

Juba Bla #2-20





Junior- og barneorganisasjonen Juba er en frivillig organisasjon som arbeider for å redusere alkohol- og narkotikabruken i samfunnet, for å lære barn demokratisk deltakelse og for å bidra til en mer rettferdig fordeling av godene i verden.

Vi ønsker å skape gode, trygge og lærerike møteplasser for barn. Vi har variert aktivitet for barn, både i form av forskjellige lokallag, arrangementer og brevklubber.

Juba er mest for deg mellom 6 og 14 år, men vi har god plass til alle som støtter formålet vårt. Vårt mål er å skape trygge barn med tro på seg selv. Ved hjelp av voksne rollemodeller med positive verdier og tydelige grenser gir vi barn muligheter og kompetanse til å ta ansvar for seg selv, samt trygghet til å ta egne valg og gode beslutninger.

Aktivitetskalender

21.-22. juni:
Under åpen himmel
Jubas jubileumleir 2020,
Nordtan og Leirsted,
Grunnlandet

22.-28. juli:
Jubas Aktivitetsleir 2020
Alta folkehøgskole,
Alta, Troms og Finnmark

Ta kontakt med aktivitetskonsulent Mari for mer informasjon om aktiviteter: mari@juba.org

Juba trenger flere reportere!
Vil du skrive, tegne, intervju og sende inn ting til JubaBla?
Ta kontakt med oss på juba@juba.org

Vær deg selv! Vær åpen! Vær en venn! Vær nysgjerrig!

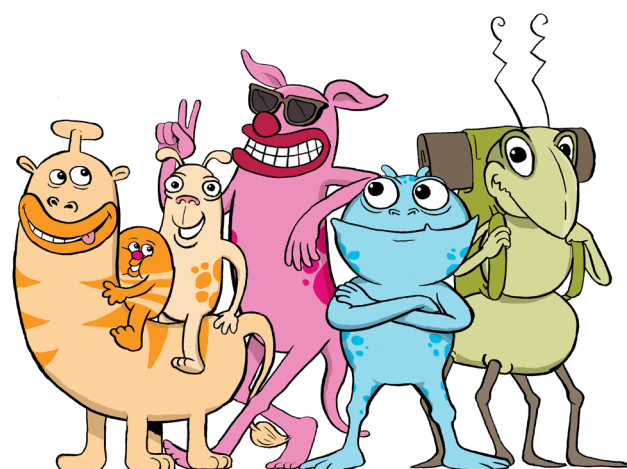
#Jubanorge
Du finner oss på Facebook og Instagram og på Juba.org

Junior- og barneorganisasjonen Juba
Torggata 1
0181 Oslo

Epost: juba@juba.org
Telefon: 993 59 080

Hvem som har laget dette bladet:
Redaktør: Eli Kjensberg. Design: Ida Braaten. Oppsett og innhold: Oda Dalhøy.
Bidragsytere: Katrine Engen, Mari Skjerden, FORUT, Oda Dalhøy, Hugo Brekken, Ole Hans S. Fjellvang, Sandefjord Jubaklubb.

Trykk: Tinde. Opplag: 1000v



Kjære Jubamedlem!

Nå går vi sommeren i møte, det er mye å glede seg til. Helt siden jeg ble født har jeg alltid startet min ferie med en ukes Jubaleir. Den har bestått av telt, gode venner, aktiviteter, bading, lek og mye annet gøy. Kanskje du også har vært på leir før? Hva er dine beste leirminner?

I år blir det dessverre ikke leir, så da må vi finne på

noe annet. Hva er planene dine for sommeren? Jeg hadde tenkt meg til utlandet, men på grunn av koronaviruset blir det Norgesferie for meg i år.

I dette bladet har vi valgt den ene av profilene våre som er «Vær åpen». Å være åpen betyr å ikke være redd for det ukjente. Det kan også bety at selv om man er litt redd, så tør man å prøve noe nytt likevel.

Gjennom Forut, bistandsorganisasjonen til Juba, blir vi kjent med mennesker fra andre land og andre kulturer. Når vi blir kjent med mennesker vi trodde var helt forskjellige fra oss, er det ofte vi oppdager at vi har mye til felles.

Vi mennesker har lett for å gjøre det vi alltid har gjort, i løpet av sommeren vil jeg at du skal være åpen for å prøve noe nytt. Kanskje få noen nye venner? Husk at en fremmed kanskje er en venn du ikke kjenner.

