



3_2019

Arken



NORGES
UNGE
KATOLIKKER

Norges Unge Katolikker
TILLIT



Arken er Norges Unge Katolikkers blad for barn og unge i alderen 4-12 år.

Norges Unge Katolikker (NUK) er en landsdekkende sammenslutning av katolske barne- og ungdomslag som har sitt utspring i de katolske menighetene i Norge.

NUK er et fellesskap hvor barn og unge har sin egen plass og kan treffe andre katolikker.

NUK som organisasjon baserer sitt arbeid på tro-skap til Kirken, og arbeider i samråd med biskopene på stiftsplan, og sogneprestene i de enkelte menighetene.

NUK støttes av biskopene i de tre katolske stiftene i Norge.

Til grunn for alt NUKs arbeid ligger de tre nøkkelbegrepene Tro, Fellesskap og Handling slik det er beskrevet i organisasjonens formålsparagraf.

Redaksjon:

Maria T. T. Pham (redaktør)

Anna Selmer Olsen

Marta Bivand

Joanna Bivand

Duc Khiem Nguyen

Karol Michalczuk (layout)

Maria Ruiz Ulltveit-Moe

Sara Tørnquist

Forsidebilde:

Vivi Vo

Utgiver: Norges Unge Katolikker

Adresse: Akersveien 16a, 0177 Oslo

Konto: 3000 16 91399

Telefon: 232 19 540

Fax: 232 19 543

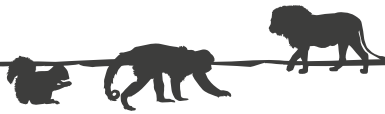
Epost: nuk@nuk.no

Web: www.nuk.no

Trykk: Møklegaards Trykkeri AS

I ARKEN

Leder	3
Ta neste steg på tillitens vei	4
Emanuel viser tillit	6
Oppgaver for de yngste	8
Maria intervjuer	10
Saras tanker: Tillit	12
Årshjul	14
Helgentegneserie: Apostelen Paulus	16
Øvelser for alle	18
Norsk-polsk tekst: Noahs tillit	20
Det kreative hjørnet: Nøkkelringer	22



KJÆRE FORELDRE!

Mitt navn er Maria, og jeg har gleden av å være den nye redaktøren for Arken. Temaet for denne utgaven av Arken er TILLIT. Dette er noe jeg føler er viktig for at vi mennesker skal kunne fungere godt sammen i et samfunn, men er også viktig i forholdet vårt med Gud.

På skolen kan man bli valgt som elevrådsleder og tillitsvalgt. Og i arbeidslivet kan man bli valgt som gruppeleder, prosjektleder eller sjef. Da har representanten som oftest blitt valgt inn tillit fordi andre har troen på at personen vil gjøre en god jobb. De stoler på personen og deres evne til å utføre. Det forutsetter også at man har god samarbeidsvilje.

Er man gammel nok så kan man stemme ved kommune- eller stortingsvalg. Vi kan velge mellom flere partier og representanter. Den man velger har fått din tillit på at de vil gjøre en jobb som vil bedre samfunnet, lokalmiljøet og landet.

Jeg er veldig glad i NUK leirer, men har nå blitt så gammel at jeg bare kan være kokk eller leder. Skal man planlegge leir, så trenger man et team. Leirsjefen vil da velge ut andre ledere og kokker, disse vil være personer som leirsjefen har stor tillit til.

Men tillit er jo også viktig i forholdet vårt med Gud. For noen ganger kan det være vanskelig å fullstendig tro på at det finnes en Gud. Man kan be, lese i bibelen og gå i messe så ofte man vil, men det kan fortsatt føle som at Gud er fjern. Å ha tillit til Gud er ikke bare en tanke på at man tror, men er at man vier livet sitt med sikkerhet og trygghet til Gud. For har du tillit til Gud, har du troen på at Jesus er Guds sønn. Og at han er den sanne frelser som ofret seg for oss, uansett hvor absurd det kan virke.

Til dere voksne og foreldre oppfordrer jeg at dere tenker over på hvordan dere kan bygge tillit hos deres barn, barnebarn og ungdommer i miljøet. Det er noe vi trenger for å utvikle oss og vokse i troen.

Hilsen
Maria T. T. Pham



Av: P. Khiem Duc Nguyen

Ta neste steg på tillitens vei

”

Alle ønsker at andre skal ha tillit til oss, men hvorfor blir det alltid vanskelig når vi selv skal vise andre tillit?

Stol på andre

Jeg ønsker å dele med dere en av mine favoritthistorier. Det var en mann som ville demonstrere for andre at han kunne gå på line over en foss. Mange mennesker flokket seg raskt rundt ham for å se på det store showet. Han startet med å gå på line med en stang i hendene for å holde balansen. Han gikk over og tilbake, og folket klappet. Deretter gjorde han det litt vanskeligere ved å gå over fossen uten stangen. Det fikk han til og folket klappet enda høyere. Videre sa han at han skulle krysse fossen uten stangen og samtidig med bind for øynene. Han gikk sakte og famlet litt fram og tilbake. Vinden blåste og folket holdt pusten. Det tok lang tid og han klarte å komme tilbake levende. Folket var elleville - de klappet og plystret. Til slutt sa han: «Nå skal jeg vise dere at jeg kan krysse fossen med bind for øynene og med en person på ryggen. Hvem vil melde seg frivillig?» Det ble helt stille og ingen torde.

Folket fikk se den unge mannen gå på line på forskjellige måter. Han bestod alle prøver med glans. De fikk se med sine egne øyne hvor god han var og de ble imponerte av hans talent. Likevel var det ingen som ville være den frivillige. De fleste var nok redde for fossen og høyden ned til vannet. Men vannet var ikke den virkelige grunnen. De torde ikke å vise tillit til mannen, selv etter å ha vært vitner til hans utrolige talent og ferdighet.



