



## MISJON I HAGEN

Om å lage en hagefestival som også er en møteplass for nærmiljøet, hageinteresserte og folk som ønsker å støtte internasjonalt misjonsarbeid.

Greta Gravås Aarthur





Hftet er utarbeidet i samarbeid med NMS.  
Les mer om NMS på [nms.no](http://nms.no)

Grafisk utforming og illustrasjoner: Anette Thingbø Sundnes, NMS  
Forside- og baksidfoto: Marit Mjøluneset  
Trykk: Ålgård offset  
Papir: Svanemerket og miljøvennlig

## Innhold

Innledning .....	4
Visjon og mål .....	6
Økonomi .....	8
Hvor kan MIHA arrangeres? .....	10
Program på MIHA-dagen .....	11
Organisering .....	12
MIHA superlørdag .....	14
Frivillighet .....	16
Markedsføring .....	18
Rettigheter .....	19
NMS-prosjektet .....	20
NMSU .....	21
Miljøprofil .....	22
Varesalg .....	24
Aktiviteter .....	26
Utstilling .....	28
Oppskrifter .....	30
Andre ressurser .....	42

# Innledning

Hei, så fint at du holder dette hefte i hendene dine, for jeg, Greta, vil så gjerne fortelle deg om MIHA, eller MIsjon i Hagen. MIHA er en hagefestival, en møteplass for familier, for naboen, hageinteresserte og for folk som ønsker å støtte misjonsarbeid i verden. Inntekten av arrangementet går nemlig til et eller annet bestemt prosjekt som NMS (Det Norske Misjonsselskap) driver i Thailand, Kamerun, på Madagaskar eller et annet sted i verden.

MIHA er NMS sitt konsept. Heftet er tenkt å være et inspirasjonshefte og en praktisk veileder for den som vil arrangere MIHA i sitt nærområde. Jeg håper du tar deg tid til å lese heftet i fred og ro. Du vil kanskje få noen tanker og ideer, men la tankene synke ned i deg før du tar noen bestemmelse på noe som helst. Be og la Gud vise seg hvordan du kan være med på å bidra til å

- bekjempe urettferdighet
- utrydde fattigdom
- dele troen på Jesus

Dette er tre viktige mål for NMS sitt arbeid. Kanskje skal du gjøre noe helt annet enn å arrangere MIHA der du bor, eller kanskje har du litt lyst til å introdusere MIHA i nærområdet ditt? Du kan velge å bruke noe av det som står, kopiere helt, eller selvfølgelig gjøre noen endringer som gjør MIHA mer tilpasset ditt nærmiljø.

Før du leser videre vil jeg si litt mer om hvem jeg er og hvem «vi» er. Litt om meg: Jeg, Greta Gravås Aarhun er gift med Dag Arild og ble dermed bondekone. Vi har fire jenter som alle har hver sin familie. Mine interesser er alt rundt hage, alt som kan skapes og formes i ulike materialer og å plukke sopp. Naturen er min inspirator og skogen er min katedral.

Min grunnutdanning er blomsterdekoratør med mesterbrev, og jeg er gartner. Etter hvert tok jeg flere fag på høyskole og universitet og endte til slutt opp med master i visuelle kunsthøgskole. Jeg har flere retninger innen pedagogikk i fagkretsen og mange års erfaring med ungdommer gjennom å undervise på Levanger videregående skole. I barndommen brukte familien min mye tid på søndagsskole og familiekor, uten at koret var knyttet opp til noen bestemt organisasjon. Jeg drev selv søndagsskole og onsdagsklubb i mange år, og har vært ansatt og hatt tillitsverv på krets og landsplan i Søndagsskolen Norge (SN). Jeg har vært styremedlem i regionstyret NMS Trøndelag, og vært styremedlem i landsstyret for NMS i perioden 2020 – 2023. Det er stor stas å ha fått tildelt Søndagsskolen Norge sin hedersfisk og NMS sin frivillighetspris.