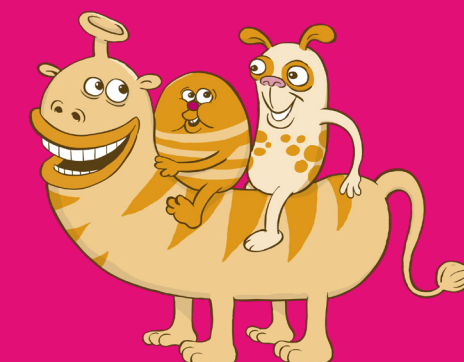
God sommer!
-Katrine



Mange problemer oppstår fordi vi ikke vet nok om andre mennesker og hvordan de tenker. Det kan være folk i andre land, eller det kan være noen vi har som våre nærmeste naboer. Det sies at språk, hudfarge eller religion skaper murer mellom mennesker.

Kanskje er det vår redsel for det ukjente som skaper disse murene. Juba arbeider for å bygge broer mellom enkeltmennesker, grupper og land. Vårt utgangspunkt er at en fremmed er en venn vi ikke kjenner. Hvis vi er åpne for andre mennesker og andre måter å tenke og leve på, blir det færre konflikter.

Vær åpen

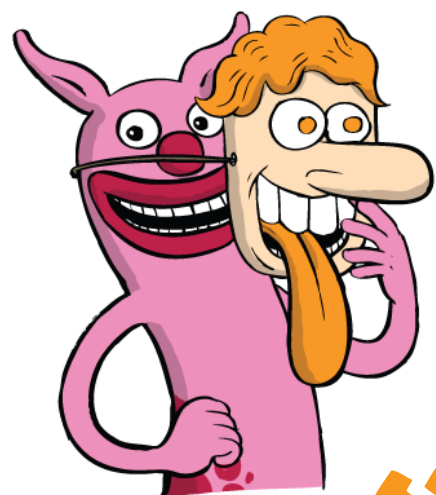


Sandefjord Jubaklubb starter teatergruppe!

Sandefjord Jubaklubb starter opp teatergruppe onsdag 2. september 2020 kl. 17.30-19.00 i IOGT-lokalene i sentrum. Det blir ukentlige samlinger ledet av Cecilie. Målgruppen er primært de i barneskolealder.

Det settes ikke opp teaterstykke etter tradisjonelt manus med tekster ungene må lære utenat. Isteden legges det opp til at ungene som kommer, kan være med på å lage noe som kan vises til foreldre og besteforeldre.

Hvis noen er interessert, kan de sende mail til sandefjord@juba.org.



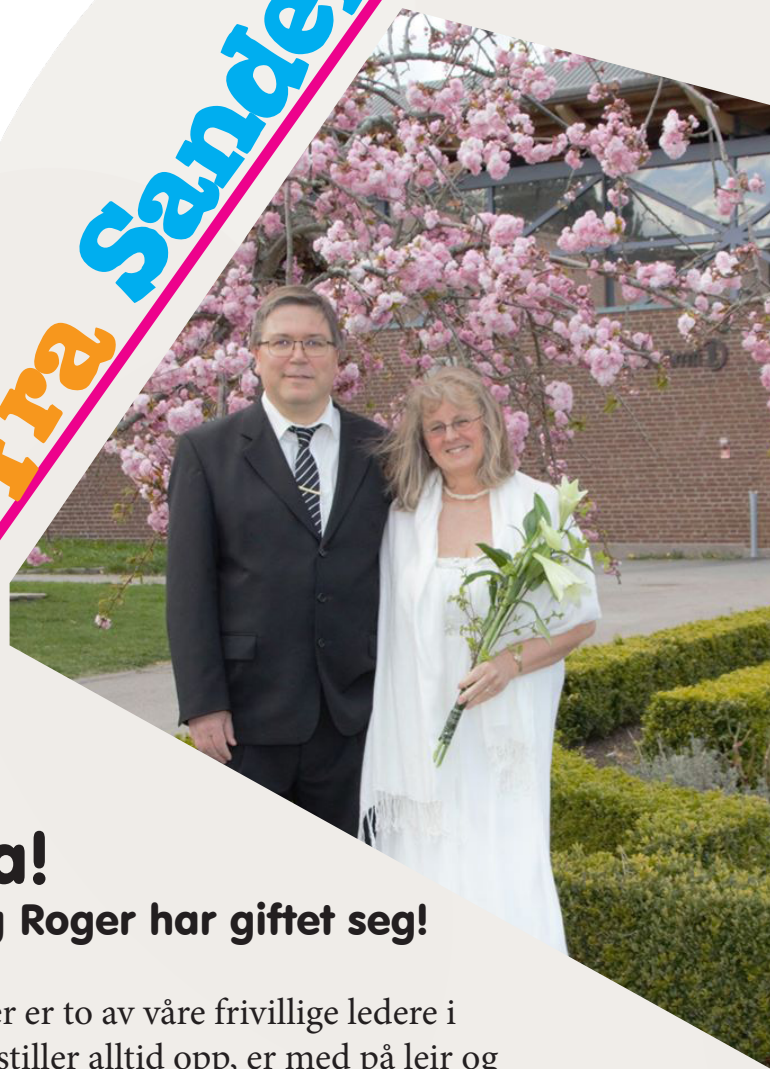
Nytt fra Sandefjord!