<https://www.abc.net.au/news/2012-06-16/wallenda-traverses-niagara-falls-on-tightrope/4074700>



Måten folket reagerte på, ville være den vanlige reaksjonen for de fleste av oss. Jeg er selv usikker på om jeg ville tørre å melde meg frivillig. Den eneste grunnen som ville stoppe meg, er garantien for at han absolutt ville få det til, selv etter å ha sett hvor god han var. Jeg kan bare stole på hans ord og hans talent. Men jeg har ennå ikke fått opplevd ham i aksjon med noen på ryggen.

Tro på Gud

Det finnes en mann som har lovet oss mye, og det er Jesus. Han er ikke bare et vanlig menneske som alle andre. Han er både menneske og Gud. Han utfører mirakler: de blinde ser, de lamme går igjen, de døde gjenoppstår. Han har sagt mange fine ting og en av dem er: «Jeg er veien, sannheten og livet.» Han lover alle som går med ham, vil finne veien til paradiset hvor det lykkelige livet blir virkelig. Han spør hver og en av oss: «Stoler du på meg? Har du tillit til meg?»

Når dere går i kirken neste gang, kan dere prøve å se etter et bilde av Jesus med setningen: «Jesus, jeg stoler på deg.» Kanskje noen allerede har det bildet hengende hjemme. Dette bildet blir mer og mer populært fordi Jesus inviterer oss til å gi ham noe som hverken koster eller krever tid. Alt vi trenger å gjøre daglig er å si høyt og helhjertet: «Jesus, jeg stoler på deg.» Når vi sier det og virkelig tror på det vi sier, blir det lettere å gå til ham.

For eksempel, når vi sier at vi stoler på Jesu tilgivelse, vil det bli mindre vanskelig å gå og skrifte. Man er fortsatt redd og nervøs, men man vet samtidig at Jesus tilgir oss uansett hva vi har gjort. Når vi tror at Jesus er kjærlighet, tror vi også at han elsker oss like høyt når vi har såret ham.

Tillit er tro

Å ha tillit til Gud er å stole og tro på hans Sønn. Jesus lover oss ikke bare med ord - han garanterer alt. Det kunne ikke den unge mannen som gikk på line. Mange mennesker før oss har vist sin tillit til Jesus, og han har båret dem på ryggen eller i sine armer. De kjente på masse utfordringer, men Jesus bar dem trygt over til den andre siden av linen: paradiset.

Tillit er først og fremst ikke noe man har. Det er heller en handling – en modig bekjennelse i hver situasjon. Kan jeg oppfordre dere, små og store, til en ting? Si hver morgen: «Jesus, jeg stoler på deg.» Og hver kveld: «Jesus, takk for at jeg kunne stole på deg.» Når vi gjør det, tar vi alltid et steg videre på tillitens vei.



Av: Marta Bivand. Foto: Terapia Sistémica.

Emanuel viser tillit

Emanuel bestemmer seg for å vise tillit.

Emanuel er som oss andre. Han har opplevd mye bra. Mange er hyggelige med Emanuel. Mange er vennlige og bryr seg når Emanuel er lei seg. Noen blir glade når han er glad også.

Men så har Emanuel opplevd noen ting som ikke var så bra. Det har kanskje du også? Noen ting som gjør at man tenker på hvordan andre mennesker kan såre deg. Istedenfor å tenke på hvordan vi mennesker trøster, hjelper og gleder hverandre.

For Emanuel var det ingen dramatiske opplevelser, ikke sånn man ser på film. Nei, han hadde opplevd hverdagsting. En gang mens han enda gikk i barnehagen, så hadde en gutt på avdelingen invitert alle guttene på bursdagsfeiring, utenom Emanuel. Det er lenge siden nå, men det svir likevel. For hvordan kan man egentlig stole på at alt ting går bra? At ingen blir ekskludert, for eksempel?

Emanuel har også opplevd andre ganger der åpenhet til andre ikke blir møtt med gjensidig tillit.

Hva gjør man egentlig da? Når du er sammen med andre men hjertet ikke bobler av vennskap og tillit, men du heller kjenner på engstelse, og på frykt og på at det er bedre å ikke ta sjansen på å stole på en du ikke kjenner.

Emanuel har spurt pappa om dette med tillit før. Han husker at pappa var opptatt av at tillit er noe man gir, noe som skapes og gjenskapes i møte med andre mennesker. Tillit er ikke noe du har i en krukke, og deler ut litt og litt, til det en gang er tomt for tillit. Nei, det å stole



på andre, det er noe man må bestemme seg for, med vilje, og forstand og hjertet.

Så selv om Emanuel - som alle andre små og store mennesker - har opplevd tillitsbrudd, så bestemmer han seg igjen og igjen for å vise tillit. Det motsatte, å vise mistillit, det er jo ikke et alternativ egentlig. Man kan jo ikke gå rundt å være mistenksom alltid. Det blir i hvertfall ikke noe bra!



Av: Anna Selmer-Olsen. Foto: Dreamicus.com, Wikimedia Commons.

Oppgaver for de yngste

OPPGAVE 1

Å ha tillit til noen handler om å stole på dem. Hvem stoler du på?

Det er mange personer i livet sitt man kan stole på.

Her skal du tegne noen av dem.

Stokk om bokstavene og finn ut hvem det er du skal tegne.