Og «VI», det er styret for MIHA som består av seks personer. Da vi startet forberedelsene i 2014 var Julie fire år, Daniel seks år, Andrea 30 år med master i

spesialpedagogikk, dataingeniør Lars Bjarne 31 år, Dag Arild 52 år, både bonde og hovslager, og meg 52 år. Tre generasjoner med spisskompetanse på hvert vårt felt: å være barn, være travle småbarnsforeldre og å leve som mormor og morfar.

Det er viktig at styremøtene har sakliste, og at møtene er så korte og ryddige som mulig. Vi har hele tiden hatt mange runder rundt bordet der alle i tur og orden får uttale seg om en bestemt sak, og vi ber sammen. Møtene skal være koselige og vi har alltid god mat. Tanken er at barna skal få erfare at å engasjere seg i et styre er en god investering for egen trivsel og utvikling. De må se seg selv som en ressurs, dette bygger egen identitet, og gjør at en naturlig blir en del av et fellesskap. Vi ser det som en viktig del av dannelsen til et hvert menneske. Deres stemme har stor verdi og flere av deres ideer ble gjennomført.

Høsten 2023 er Daniel 16 år og har flyttet på internatskole. Julie blir konfirmant i 2024. Engasjerte og flotte ungdommer. Gården har fått ny drift som gjør det vanskelig å fortsette slik vi drev, og styret for MIHA Levanger ble opphørt høsten 2023. Noen ganger skal en glede seg over det som ble utrettet og så gå videre og finne sin nye plass. Stafettpinnen gis nå videre til andre engasjerte mennesker i NMS. Det er både en sorg og en glede. Vi er takknemlige og ydmyke, men stolte over å gi dette videre til deg, for vi ønsker at MIHA skal leve videre.

Vi gjennomførte MIHA første gang 21. mai 2016. Allerede da var det mange hundre mennesker som var innom arrangementet. Hver siste lørdag i mai har vært MIHA-lørdagen. Da covid-19 stengte ned landet startet vi YouTube-kanalen MIHA-direkte. Noen av filmene ligger på YouTube enda. I de to årene covid-19 gjorde det vanskelig å arrangere MIHA hadde vi lotteri over Facebook. Siste MIHA ble arrangert i 2022. Vi og alle de titalls frivillige samlet inn ca. 100 000 kroner hvert år i sju år, fra 2016 – 2022.

Men nå er det nok om meg og oss, jeg lurer egentlig mest på hvem du er, og om du vil finne noe du kan la deg inspirere av i dette heftet. Alt som står her, er slik vi har valgt å gjøre det. Det er absolutt ikke fasiten på hvordan et godt MIHA må være. Om du ønsker å lage en miniversjon av MIHA, så plukk ut de delene du kan bruke, men la verdiene være de samme.

Vi som hele veien har vært styret for MIHA ber nå om Guds velsignelse over deg!



Med varm hilsen fra Greta

Januar 2024

*La oss komme i gang!*



# Visjon og mål

MIHA benytter noen av NMS sine verdier og kjennetegn.

*Høy faglig kompetanse, bærekraft, etterrettelighet og nytenkning skal prege NMS sitt arbeid både internt og eksternt. Vi tror at alle mennesker har evner og ressurser som kan være en drivkraft til positiv endring i samfunnet.*

(NMS sin kommunikasjonsplattform)

Kanskje tolker vi forståelsen av disse begrepene litt utradisjonelt, men dermed kan MIHA by på noe nytt. Verdier som er viktige for MIHA er **inkludering, likeverd og kvalitet**. Dette kommer vi tilbake til.

Et frø har en enorm kraft i seg til å ville spire, men noen forutsetninger må likevel være til stede som vann, lys og riktig temperatur. Alle vekster vi sår i god jord, og som får riktig stell, utvikler seg til det det er tenkt å være. Det gjelder også for oss mennesker. Derfor er misjon så viktig! Misjon legger til rette for at mennesker får det de trenger for å utvikle seg og leve gode liv. Mat, omsorg, nødvendig helsehjelp, utdanning og de får muligheten til å bli kjent med Jesus, han som er den mest trofaste vennen av alle.

