:45: **Præmieoverrækkelse** – vi går live i gruppen, hvor vi præmierer 13 fotos fra dagen
- Kl. 19:30: **Quiz** – vi dyster på paratviden
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor vi går live
 2. I livestreamingen vil der dukke spørgsmål op, som du skal besvare
 3. Vi vil trække en af jer, som svarer rigtigt på spørgsmålet ind i vores livestreaming og give pågældende mulighed for at påvirke det næste spørgsmål, så vær klar til at svare rigtigt og anmod om at være med

Voksen

Tirsdag frokost:

Rugbrød m/makrel i tomat, oksespegepølse, rullepølse, rødløg, tomater

Tirsdag aften:

Hjemmelavet lasagne m/oksekød, grønt til salat og dressing, sodavand

Onsdag morgen:

2 boller m/smør, ost og marmelade, frugt, kaffe

Onsdag frokost:

3 frikadeller m. kartoffelsalat, rugbrød + pålæg fra tirsdag

Onsdag aften:

Kalkun i karry med ris, grønt til salat m/dressing, sodavand

Torsdag morgen:

2 boller m/smør, ost og marmelade, frugt, kaffe

Torsdag frokost:

3 frankfurtere, pølsebrød, ketchup og sennep

Torsdag aften:

Engelsk bøf m/kartoffelbåde, bearnaisesauce, salat og dressing, sodavand

Fredag morgen:

2 boller m/smør, ost, marmelade, frugt og kaffe

Fredag frokost:

Rugbrød, rest af div. pålæg, pølser, aftensmad, grønt

Børn

Tirsdag frokost:

Rugbrød m/makrel i tomat, leverpostej, agurk

Tirsdag aften:

Hjemmelavet lasagne m/oksekød, gulerødder, agurk, juice

Onsdag morgen:

2 boller, smør, pålægschokolade, frugt, juice

Onsdag frokost:

3 frikadeller + rugbrød og pålæg fra tirsdag

Onsdag aften:

Kalkun i karry med ris, gulerødder og rosiner, juice

Torsdag morgen:

2 boller m/smør, pålægschokolade, frugt, juice

Torsdag frokost:

3 pølser, pølsebrød, ketchup og sennep

Torsdag aften:

Nuggets m/kartoffelbåde, grønt, juice

Fredag morgen:

2 boller m/smør, pålægschokolade, frugt, juice

Fredag frokost:

Rugbrød, rest af div. pålæg, pølser, aftensmad, grønt

Minus svinekød

Tirsdag frokost:

Rugbrød m/makrel i tomat, oksepegepølse, kyllingepålæg/
kyllingepostej, rødløg, tomater

Tirsdag aften:

Hjemmelavet lasagne m/oksekød, grønt til salat og dressing,
sodavand

Onsdag morgen:

2 boller m/smør, ost og marmelade, frugt, kaffe

Onsdag frokost:

3 kyllingefrikadeller m/kartoffelsalat, rugbrød + pålæg fra
tirsdag

Onsdag aften:

Kalkun i karry med ris, grønt til salat m/dressing, sodavand

Torsdag morgen:

2 boller m/smør, ost og marmelade, frugt, kaffe

Torsdag frokost:

12 små oksepølser, pølsebrød, ketchup og sennep

Torsdag aften:

2 grøntsagsbøffer, kartoffelbåde, salat/grønt, sodavand

Fredag morgen:

2 boller m/smør, ost, marmelade, frugt og kaffe

Fredag frokost:

Rugbrød, rest af div. pålæg, pølser, aftensmad, grønt

Den grønne

Tirsdag frokost:

Rugbrød m/makrel i tomat, peanutbutter, veg. pålæg, grønt

Tirsdag aften:

Hjemmelavet veganerlasagne, grønt til salat, dressing, sodavand

Onsdag morgen:

2 boller, smør, ost, marmelade, frugt, kaffe

Onsdag frokost:

Falafler + rugbrød og pålæg fra tirsdag, grønt,

Onsdag aften:

Vegansk karryret med ris, grønt til salat m/dressing, sodavand

Torsdag morgen:

2 boller, smør, ost, marmelade, frugt, kaffe

Torsdag frokost:

Veg. pølser, pølsebrød, grønt

Torsdag aften:

2 grøntsagsbøffer, kartoffelbåde, salat/grønt, sodavand

Fredag morgen:

2 boller, smør, ost, marmelade, frugt og kaffe

Fredag frokost:

Rugbrød, rest af div. pålæg, pølser, aftensmad, grønt



TORSDAG DEN 9. JULI

- Kl. 07.00: **Yoga** med yogainstruktør Britt, som vil vise blid yoga
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor Britt vil gå live
 2. Være klar med en måtte eller et tæppe og eventuel en pude
 3. Følg Britts anvisninger
- Kl. 7:50 **Forbered din morgenmad** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav morgenmaden sammen med os
- Kl. 8.00: **Morgenmad**, , du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under morgenmad 9. juli
- Kl. 10.00: **Bankoløb**
1. Find bankoplade og gavekortet i aktivitetskassen
 2. Du vælger selv ruten og længden på bankoløbet, du skal dog have fuld plade
 3. Husk at handle ind til den kage, du vil bage til eftermiddagens aktivitet
 4. Læg et foto op af den fulde plade i tråden "bankoløb"

Kl. 12.00: **Forbered din frokost** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav frokosten sammen med os

Kl. 12:10 **Frokost**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op af din tallerken.

Kl. 14.00: **Den store bagedyst**

1. Du har handlet ind med gavekortet til den kage, du vil bage
2. Bag kagen/lav kagen
3. Læg et foto op af den færdige kage inden kl. 17:00 i tråden "bagedyst"

Kl. 17:30 **Forbered din aftensmad** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet"

Kl. 18:00 **Middag**, du kan vælge at spise sammen med andre i "spisestuen" eller lægge et foto op af din tallerken 9. juli

Kl. 18.45: **Præmieoverrækkelse**

1. Du skal være i gruppe, hvor vi går live
2. Vi finder fotos blandt de fotos, som ligger i tråden "bankoløb og bagedyst"
3. Du skal være klar til blive trukket ind i vores livestreaming eller ringe til os på telefon 7592 400, hvis du vinder