AMMMA	PPAAP	SUJES	ÆRLER	EVNN



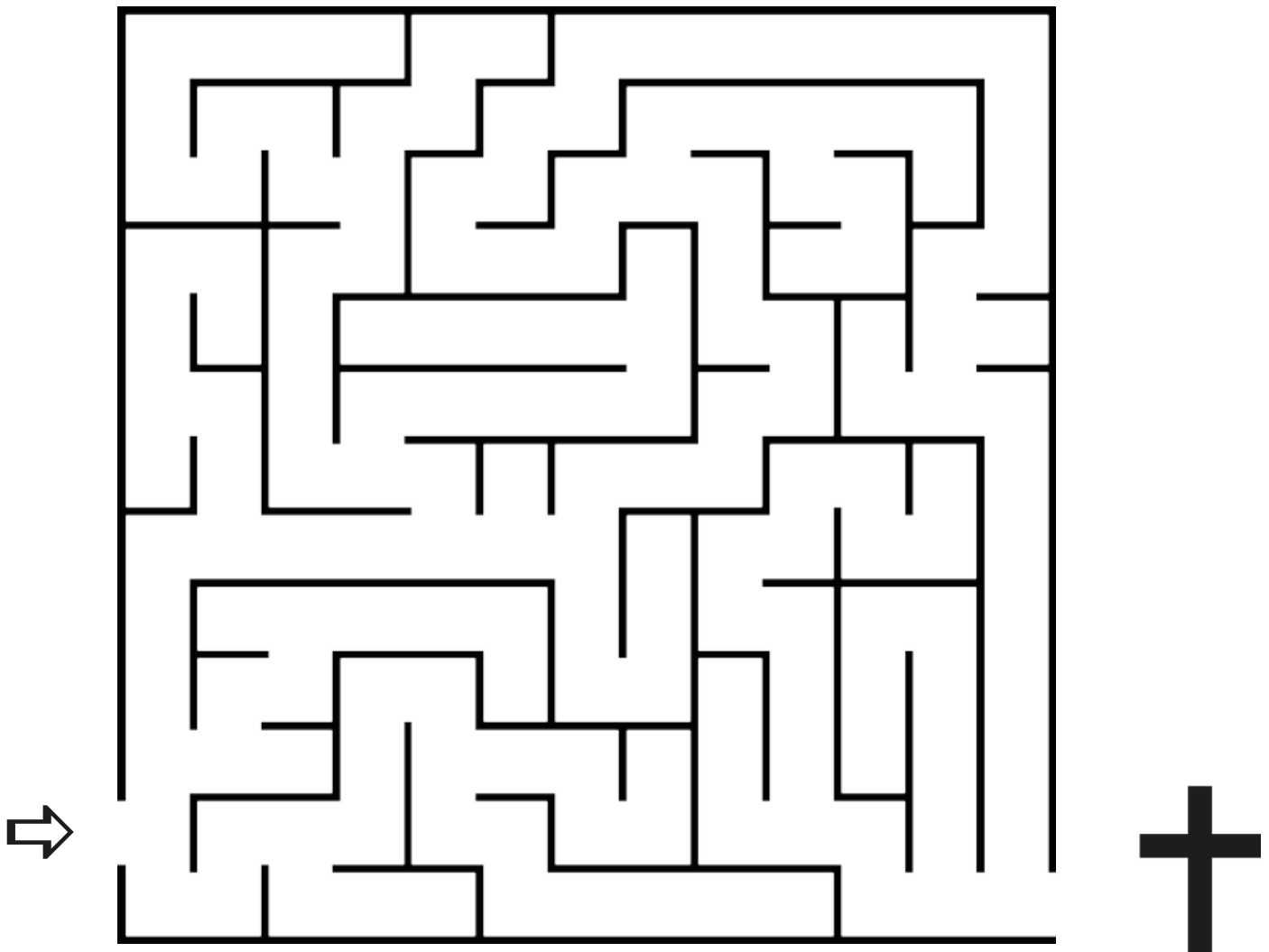
OPPGAVE 2

Noen ganger er vi lei oss, sure, sinte eller krangler med noen.

Da kan det føles som at Gud er veldig langt unna!

Men vi må prøve å snakke med Gud og få hjelp fra han likevel.

Prøv å kom deg gjennom denne labyrinten og komme fram til korset på den andre siden!