Både vekster og mennesker må kunne spire og blomstre fritt. Se for deg en fargerik hage fra den bittelille blå lobelia til prydgresset som vaier fint i vinden og til den store duftende peonen, så vakkert det er! Se også for deg bråkete, håpefulle treåringer i kirken, nysgjerrige tolvåringer på døveskolen på Madagaskar til erfaringsrike pensjonister

i Etiopia, og så deg selv; like mangfoldig og vakkert! Så har alle en gang vært et lite frø. La det spire i hagen, hjemme, i nabolaget og i misjonens arbeid i verden. Misjon og hage har mye felles.

## MIHA sin visjon er LA DET SPIRE

Vi tror at dersom NMS fortsatt skal være virksom i framtida må vi få ut informasjon om NMS sitt arbeid også til de som ikke går på kristne møter, og til de som i dag ikke har penger til å delta på kostbare arrangement. Vi må legge til rette for at barn og unge kan få et eierskap f.eks. til MIHA og en tilhørighet til NMS.

MIHA skal være et lavterskelarrangement med miljøvennlig profil som gjenspeiler den høye kvaliteten NMS bringer med seg gjennom sitt arbeid og sine produkter. Dette kan vi stolt vise fram uten å overdrive eller overkjøre andre. For det er nemlig et ønske at MIHA skal være et sted der flere menigheter og organisasjoner kan finne et fellesskap med fellesnevneren hage og misjon. Vi erfarer at mange kristne møtes alt for sjelden på tvers av menigheter og organisasjoner. På Levanger har vi ni ulike menigheter og organisasjoner. Flere støtter MIHA aktivt og har lagt datoen for MIHA inn i sine aktivitetskalendre. Flere sa: «Her treffer vi andre kristne, det er så koselig» eller «Jammen så jeg ikke naboen, nå skal jeg endelig ta kontakt».

Ordet misjon kan oppfattes på mange måter, og vil nok variere fra sted til sted. Vi har et ønske om at ordet misjon kan

redefineres eller at begrepet utvides gjennom arrangementet MIHA. For misjon er så bra! Misjon er å gjøre det Jesus gjorde. Han snakka med folk, hjalp de som trengte hjelp, fortalte om Gud, spiste sammen med alle slags folk og han så og snakket med barna. Han inkluderte alle og gav alle en sjanse.

Vi som har jobbet fram MIHA har prøvd å ha Jesus som forbilde i alle valg vi har tatt. Vi tenkte: Hvem skal vi lage MIHA for? Hvordan kan vi legge til rette for bevegelseshemmede og svaksynte? Hvordan gjøre tiltak i forbindelse med økonomisk tilrettelegging uten at noen føler seg fordømt, annenrangs, eller stigmatisert? Hvordan kan alle få erfare

et bordfellesskap og få en formening om at Jesus er med oss i hverdagen? Hvordan skal vi inkludere barna, og hva med naboen? Det skal være lett å invitere med naboen og kollegaen til MIHA, og de skal ikke føle seg lurte inn på et misjonsmøte. Vi ønsker at Jesus skal gjenspeiles i alt som skjer uten at de eksplisitte kristne ordene florerer. For å bygge relasjoner må prekenen settes litt på vent. Dette er tanker vi har hatt med oss gjennom hele prosessen og som fortsatt er viktig i MIHA. Vi presenterer her verdiene og målene som vi har arbeidet ut ifra.



### Verdier:

- MIHA er forankret i NMS og organisasjonens verdier.
- Vi har stor tro på bønn. MIHA må være omsluttet i bønn slik at valgene som blir tatt under planlegginga blir gode, og at folk som kommer blir berørt av Guds ånd.
- Alle frivillige er like viktige uansett oppgave, alder, personlighet, kjønn eller nasjonalitet.
- Som gjest på MIHA skal enhver oppleve seg inkludert i alt som foregår.
- Raushet er viktig i tilretteleggingen og i gjennomføringen.

### Mål:

- Styret i MIHA har som mål at flest mulig erfarer fellesskap, trivsel og tilhørighet på MIHA-dagen og etter hvert eierskap til arrangementet.
- Programmet skal være slik at det er lett å invitere med seg naboen og kollegaen på MIHA.
- Folk som kommer på MIHA skal få god informasjon om NMS-prosjektet det samles inn penger til.
- Det skal være lett for alle å kunne støtte opp om prosjektet økonomisk.



