



## SCHEMA ATHENA UNGDOMSLÄGER

1-8 augusti 2021

### Dag 1 – Ankomstdagen

Under lägrets första dag lägger vi stor vikt vid att alla lär känna varandra. En trygghet i gruppen som gör att alla känner sig inkluderade är avgörande för en bra lägervecka. Vi går igenom regler och gör oss hemmastadda på Hillesgården och de natursköna omgivningarna.

### Dag 2 – Att vara människa

Vi utforskar och reflekterar tillsammans kring hur man kan se på detta med att vara människa. Vilka olika delar består jag som människa av? Varifrån kommer jag? Vilken uppgift har jag i världen? Kreativitet och skapande på olika sätt tar stor plats denna dag. På kvällen samlas vi för gemensamma aktiviteter.

### Dag 3 – Livets mening

Är allt slumpens verk eller finns det en mening? Efter förmiddagens föreläsning om livet, medvetandet och slumpen tar vi oss ner till örtagården och upplever denna plats med alla våra sinnen på olika sätt då vi reflekterar kring de stora frågorna. På eftermiddagen lär vi oss om hur örter kan användas och om hur de har använts tidigare i historien. Möjlighet finns att prova på att göra salvor och te. På kvällen samlas vi runt lägerelden.

### Dag 4 – Känslor & relationer

Vad betyder egentligen mod, förståelse, tacksamhet och medkänsla? Denna dag har vi fokus på våra känslor och hur de påverkar oss själva och varandra på olika sätt. Vi gestaltar och arbetar med rollspel, och ägnar stor del av dagen åt kreativt skapande i olika former.

## Dag 5 – Jorden och det som växer

Denna dag har vi fokus på vår planet och naturen. Vi spenderar delar av dagen på Hillesgårdens eko-odling och pratar om hur vi som människor hänger ihop med jorden och allt det som växer. Och vi pratar också om vad odling har för betydelse för att vi ska må bra. Vad innebär det att äta den mat vi själva har odlat? Vad innebär det för oss som människor när vi tappar kontakten med ursprunget till den mat vi äter? Vilket ansvar har vi för planeten? Vi ägnar också en tid av eftermiddagen åt att själva vara i naturen. I naturen har vi nämligen lättare att vara autentiska och ärliga med oss själva. Dessa förmågor är viktiga följeslagare till att hitta sin egen väg i livet.

## Dag 6 – Att bli min egen hjälte

Vilken roll spelar jag? Spelar jag någon roll? Hur ska jag hitta min uppgift som gör skillnad? Dessa frågor kan nog många känna igen sig i. Denna dag kommer vi utforska dessa frågor på djupet på olika sätt. Att vi alla på vår vandring genom livet kan finna vår egen väg till mening, lugn och balans.

## Dag 7 – Avslutning och presentation

Under lägrets sista dag knyter vi ihop allt vi har upplevt och samtalat kring under veckan. Dagens senare del avslutas i en avslutningsceremoni där alla bidrar. Vem är jag och vad vill jag med mitt liv? Att med full uppmärksamhet lyssna till andra och delge sina egna avslutande reflektioner är dagens centrala del.

## Dag 8 – Avresedag

Vi har några avslutande övningar, tankar och reflektioner innan det är dags att skiljas från nya och gamla vänner.