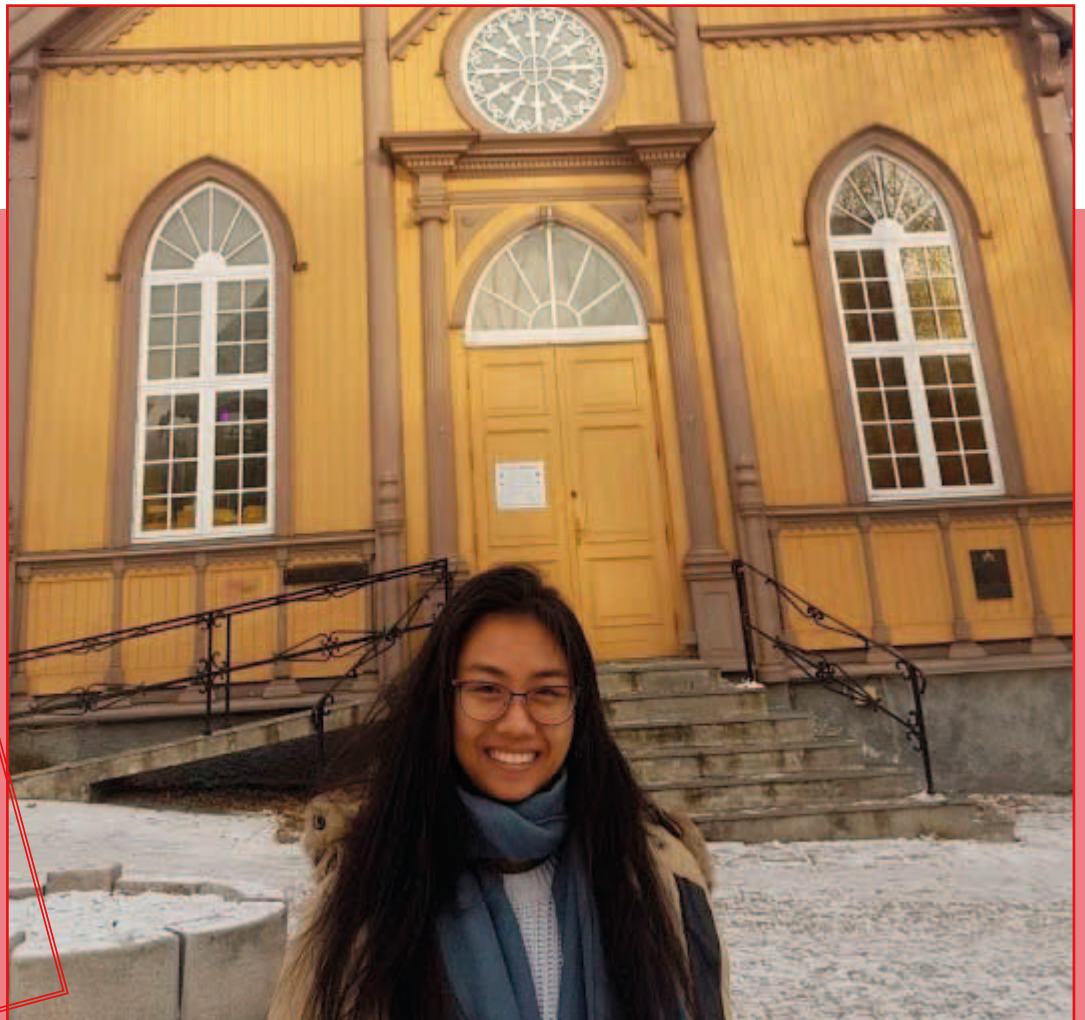




Maria intervjuer

barna av Tromsø menighet

«Hvem
er
det
du
stoler
på?»



”

Pappa & Mamma

Meron (10 år), Matilda (11 år)

”

Bestevennen min Lotte

Meddy (9)

”

Pappa

Nicole (8 år)

”

Vennen min

Isabel (8 år)

”

Bestefar, bestemor, pappa og mamma

Verdel (5 år)

”

Mamma

Igor (9 år)

”

Hunden min

Samuel (8 år)

”

Vennene mine

Daniel (13 år)



Saras tanker

Tillit er å stole på andre, å ha tillit til andre. Eller å ha tillit i seg selv, selvtillit.

Det er viktig å ha og få tillit, fordi man kan stole på de man har tillit til når man trenger det. Det må bygges for å holde vennskapet oppe. Tillit er byggsteinene i et forhold. Man er mer seg selv når man er med folk man stoler på. Er man ikke seg selv, så kan det være vanskelig å knytte seg til andre mennesker.

Å ha selvtillit betyr at man har tillit i seg selv og at man stoler på seg selv. Det er viktig å snakke med andre man har tillit til hvis man begynner å miste selvtilliten. Det kan hjelpe å se at andre stoler på deg når du ikke stoler på deg selv. Man kan føle at man hjelper andre å få opp selvtilliten og at man er viktig for andre.

Forskjellige typer tillit man må ha i forskjellige typer forhold. Det ville vært vanskelig å behandle vennen din som du behandler Gud. Og når man er gift så er det forskjellig fra om man er venner. For eksempel så gjør du ting med vennene dine, og du forteller mye til dem. Men når du er gift, så er det kanskje vanskeligere å snakke om ting på jobb, fordi personen vet for eksempel ikke hvordan du har det. Men vennene dine på jobb forstår godt hvordan det er. Du forteller forskjellige ting til de ulike personene du har tillit til. Som foreldrene og vennene dine. Du forteller kanskje ikke alt til dem; det er jo mange andre ting som barn liker å si til hverandre, men ikke vil si til foreldrene sine. Det går jo fortsatt an å holde hemmeligheter fra de du har tillit til. Har du en person du forteller hemmeligheter til? Da har





du sikkert mye tillit i den personen. Forteller noen mange hemmeligheter til deg? Hvis noen gjør det, så har de sikkert mye tillit til deg, og de stoler på at du holder det hemmelig.

Det er viktig å holde på tilliten til Gud. Men å ha tillit til Gud kan være veldig vanskelig til tider. Men husk at hvis du mister tillit i Gud, vil Gud alltid ha tillit til deg. At man mister tilliten til Gud kan komme av veldig mange grunner. Man kan føle at Gud ikke hører eller ikke bryr seg om deg. Eller at Gud ikke er der for deg når du trenger det. Hvis livet blir vanskelig og man mister selvtilliten kan man føle at Gud ikke hjelper deg.

Så hvordan bygger man tillit til Gud? Det er vanskelig å gi helt konkrete svar. Det er mange ting man kan gjøre for å kunne stole mer på Gud. Man kan be og fortelle hvilke problemer du har eller andre ting du ønsker å fortelle Gud. Ved å gå til kirken kan du forsterke tilliten din i Gud. Å delta i katekese eller være ministrant kan få deg nærmere Gud og hjelpe deg å skjønne mer av forholdet mellom Gud og menneske. Å skjønne mer av det kan hjelpe tilliten.

Hvordan bygger man opp tillit til andre? Man kan bygge opp tilliten sin til andre ved å bli bedre venner med dem og bruke mer tid med dem. Men tilliten må gå begge veier hvis den skal virke. Ved å snakke og lytte til den andre personen kan den få tillit til deg. Bruker man tid, blir bedre venner og gjør ting med

den personen styrkes vennskapet og tilliten.

Så å ha tillit er viktig for å holde forhold oppe. Det er viktig å holde oppe sin egen selvtillit. Uten tillit hadde ingen kunnet stole på hverandre. Det er befriende i forhold fordi man stoler på at den andre er ærlig. Man trenger ikke da å bekymre seg hele tiden om at den andre gjør noe feil. Man blir ikke fanget av den andre personen fordi man er ikke redd for hva den andre skal gjøre. Det gir en trygghet i den andre personen som du ikke hadde hatt hvis du ikke hadde tillit. Tillit er befriende og betryggende. Tillit gir fred.

PSSST...