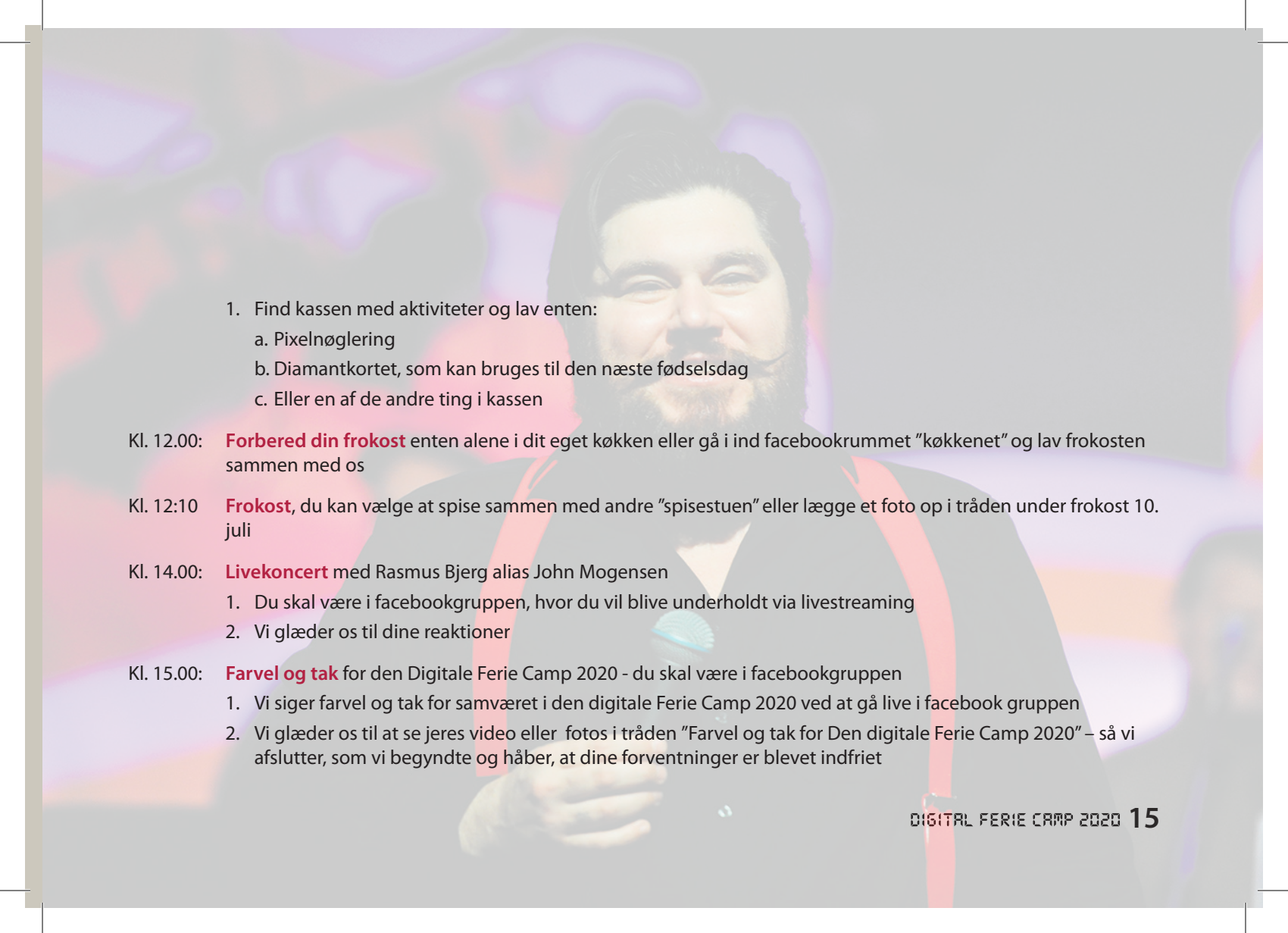
Kl. 19.30: **Film "Klovn the final"**

1. Gør dit slik klar og læg et foto op af din hygge under tråden "klovn the final"
2. Vær i facebookgruppen



FREDAG DEN 10. JULI

- Kl. 07.00: **Yoga** med yogainstruktør Britt, som vil vise yoga for store og små
1. Du skal være i facebookgruppen, hvor Britt vil gå live
 2. Være klar med en måtte eller et tæppe og eventuel en pude
 3. Følg Britts anvisninger
 4. Fortæl os gerne i kommentarsporet, hvordan det har været at deltage
- Kl. 7:50 **Forbered din morgenmad** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav morgenmaden sammen med os
- Kl. 8.00: **Morgenmad**, du kan vælge at spise sammen med andre i facebookrummet "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under morgenmad 10. juli
- Kl. 10.00 **Krea-værksted**
Du kan vælge at sidde alene eller gå ind i "krea-rummet" og være sammen med andre via video og lyd

- 
- A man with a beard and a red backpack is speaking into a microphone. The background is blurred, showing other people and lights.
1. Find kassen med aktiviteter og lav enten:
 - a. Pixelnøglring
 - b. Diamantkortet, som kan bruges til den næste fødselsdag
 - c. Eller en af de andre ting i kassen

Kl. 12.00: **Forbered din frokost** enten alene i dit eget køkken eller gå i ind facebookrummet "køkkenet" og lav frokosten sammen med os

Kl. 12:10 **Frokost**, du kan vælge at spise sammen med andre "spisestuen" eller lægge et foto op i tråden under frokost 10. juli

Kl. 14.00: **Livekoncert** med Rasmus Bjerg alias John Mogensen

1. Du skal være i facebookgruppen, hvor du vil blive underholdt via livestreaming
2. Vi glæder os til dine reaktioner

Kl. 15.00: **Farvel og tak** for den Digitale Ferie Camp 2020 - du skal være i facebookgruppen

1. Vi siger farvel og tak for samværet i den digitale Ferie Camp 2020 ved at gå live i facebook gruppen
2. Vi glæder os til at se jeres video eller fotos i tråden "Farvel og tak for Den digitale Ferie Camp 2020" – så vi afslutter, som vi begyndte og håber, at dine forventninger er blevet indfriet

Trylle Palle og lille Virgil

Palle har optrådt professionelt over hele verden i 30 år, og sønnen Virgil er en af landets mest eftertragtede børneskuespillere med over 50 film, serier, biograffilm og reklamer bag sig. Sammen udgør de en fantastisk og underholdende duo. På årets Ferie Camp leverer de fascinerende og professionel magi for både børn og voksne. Og de viser dig, hvordan du kan trylle med tryllesættet fra aktivitetskassen.



Jacob Haugaard

Vi lidt usikre på, hvad der skal ske onsdag kl. 15.30, men vi er sikre på, at det bliver sjovt og underholdende. På det tidspunkt går Jacob Haugaard nemlig on-line på årets Ferie Camp.

Jacob er en god gammel ven af Landsforeningen af VæreSteder, og som altid, når Jacob indtager scenen, er der lagt op til underholdning med komik, sang og musik. Jacob er en ægte original, og hans optræden er altid noget helt særligt og uforudsigeligt. Komiker, musiker, komponist, tekstforfatter, politiker og konferencier er blot nogle af de titler, Jacob Haugaard kan pryde sig med. Han er en mand, der har prøvet meget i sit liv og karriere, hvilket han bidrager med i sine optrædener.