## Økonomi

Det er mange nivå en skal passe på når en arrangerer MIHA. Vi ønsker å få inn mange penger til NMS, men det er kanskje et større ønske å lage en arena der kristne folk, familier, naboer og nye landsmenn kan bli kjent med hverandre og at alle kan kjenne seg likeverdige.

Prisene på det vi selger er forholdsvis lave. Vi har for eksempel ikke tatt betaling for parkering, men vi har gjort noe smart; betalingslapper. Når folk kommer blir de ønsket velkommen av en velkomstkomite og de får muligheten til å ta bilde av programmet slik at de har det på mobilen. De får et gratislodd som trekkes helt til slutt, og de får en betalingslapp (se kapitlet Digitale vedlegg). På denne betalingslappen skriver frivillige på sin post hva produktet er, og hva det koster. For eksempel: Ridetur: 15 kroner. Kaffe: 10 kroner. Lodd: 200 kr. Åresalg: 500 kr. Derfor er det nesten ingen fysiske penger i omløp ute i området. Når folk går hjem regner de sammen det som står på betalingslappen, viser summen til den som er økonomisk ansvarlig, og betaler på vipps eller med kort. Erfaringsmessig betaler folk mer enn de har handlet for fordi dette har vært en fin dag og de ønsker å støtte prosjektet. Kanskje har noen dratt uten å betale, den sjansen har vi tatt og det har gått fint.

Vi har valgt at all inntekt går uavkortet til prosjektet. Det betyr at vi i styret har investert en del i MIHA. Det er mange måter å gi til misjon på. Fordelen med å betale alt selv er veldig tydelig når vi rydder opp og samler sammen restene etterpå. Da er det fremdeles våre ting og vi kan bruke dem fritt. Men det går selvfølgelig an å trekke fra alle reelle utgifter i regnskapet. Hvis du kjøper noe privat som MIHA får låne, så merk det tydelig hvem som er eieren.



### Inntektene har kommet fra:

- Hovedlotteriet. Hovedpremien har de siste årene vært en helaften med flott middag for opptil åtte personer, litt underholdning, hagevandring og kjøretur med hest. Vi gjorde det enkelt og åpnet egen stue. Det var utrolig kjekt!
- Flotto-lotteri. Et morsomt egenprodusert lotteri med en hjemmesnekra hagestol, Flotto-stol, som eneste gevinst, se kapitlet Oppskrifter
- Salgsboder med syltetøy, gele, strikkede/sydde eller dreide produkter
- Tivoliveggen, se kapitlet Oppskrifter
- Ridning
- Kafé med varm og kald mat
- Salg av planter, stiklinger m.m.
- Salg av hestemøkk
- Åresalg (loddsalg) på avslutningsmøte



## Hvor kan MIHA arrangeres?

Vi bor på en bondegård. Vi har brukt det vi har tilgjengelig. Det er klart en trenger litt plass, både inne og ute. Været er jo så variabelt. Vi tømmer redskapshuset og lager møtesal der. Men det trenger ikke være på en gård. Noen har en stor privat eiendom og det finnes store telt. Det går an å leie en park, en idrettsbane eller et friluftsområde, men husk å få skriftlig godkjenning av eier, kommune e.l. Det er mulig å leie samfunnshus, grendehus, barnehage, speiderhus ol. dersom de har gode uteområder i tillegg. Vi tenker det er lurt å finne et nøytralt sted utenom de tradisjonelle kristne møtestedene. Samtidig er noen menighetshus, kirker, bedehus og leirsteder innarbeidet som kulturelle arena slik at de er godt egnet. Det vet dere som er lokalt kjente.

Utfordringen med å velge for eksempel et bedehus kan være å få med andre kristne organisasjoner eller menigheter til å støtte opp om MIHA fordi de heller vil engasjere seg i det som skjer i egne lokaler. Er det derimot på en nøytral grunn stiller dette seg annerledes, det er vår erfaring. Ellers går det an å lage en MIHA miniversjon der en bruker sin egen lille hage. En trenger ikke tenke så stort.