**HAR DU BETALT
MEDLEMSKONTINGENT?**

For å sjekke medlemskap send
NUK Medlem til 2030 (gratis)
For å fornye medlemskap 0-25år send
NUK Forny 50 til 2030
For å fornye medlemskap 26-35år send
NUK Forny 200 til 2030

DA BETALER MAN KONTINGENTEN
MED MOBILREGNINGEN.
FORNY MEDLEMSKAP MED VIPPS -
HUSK MEDLEMSNUMMER!
SALGSSTED: 542962 (ELLER QR-KODE)

NU AKTIVITETS

ADVENTSAKSJONEN

For alle som vil gjøre en nestekjærlig innsats for andre mennesker.
Tema for aksjonen er: "Mali- sultkrise i et land herjet av konflikt".
Sted: Hele Norge!

30. november - 23. desember

LANDSMØTE

For: Lokallagsledere, barne- og ungdomskontakter, utvalg, redaksjoner, funksjonærer og gjester. Det er her alle de viktige avgjørelsene tas!
Sted: Mariaholm

18. - 20. september

NM I MINISTRERING

Alle ministrantlag i Norge. Katekese, sosialt samvær og Norgesmesterskap i ministrering.
En langhelg med mye moro!
Sted: Oslo

12. - 16. august

JUNIORLEIR

For: Tweens (alder 12-14) fra hele landet. Denne uka skal vi være sammen på Mariaholm, kose oss i sola, bli kjent med hverandre og Gud. Gled deg!
Sted: Mariaholm

26. juni - 3. juli



Oktober

September

August

Juli

November

Desember



KS KALENDER



BARNELEIR OSLO/ØST

For: Barn fra Oslo og Østlandsregionen mellom 8-11 år. Det blir lek og moro, mange nye venner, bønn og messe. Bli med du også!

Sted: **Mariaholm**

21. - 26. juni

BARNELEIR MIDT

For: Barn fra Trondheim, Levanger, Ålesund, Kristiansund og Molde mellom 8-11 år. Det blir lek og moro, mange nye venner, bønn og messe. Bli med du også!

Sted: **Søvassli Ungdomssenter, Orkanger**

21. - 26. juni

BARNELEIR SØR

For: Barn fra Kristiansand, Larvik, Porsgrunn Sandefjord, Arendal og Tønsberg mellom 8-11 år. Vi skal ha en deilig sommeruke på sørlandet!

Sted: **Stella Maris, Mandal**

21. juni - 26. juni

VESTLANDSLEIR

For: Barn mellom 8-14 år (det året du fyller) fra Bergen, Haugesund og Stavanger. Leiren blir fylt med sang, bønn, lek og moro –vi gleder oss til å ha DEG med!