Hurra!

Anette og Roger har giftet seg!

Anette og Roger er to av våre frivillige ledere i Sandefjord. De stiller alltid opp, er med på leir og arrangementer og driver Sandefjord Jubaklubb. De sprer glede og positivitet og bidrar med kunnskap, lekenhet og trygghet i organisasjonen.

Juba gratulerer så mye!



Solerød Jubateater fikk støtte fra Sparebankstiftelsen

Solerød Jubateater søkte om kr 100.000 til mikrofonanlegg fra Sparebankstiftelsen og fikk søknaden innvilget. Avdelingen er lokalisert i Undrumsdal i Tønsberg kommune og driver teateraktivitet for barnehage og barneskolebarn. De har sterk lokal tilknytning, men tiltrekker også barn utenfra.

Teateret setter opp to teaterforestillinger hvert år. Disse vises i en skoleforestilling og en åpen forestilling. Avdelingen ble startet vinteren 2016 og har markert seg som en aktiv enhet i bygda. De har blant annet tatt initiativ til oppussing av samfunnshuset og er medarrangør i ulike fellesaktiviteter som samler hele bygda.

Leder Ole Hans Fjellvang forteller at de har stabilisert seg på ca. 35 aktive medlemmer, med en liten utskiftning over tid. Målgruppen er barn 6-14 år, men (delvis grunnet ledernes egne barn) tiltrekker vi oss flest barn i de yngre aldersgruppene.

Ole Hans forteller om søknadsprosessen: I søknadsteksten ble innkjøp av dette utstyret presentert som løsningen på et problem. Det ble igjen fokusert på at dette utstyret skal deles med andre. Både innen Juba og med andre foreninger lokalt.

God planlegging og grundig dokumentasjon er viktig. Tanken om dette har kvernet i bakhodet en stund så da var første del dekket. Det an-

dre ble dekket med et regneark der jeg samlet priser på det vi ønsket. I dette tilfellet var det konkrete komponenter og pris ble tatt fra en nettbutikk vi har handlet en del fra tidligere.

Søknaden gjøres på et nettskjema og det er ikke krav om å laste opp dokumentasjonen. I tillegg til kostnader og søknadsbeløp skal det oppgis evt. annen finansiering etc. Vi ser at usikre skuespillere ofte snakker for lavt til å bli hørt og trenger mikrofon selv ved små oppsetninger. For å holde kostnadene nede har vi lånt ulike anlegg av varierende kvalitet. Feil på utstyr medfører av og til en dårlig opplevelse for skuespillerne, og vi ønsker derfor et eget stabilt anlegg.

Utstyret vil bli gjort tilgjengelig for alle avdelinger innen Juba, blant annet en ny avdeling i Sandefjord som planlegges startet opp i løpet av året. Vi ønsker også å dele utstyret med andre foreninger som benytter samfunnshuset der vi har vår base. Oppdatert teknisk utstyr vil også være mer attraktivt for opplæring av teknisk interessert ungdom.

Vi gratulerer Solerød Jubateater med støtten og gleder oss til teateroppsetningene fremover!

Har ditt lokallag behov for støtte kan du sjekke ut Gjensidigestiftelsen og Sparebankstiftelsen. Du kan også lete etter lokale støtteordninger i din kommune/by.

"LÆRING GIR ENERGI"

Møt Angel fra Nepal i høstens nye aksjon!