Vi er meget spændte på at se og høre, hvad Jacob finder på til året Ferie Camp, og måske er vi så heldige, at han spiller værestedssangen "Gi folk en ekstra Chance." Det bliver hammer, hammer fedt

Rasmus Bjerg

Rasmus Bjerg er kendt fra utallige roller i danske og internationale film, men måske allermost for hovedrollen i Ole Bornedals film om John Mogensen "Så længe jeg lever".

Selvom John Mogensen døde i 1977, lever han i bedste velgående – ikke mindst i de danske hjerter. Siden præmieren på "Så længe jeg lever", er mere end 400.000 publikummer gået i biografen for at opleve Rasmus Bjerg i rollen som en af Danmarks mest folkekære musiker.

Nu går Rasmus Bjerg live på året Ferie Camp og giver os en række af de bedste sange fra John Mogensens mange fantastiske hits.



Klovn the Final

Den danske komedie 'Klovn the Final' (Klovn 3) er den tredje og sidste (!) film i trilogien om Frank Hvam og Casper Christensens pinlige udskejelser, der er baseret på TV2-serien af samme navn.

I den nye film skal Frank fejre sin 50-års fødselsdag, og selvoptagetheden er steget ham til hovedet. Men da Mia pludselig begynder at snakke om at ville skilles, må han tage en revurdering af sin situation.

Først skal han en fødselsdags-smuttur med Casper til Island, men af uransagelige veje ender de to venner i Lars Hjortshøjs hus, hvor de bliver fanget, og Frank får pludselig mulighed for at se sit liv udefra.

Vejledninger til aktivitetskassen

Pixelnøgleringe:

Læg de klare plader ovenpå mønstrene i pakken og sæt så (med fingrene) de små perler – én af gangen – på de små "pigge" i de rigtige farver. Man kan også tage én række af gangen og sætte perlerne på med fingrene.

Når hele pladen er fyldt op, sættes kæden i og så kan det hele kommes i en nøglering.

Vil du være helt sikker på, at kæden ikke går op så tryk forsigtigt på kædens lås.



"Diamantkort":

Folien på kortet tages af, og derefter hældes de små diamanter op i perlebakken – en farve af gangen. Så trykkes den lyserøde pen ned i den røde voks (husk også at tage folien af denne) hvorefter perlerne "fanges" på perlebakken og sættes – en af gangen – på de rigtige steder så tal og farver passer sammen.

Der kan fanges mange perler med et tryk i voksen.



Krympeplader

Krympeplader er et spændende materiale, som ved opvarming i en almindelig bageovn ændrer størrelse. Overfladen bliver på et øjeblik ca. 1/5 af den oprindelige størrelse, og samtidig bliver pladen ca. 1,25 mm tyk og hård.

Krympeplader er naturligvis helt ufarlige, når de bruges, som beskrevet. Mindre børn skal altid være under opsyn af en voksen, så skader i forbindelse med brug af ovnen undgås.

Krympeplader er klar til brug og bemales på den matte-rede side. Bemaling kan ske med farveblyanter, farvekridt samt vandfaste lynskrivere. Det er klogt at lave forsøg på et lille stykke krympeplade, med den type farve som du vil bruge, for at se, om farven binder på pladen.

Tegn eventuelt motivet op med blyant eller læg krympepladen oven på et motiv, der skal kopieres inden motivet farves. Farven lægger sig i de fine ridser i pladen og lukkes inde ved krympningen.

Krympeplader kan klippes med en papirsaks. Skal der være hul i det færdige emne (f.eks i et vedhæng til en

halskæde eller nøglering, laves dette let med en hulmaskine til papir. Hullet bliver også mindre ved opvarming. Når det færdige emne skal formindskes, lægges det på et stykke bagepapir med den farvede side opad. Krympningen sker i en almindelig bageovn, der er opvarmet til 170 gr. Efter kort tid begynder emnet at formindskes. Når emnet igen er glat at se på, er formindsnelsen tilendebragt; det kan tage op til 3-4 min. alt efter størrelse.

Tag nu emnet ud af ovnen (pas på - det er varmt). Emnet kan, mens det er varmt, trykkes i facon eller glattes yderligere ud - alt efter ønske.

God fornøjelse

Tak for denne gang