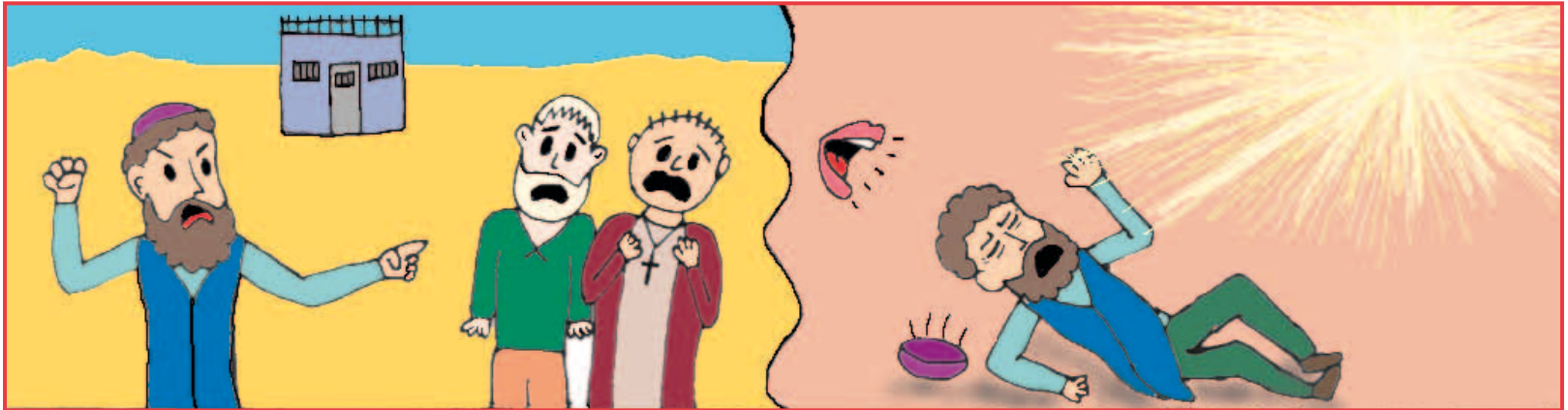
Sted: **Fredtun leirplass**

26. juni - 3. juli



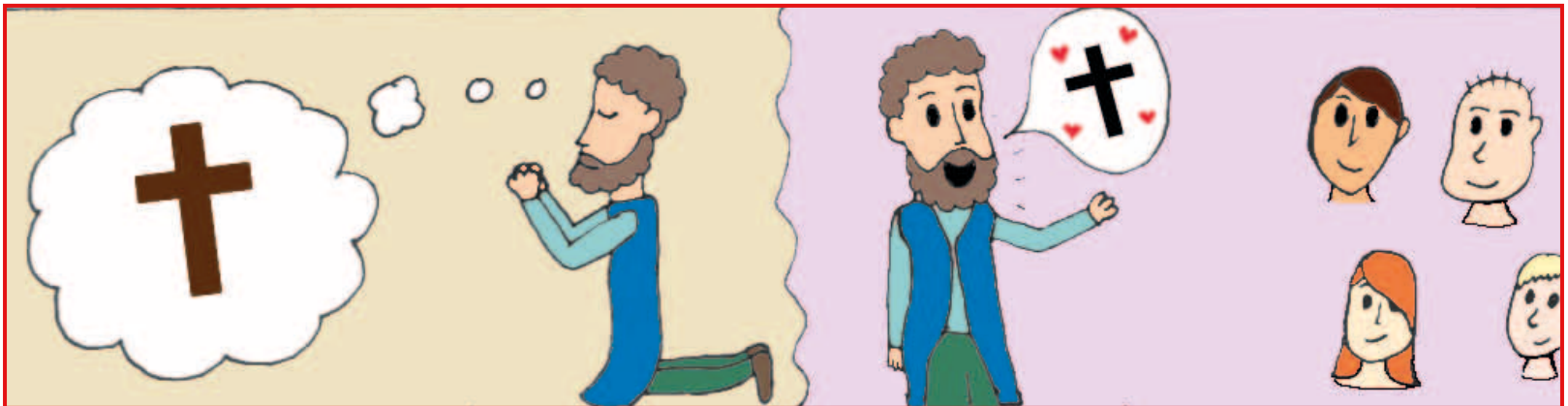
Helgentegneserie:

Av: Anna Selmer Olsen. Tegning: Maria T. T. Pham.



Paulus var født og vokste opp i byen Taurus som en jøde. Hans navn var på den tiden Saulus. Han likte ikke Jesus og heller ikke disiplene til Jesus. Som voksen forfulgte han kristne og fikk dem fengslet.

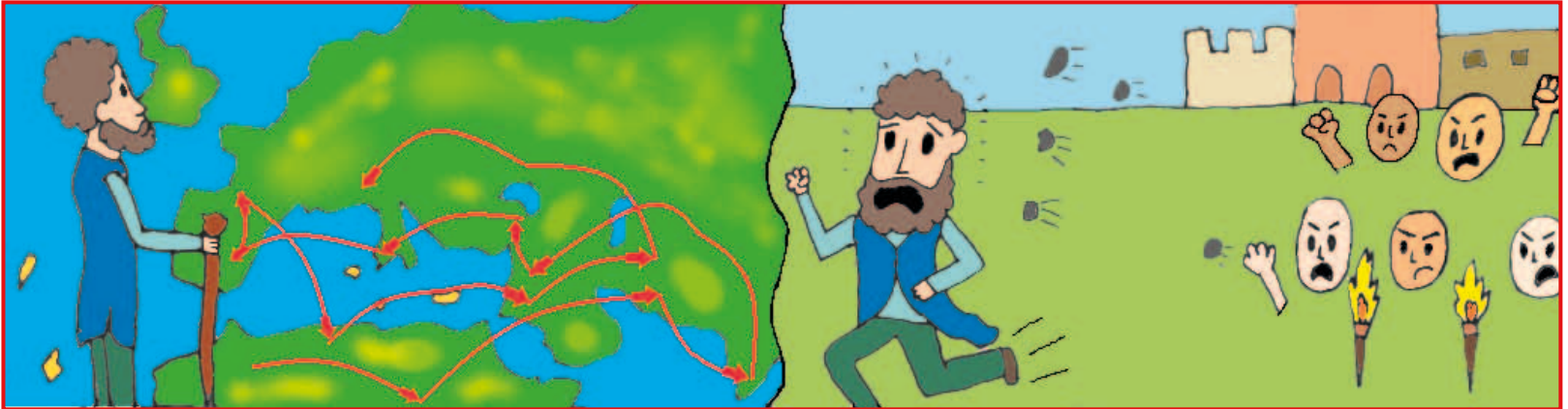
En dag var han på vei til byen Damaskus, men ble blendet av et sterkt lys. Paulus falt ned på bakken av skjelvet og hørte en stemme: «Saul. Hvorfor forfølger du meg?» hørte han. Stemmen tilhørte Jesus. Etter dette ble han blind, og han var blind i tre dager!



Men så møtte han en kristen mann i byen, som han snakket med. Saulus bestemte seg for å lytte til Jesus. Og da fikk han synet tilbake! Paulus begynte da å tro på at Jesus er Guds sønn. Etter dette så ville han lære mer om Gud og Faderens sønn.

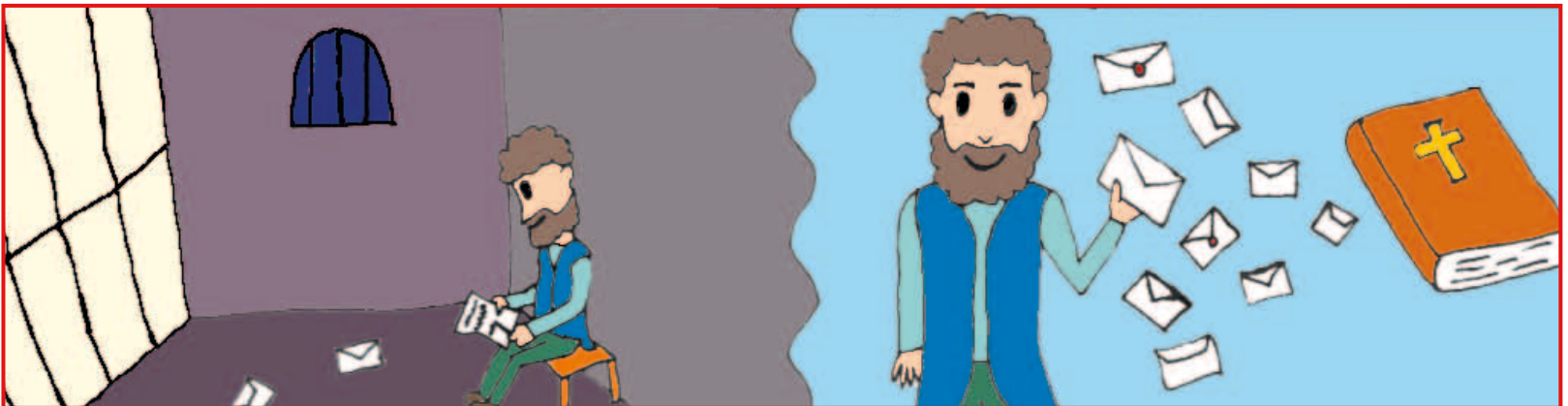
Det Paulus lærte om Gud og Jesus ville han fortelle til alle sammen. Nå hadde han blitt kristen, og han var ikke lenger en som forfulgte andre kristne. Han ville dele det han hadde hørt av Jesus med så mange som mulig. Samtidig skrev han brev og sendte tanker om Gud ut i verden på papir.