I en landsby i fjellområdet Dolakha i Nepal bor sju år gamle Angel med familien sin. I 2015 ble landsbyen hardt rammet av jordskjelv, og både familiens hus og landsbyens skole fikk store skader og måtte rives.

FORUT har bygget en ny, jordskjelvsikker skole som gjør at Angel får den undervisningen hun har krav på. Hun liker godt både å skrive og lese. Favorittfagene er Nepali, engelsk og matte.

Skoleløpet 2020/21 handler om at alle barn har rett til å gå på skolen. Gjennom deltagelse i FORUT Skoleløpet bidrar din skole til en felles innsats for en mer bærekraftig verden.

På forut.no/skolelopet finner du mer informasjon om FORUT Skoleløpet og mye annet materiale dere kan benytte.



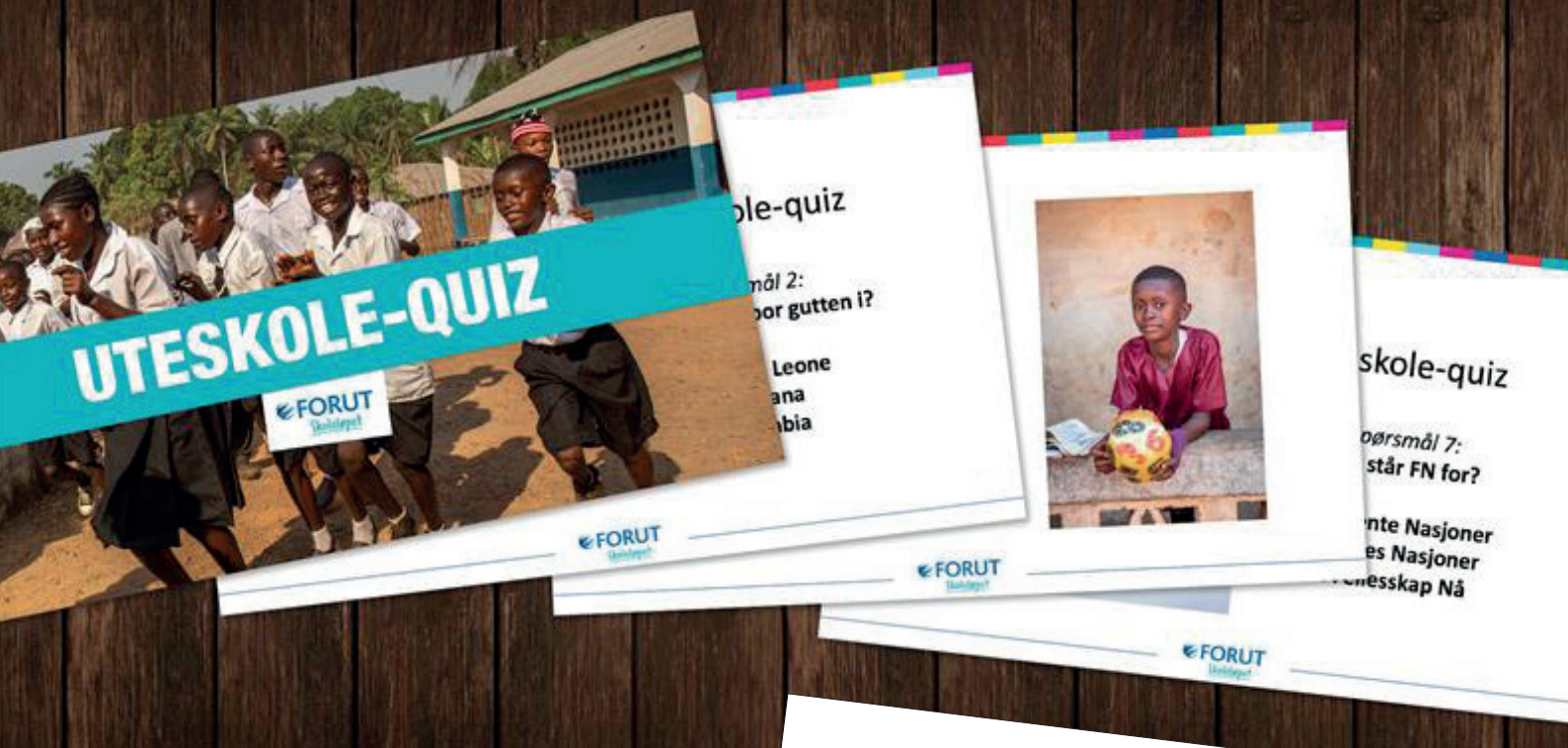
FORUT
Skoleløpet

Mer info og påmelding:

Spør din skole om å melde seg på.