Apostelen Paulus



Paulus gikk ut på en misjonsreise. På denne reisen ville han fortelle om Gud til alle sammen. Han gikk ut for å forkynne evangeliet om Jesus.

Ikke alle likte å høre på det Paulus fortalte om Jesus. De som forfulgte kristne, begynte å forfølge Paulus også. Han ble mobbet og kastet stein på, og til og med ble satt i fengsel for at han delte evangeliet.



Mens han måtte sitte i fengsel skrev han på enda flere brev. Paulus endte opp med å sitte i fengsel 4 ganger for at han gikk rundt og fortalte om Jesus.

Paulus er i dag kjent for å være grunnlegger for utbredelsen av kristendommen. Uansett om han ble forfulgt selv eller måtte sitte i fengsel, så ville han ikke slutte å fortelle om Jesus. Han er også en av de første teologene som prøvde å forstå at Jesus er Kristus. I dag kan vi lese brevene hans i Det Nye testamentet i bibelen.



Øvelser for alle

ØVELSE 1: TILLITSFALL

Dette er en øvelse alle sammen kan prøve. 2 personer går sammen.

Den ene personen stiller seg foran den andre, og har armene sine rettet til siden. Personen bak holder armene sine åpne, klar for å ta imot den foran. Den som står foran skal falle ned i armene og må stole på at personen bak tar imot. For å gjøre det vanskeligere så kan man gradvis stå litt lenger fra hverandre.



Bilde av Miriam, Natalie, Reshaun, Amanda, Simon, Noah og Marc fra St. Olav, Trondheim.





ØVELSE 2: FØRING AV EN BLIND PERSON

Gå sammen 2 personer. En person skal gå rundt og følge en annen blind person. Den blinde personen kan ha på seg lue, pannebånd, skjerf eller noe annet som dekker øynene. Man kan etterhvert bytte på hvem som skal være blind. For å gjøre det vanskeligere kan den blinde personen også ha på seg hodetelefoner eller ørepropper. Da kan ikke personen se eller høre.



*Bilde av Isabel og Meddy
fra Vår Frue Kirke, Tromsø.*



Noahs tillit

Husker du fortellingen om Noahs Ark? Denne historien finnes ofte i barnebøker. Man kan også finne Noahs Ark-leker med mange dyr, som kan settes inn i båten. Det er ofte elefanter, sjiraffer, tigre og små figurer av Noah. Jeg så til og med en Noahs Ark badeleke! Mange barn liker denne fortellingen.

Kanskje vi kan gå gjennom historien om en gang til. Den er beskrevet i Første Mosebok i Det gamle Testamente. Gud bestemte seg for å sende en storflom over jorden. Han ville likevel spare Noah og sa til ham, at han må bygge ark, det betyr en diger båt. Gud beskrev nøyaktig hvordan arken skulle se ut. Den hadde mange små rom for dyr, to fra alle slag, det vil si to løver, to sauer og så videre. Noah skulle også samle inn nok mat til ham selv og hans familie. Han gjorde akkurat som Gud sa. Etterpå kom storflommen, og kun Noahs Ark ble igjen.

Hva er det viktigste budskapet fra denne historien? Det er tillit til Gud. Det er derfor Noah overlevde, han hadde stor tillit til Gud. Likevel snakker Gud ikke direkte til oss, som han gjorde med Noah. Han krever ikke så store ting av oss. Gud snakker til oss gjennom De ti bud, gjennom våre foreldre, gjennom lærere på skolen. På denne måten viser han oss hva vi bør gjøre, og hva som ikke er så lurt. Gud vil ha vår tillit. Han er alltid nær oss og Han elsker oss.