Nett: forut.no/skolelopet

E-post: barn@forut.no • Telefon: 61 18 74 25



Natursti/quiz med tema fra FORUT Skoleløpet

FORUT har laget en «uteskole-quiz» med tema fra FORUT Skoleløpet. Quizen baserer seg på Skoleløpet 2019/20 «Rett til rent vann».

Naturstien kan fint gjennomføres hjemme med familien, sammen med noen venner eller i deres lokale JUBA lag. Se filmen, skriv ut spørsmålene, heng de opp og så er alt klart til å sette i gang med quizen.

«Uteskole-quiz» og alt man trenger av materiell ligger fritt tilgjengelig på forut.no/skolelopet/quiz/

Frisk luft er bra og rett utenfor døra di!
Med denne naturstien/quizen blir det lærerrikt og morsomt også!

Lykke til med quizen og god tur!



Quiz er gøy!

FORUT
Skoleløpet

FORUT
VERDEN KAN FORANDRES

FORUT har prosjekter i Asia og Afrika, og hovedkontor på Gjøvik.
FORUT er medlem av Innsamlingskontrollen

Vær åpen!

En av Jubas profiler er Vær åpen! Å være åpen kan bety mye forskjellig. Du har sikkert truffet noen nye mennesker noen ganger. Da er det fint å kunne si «Hei!» og prøve å bli kjent. Har du kanskje blitt utfordret til å prøve noe du ikke har gjort før? Det kan være lett og tenke at noe du ikke har gjort før kan være vanskelig og at du ikke har så lyst til å prøve. Hva med å bare hoppe ut i det og prøve allikevel? Vær åpen for muligheten til å prøve noe nytt som du samtidig kan lære noe av!

Pippi Langstrømpe sa; «Det har jeg aldri prøvd før, så det klarer jeg helt sikkert!» Alle mennesker er forskjellige. Noen liker å prate masse med mange ulike mennesker, andre liker å være stille og trives best i sitt eget selskap. Det er viktig å huske på at ikke alle er like. Vi ser ikke like ut, vi oppfører oss ikke likt og vi liker ulike ting. Å være åpen for at menneskene rundt oss ikke er helt like som oss selv er viktig å tenke på. Krangling skjer ganske ofte. Vi krangler med venner, vi krangler med søsken og vi krangler med mamma og pappa. Hvorfor krangler vi? Fordi vi er uenige. Jeg vil ha det på min måte og du vil ha det på din måte. Krangling trenger ikke alltid være dumt, så lenge man vet hvorfor man krangler og man vet hvordan

man skal bli enige igjen. Krangling blir dumt når man ikke klarer å løse det. Når man er sinte på hverandre lenge og ikke klarer å bli venner igjen. En ting som kan hjelpe da er å tenke på at man kan være åpen. Man kan tenke på den man krangler med og prøve å spørre hva han eller hun vil? Vil begge ha den samme leken? Hvem sin tur var det på sklia? Hva skjer hvis vi prøver å snakke sammen og høre på hverandre i stedet for å krangle?



I Juba går vi mot en sommer uten sommerleir. Vi vet mange gleder seg til Jubaleir hvert år. I år blir alt ganske annerledes og det kan være både trist og leit. På leir skulle vi truffet igjen gamle kjente, vi skulle ha blitt kjent med nye venner og vi skulle hatt det så fint. Hva skal vi finne på i sommer? Vær åpen for mulighetene! Det er mange leiraktiviteter vi kan gjøre hjemme. Slå opp teltet i hagen! Spis frokost ute! Plukk blomster! Bad! Spark ball! Klatre i trærne! Spis is! Dans i regnet! Vær åpen for at dette kan bli en fin sommer, selv om alt er ganske annerledes.



Intervju med Emma

1. Hvem er du?

Jeg er ei jente på snart 13 år. Jeg bor på Biristrand, og er med i Juba Redalen.

2. Hva liker du med Juba?

Å bli kjent med nye folk, være med på aktiviteter og lære nye ting.