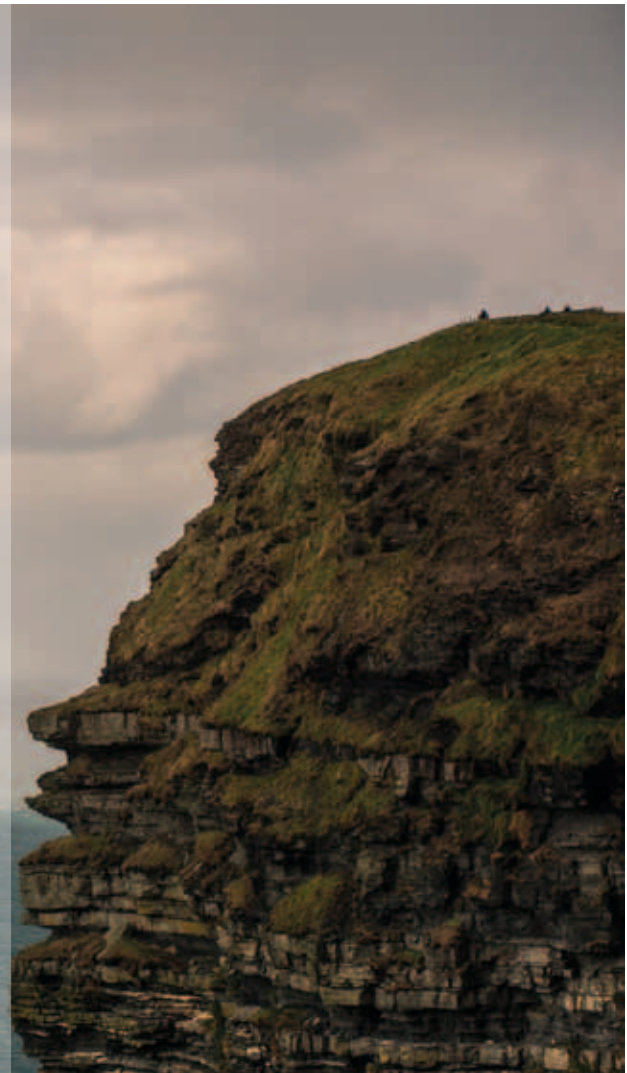


Zaufanie Noego

Pewnie pamiętasz opowieść o Noe i jego arce. Historia o nim, często pojawia się w książkach dla dzieci. W sklepach z zabawkami są nawet zestawy z Arką Noego i różnymi zwierzętami, którymi można bawić się bez końca. Są to często słonie, żyrafy, tygrysy a także małe figurki samego Noego. Widziałam raz nawet Arkę Noego, którą można było bawić się podczas kąpieli. To bardzo znana i lubiana przez dzieci historia.

Może jednak przypomnimy sobie, co tak na prawdę się wydarzyło. Dzieje Noego opisane są w Księdze Rodzaju w Starym Testamencie. Bóg postanowił, że ześle na ziemię potop. Chciał jednak ocalić Noego i powiedział mu, żeby zbudował arkę, czyli taki ogromny statek. Bóg dokładnie opisał, jak ma wyglądać arka. Miała mieć przegrody na zwierzęta, po dwa z każdego rodzaju, czyli dwa lwy, dwie owce i tak dalej. Noe miał też zgromadzić dużo jedzenia i zabrać na pokład swoją rodzinę. Zrobił dokładnie to, co Bóg powiedział. Potem nastąpił ogromny potop i tylko Arka Noego ocalała.

Co jest dla nas najważniejsze w tej historii? Zaufanie Noego do Boga. To właśnie dzięki zaufaniu Noe ocalał. Bóg nie mówi do wszystkich bezpośrednio, tak jak mówił do Noego. Nie wymaga od nas takich trudnych rzeczy. Bóg mówi do nas w inny sposób, na przykład przez przykazania, przez rodziców, przez nauczycieli w szkole. W ten sposób pokazuje nam co mamy robić, a czego nie powinniśmy robić. Bóg chce, żebyśmy mu zaufali. On jest zawsze blisko nas i bardzo nas kocha.





DET KREATIVE HJØRNET:

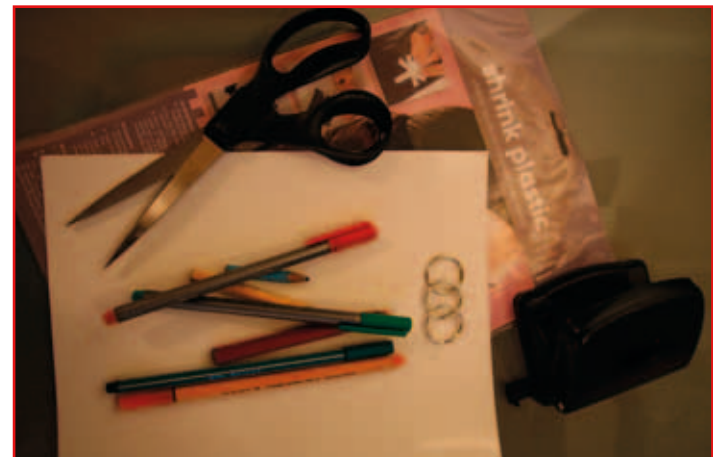
Nøkkelringer av krympeplast!



I denne utgaven av Arken skal vi lage nøkkelringer av noe som heter krympeplast. Krympeplast er en type ark som er laget av plast. Når man varmer arket i ovnen, skrumper det inn! Du finner krympeplast i hobbybutikker, som for eksempel Panduro.

Du trenger:

- ♦ krympeplast
- ♦ en saks
- ♦ fargeblyanter
- ♦ nøkkelringer
- ♦ en hullemaskin
- ♦ en ovn



1. Sett ovnen til den temperaturen det står på din pakke med krympeplast. På min sto det 175grader.
2. Tegn det du vil ha på nøkkelringen din. Her kan du velge helt selv om du vil tegne med fargeblyanter, tusjer eller blyant. Alt er mulig!



3. Klipp rundt tegningen din med saks.
4. Lag flere hull i tegningen med hullemaskinen. Du bruker hullet til å feste på nøkkelringen etterpå. Når tegningen krymper, blir hullet også mindre, så husk å lage det stort nok.
5. Stek krympeplasten i ovnen slik det står på din pakke.
6. Ta ut krympeplasten. Legg den under noe tungt. Du kan for eksempel bruke en bok. Husk å pakke den inn i aluminium. Vent til den har kjølt seg ned.
7. Fest nøkkelringen til tegningen din.



Her er noen ideer til hva du kan tegne:

- ◆ navnet ditt
- ◆ en stjerne
- ◆ en sol
- ◆ en blomst
- ◆ en bil
- ◆ et visdomsord



Supertips:

Hvis du vil at nøkkelringen din skal skinne, kan du lakke den med gjennomsiktig neglelakk. Du kan også bruke neglelakk med glitter hvis du vil ha glitter på.

ADVENTSAKSJONEN 2019 

FISK FOR FREMTIDEN

YRKESOPPLÆRING FOR UNGDOM I COLOMBIA

SEND EN DONASJON TIL KONTONR:

3000.16.91410

ELLER VIPPS TIL: **93083**



NORGES
UNGE
KATOLIKKER

 Caritas
Norge



adventsaksjonen/norgesungekatolikker



nukadventsaksjonen/norgesungekatolikker

ADVENTSAKSJONEN.NO 