3. Hva er favorittmaten din?

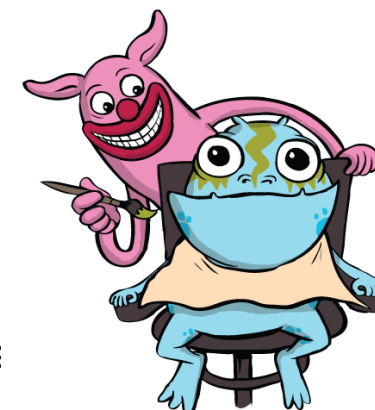
Rakfisk og lapskaus!

4. Hva liker du best å drikke?

Fersken iste

5. Hva syns du er morsomt i hele verden?

Å danse og synge, være med venner og spille fotb:



Presse blomster og blader



Du trenger:

- Avispapir
- Noe tungt til å presse med (f.eks. tykke bøker)

Slik presser du blomster:

- Plukk blomstene og bladene du vil tørke.
- Legg deretter blomstene mellom avispapir og under trykk i noen dager.

Det er viktig at blomstene ikke kommer nær hverandre når de tørkes. Husk at blomstene må ha blitt helt tørre før du bruker dem. Ellers kan de råtne.

Dette kan du bruke de tørkede blomstene til:

- Herbarium. Lim de tørkede blomstene inn i en bok og lim kontaktpapir over hver side. Husk å skrive hva blomstene heter. Forsett på med ny blomst på hver side.
- Blomsterkort. Bruk limpistol til og feste en blomst på innsiden av et dobbeltkort. Skriv en sommerhilsen på og send det til noen du liker.
- Kunst. Bruk limpistol til å feste en blomst på et stykke papp. Sett pappen i ramme, og vips, så har man en fin veggdekorasjon eller sommergave.

Likte du å presse blomster?

Det går også an å låne eller ønske seg en blomsterbok for å finne ut hva de ulike blomstene heter. Da kan du gå på skattejakt etter blomster i hele sommer!



Takk for innsatsen, Kari!

Etter mange år som aktivitetskonsulent og daglig leder i Juba har Kari Torbjørnsen sagt opp sin stilling i Juba og skal i gang med nye utfordringer.

Kari har vært veldig viktig for utviklingen av gode rutiner og har fulgt opp alt det administrative med stødig hånd!

Juba takker så mye for innsatsen! Vi kommer til å savne deg og ønsker deg lykke til videre!



Velkommen, Eli!

Heldigvis så skal ikke Juba gå uten daglig leder. Eli Kjøsberg har takket ja til stillingen som daglig leder i Juba, og mange av dere kjenner henne fra før da hun det siste året har vært vikar for Kari mens hun var i permisjon med sitt tredje barn (hurra!).

Juba gratulerer Eli med fast jobb og vi gleder oss til jobben fremover!

Bli kjent med Eli

Eli kan masse forskjellig. Derfor passer hun så bra i Juba! Hun tok utdannelsen sin i USA og kan ofte få et lengselsfylt blick når hun snakker om alt hun gjorde mens var der. I Norge har hun blant annet jobbet som sekretær i Steinerskolen og i Det Hvite Bånd. Hun har også vært lærer og blant annet undervist på høyskole i kunsthøgskolen og formidling. I tillegg er Eli kunstner og har et eget verksted hvor hun lager de vakreste verk. Eli har også en veldig søt hund som vi ofte får se bilde av her på kontoret, hvis du spør pent på en samling får helt sikkert du også se!



Hugo Brekken
Prosjektleder i
Trygg Oppvekst

Trygg Oppvekst

Et modningsprogram for barn og unge

Hei!

I forrige JUBA-blad skrev jeg litt om hvordan det er å være redd for noe, og at det er viktig å snakke med en voksen når følelsene blir vanskelige og vonde. Dette kalles åpenhet, og det er viktig at vi lærer litt til om dette.

Å være åpen betyr at vi deler tanker og følelser vi har inni oss med andre. Det er veldig lett å være åpen når vi skal dele gode tanker fra fine og morsomme opplevelser. Vi blir i godt humør av å fortelle om glade følelser, og det er hyggelig når andre deler sine gode opplevelser med oss.

Av og til opplever vi at vi får noen tanker og følelser som ikke er gode. Da reagerer vi mennesker veldig ulikt. Noen kjenner den vonde følelsen i magen, andre kjenner den i hjertet, hodet, halsen eller hendene. Det er helt normalt at vi har vår egen måte å reagere på når vi blir sinte, redde eller triste. Slike følelser kommer når vi opplever noe som er ubehagelig og vanskelig, og det kan skje både på skolen, på nettet, hjemme og på fritiden. Kanskje har noen behandlet oss urettferdig, noen har vært slemme mot oss eller vi har hørt eller sett noe som er skremmende og vondt.

Mange synes det er vanskelig å være åpen om de vonde følelsene. Allikevel er det veldig viktig at vi snakker med en voksen vi stoler på, selv om det kan være både flaut, skummelt og vanskelig. Når vi er åpne, er det lettere for andre å hjelpe. Da kan vi få hjelp med de vonde tankene, slik at vi kan bli glade igjen. Slik unngår vi at de vonde tankene vokser seg store og sterke og gjør det vanskelig for oss.

Her kommer tre tips fra Trygg Oppvekst om det å være åpen:

1. Finn en voksen du stoler på, og som du kan snakke med om både gode og vonde tanker og følelser.
2. Hvis du har vonde tanker og følelser som vokser inni deg, og som blir større og vanskeligere for hver dag som går, er det ekstra viktig å snakke med en voksen.
3. Husk at det er helt normalt at barn og ungdom også kan være sinte, redde og triste iblant. Derfor er det naturlig å snakke om disse følelsene også.

Hilsen Hugo



Foto: Alamy.com / CavanImages

Til de voksne som leser dette:

Barn og unge som evner å snakke om ubehageligheter i livet sitt, takler «kriser og katastrofer» som alle barn gjennomlever bedre enn de som gjemmer vanskelighetene inni seg. Barn som er åpne gir seg selv handlingsrom ved at vi voksne kan veilede, rettlede og støtte dem. Derfor er det viktig at vi skaper en arena hvor barn kan snakke om tanker og følelser uten frykt for å bli ignorert eller irettesatt. Frykten for «å få kjeft» er ofte det største hinderet for åpenhet.

Rusreformen - kort forklart

...og hva mener Juba?

Mange har sikkert fått med seg at regjeringen foreslår en Rusreform. Det har vært en del oppslag i mediene og i rusfeltet og i fagmiljøene er det frisk diskusjon rundt reformen. Her er en kort oppsummering av hva Rusreformen innebærer, og hvordan Juba stiller seg til Rusreformutvalgets forslag.

Hva skal reformeres?

I Norge er all bruk av narkotika forbudt. Det betyr at hvis man blir tatt for å ha eller bruke narkotika, blir man straffet. Lover for dette er ulike i forskjellige land. I Norge ønsker man at bruk og besittelse av Narkotika fortsatt skal være ulovlig, men at de som blir tatt med en liten mengde narkotika til eget bruk, skal få hjelp og ikke straff. Reaksjon på å bli tatt med narkotika til eget bruk flyttes fra Justisdepartementet til Helsetjenesten. Det betyr at den som blir tatt får tilbud om hjelp, de får ikke bøter eller fengselsstraff. Det er altså en avkriminalisering, ikke en legalisering. Det er det Rusreformen handler om i korte trekk.

Trenger vi en rusreform?

Tanken bak dette er at mennesker som ruser seg skal ha hjelp, og at straff i seg selv ikke hjelper Bruken av narkotika øker, og tiltak vi har er dessverre ikke nok. Det fleste er enige om at noe og mer må gjøres for å hjelpe de som har rusproblemer, men akkurat hva er en stor diskusjon. I Juba mener vi at vi trenger en reform, men at forslaget slik det er nå ikke er godt nok.

Ulike meninger

Rusreformen er en stor forandring i narkotikapolitikken og det har vært mye diskusjoner og uenighet. Vi som jobber med forebygging av alle typer rusmidler, er heller ikke helt enige oss imellom om forslaget til Rusreformen som er lagt fram. I Juba har vi diskutert grundig og skrevet en høringsuttalelse. Det har vært en krevende og interessant jobb og mye å sette seg inn i.

Utvalget som har skrevet forslaget til Rusreformen har invitert til innspill underveis, og det har vært tydelig hele veien at det er svært ulike oppfatninger rundt dette.

Uansett er målet og ønsket hos alle at det skal være mindre rus i samfunnet og at flere mennesker skal få hjelp hvis de har et rusproblem.

Hva mener Juba?

Det er vanskelig å være helt enig eller helt uenig til Rusreformen. I Juba støtter vi deler av forslaget som har kommet fra utvalget, mens det er noen viktige punkter vi er kritiske til. Vi ser positivt på at det presiseres at narkotika fortsatt skal være ulovlig, og at reformen ikke skal være en begynnelse på legalisering. For de tunge rusbrukerne tror vi Rusreformen er et skritt i riktig retning, ikke minst med tanke på at mange rusbrukere også er foreldre. Vi mener at mindre stigmatisering og mulighet til å få hjelp vil ha positiv innvirkning på livet til barn av rusbrukere.

Ett av de viktigste punktene vi er kritiske til er at det ikke er lagt opp til et eget opplegg for de som er under atten år. I forslaget står det at det skal være frivillig å møte til samtale med hjelpeapparatet, også for de under 18 år. Dette mener Juba er feil. Det er en plikt for oss voksne å hjelpe barn og unge som har det vanskelig, også når noen selv tror de ikke vil ha, eller trenger hjelp. Derfor mener vi at man må skille på type brukere og at det må være en egen modell for de under 18 år. Videre er det heller ikke ment at det skal gis mer tilskudd til å gjennomføre Rusreformen. Dette mener vi er umulig å få til, og det bekymrer oss sterkt fordi det allerede er presset kapasitet i helsesektoren og barnevernet.

Veien videre

I Juba er vi opptatt av barn og unge og det gjenspeiler seg i vår høringsuttalelse. Vi vil følge med på utviklingen og benytte oss av de mulighetene vi har til å påvirke, forebygge og skape trygge møteplasser. Vi vet at mange er kritiske til de samme punktene som oss, og vi håper at våre samlede innspill blir tatt hensyn til.

- Teksten er skrevet av daglig leder i Juba, Eli Kjensberg.

Du kan lese hele høringsvaret på regjeringen.no om du søker på "Høring - Rusreform fra straff til hjelp".



Bli med i Juba

Har du en venn som vil være med i Juba?

Da kan dere fylle ut dette skjemaet.



Juba
Svarsending 9023
0098 Oslo



Navn*:

Adresse*:

Postnummer og sted*:

Fødselsdato*:

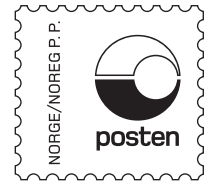
Telefonnummer:

Epostadresse:

Vervet av:

Signatur fra foresatt*:

Alle felter merket med stjerne må fylles ut for at medlemsskapet skal være gyldig. Medlemskap i Juba koster 100 kr i året og du får tilsendt betalingsinformasjon når vi mottar svarsendingen.



Returadresse: Juba, Torggata 1, 0181 OSLO

*Medlems-
konkurranse!*

**HVOR LANG ER
EGENTLIG EN
METER?**

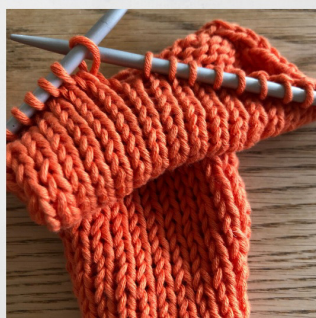
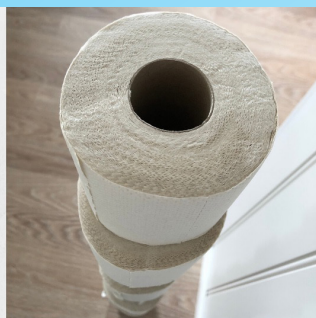


**STABLE, TEGNE,
KASTE, STRIKKE,
MALE...**

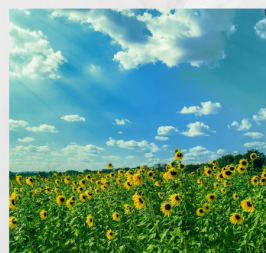


**SEND BILDE AV NOE
SOM ER EN METER
LANGT**

**VÆR MED I TREKNING
AV EN FLOTT
VERKTØYKASSE**



**IKKE MEDLEM?
MELD DEG INN, OG
BLI MED PÅ
KONKURANSEN!**



**FOR Å DELTA MÅ DU
VÆRE UNDER 16 OG
MEDLEM I JUBA. SEND
BILDE AV DIN METER TIL
JUBA@JUBA.ORG INNEN
10. AUGUST**