## Program på MIHA-dagen

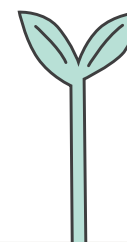
Vi hadde faste programposter i alle år, men med noe variert innhold. Vi erfarte at flere folk kom for å kjøpe planter, og så ble det kanskje en kopp kaffe før de dro igjen. Mange kom litt før kl. 11.00 og dro når avslutningssamværet var ferdig kl. 16.00.

### Forslag til program

Kl. 11.00	Åpningssamling med bønn for dagen og en sang
Kl. 11.15	Åpning av salgsboder og kafé
Kl. 12.00	Salg av pizza, neslesuppe, gigapannekaker og pølser
Kl. 12.30	Eritreisk kaffeseremoni
Kl. 13.00	Minikonsert
Kl. 13.30	Bestefar forteller /program for barn
Kl. 14.00	Faglig foredrag, hage- eller naturrelatert
Kl. 14.45	Avslutningssamvær med åresalg (loddsalg), trekking av hovedlotteriet, Flotto-trekning, andakt, sang og velsignelsen
Kl. 16.00	Ferdig

# Organisering

Kjenner du at du har lyst til være med å arrangere eller legge til rette for en lokal hagefestival, et MIHA? Her står noen punkter som kan fungere som en rekkefølge:



- Snakk med en eller to du kjenner og er trygg på, og del tankene dine.
- Gå på kafé eller avtal å møtes på et litt uvanlig sted, og ta med skrivesaker. Skriv ned alt dere tenker rundt hage, familie, misjon og MIHA.
- Skaff ei bønnegruppe som ber for alt som skjer i prosessen rundt MIHA.
- Opprett et styre på 6-7 stykker. Husk at det er en stor fordel å ha med flere generasjoner - og at barn og unge får slippe til på lik linje med voksne.
- Snakk litt i styret om hva en forventer av hverandre, og at dere er et team.
- Ta god tid til planleggingen slik at ikke noe glipper. Gjerne ett helt år. Bruk gjerne et «Gjøreskjema» (se kapitlet Digitale vedlegg) slik at alle ideer blir notert og ansvaret blir fordelt
- Ta kontakt med NMS sitt områdeutvalg der du bor og fortell hva dere tenker og hvor langt dere har kommet i prosessen. Viktig med en god og positiv kontakt begge veier.
- Bestem sted og dato, og lag et program med tydelig start og slutt. Viktig å holde tidsskjema!
- En ansatt i NMS-regionen skal alltid ha mulighet til fullt innsyn i planlegginga og i økonomien.
- Hvem kan lage varer for salg, og hva ønsker dere å selge? Noen ideer ligger i kapitlet Oppskrifter. Spør folk direkte, vær interessert i hva folk kan og holder på med.
- Opprett en lokal Facebookside, som «Misjon i Hagen Levanger», flere måneder før arrangementet. Legg ut nyttig informasjon og forventningsfulle bidrag. Om det er ønskelig kan alle som er med i et MIHA styre, og er over 13 år, lage en lukket facebookgruppe o.l. der ideer og utfordringer legges fram. Erfaringer kan deles.
- Ta kontakt med lokale grupper og foreninger minst et halvt år i forvegen. Inviter dem til å delta med et eller annet, eller bare for å reklamere for seg selv, men med klare retningslinjer slik at de ikke «tar over» arrangementet.
- Tid for å skaffe frivillige. Lag en oversikt over oppgavene. Spør konkret og i god tid, gjerne tre til fire måneder i forvegen.
- Inviter kristne organisasjoner og menigheter og spør gjerne om å få komme og fortelle hva MIHA er: En møteplass for naboer, hageinteresserte, familier og misjonsfolk. Gjør dette i god tid, gjerne 3-4 måneder før MIHA.
- Ønsker dere t-skjorter/vester med logo på må disse bestilles 2-3 måneder i forvegen.
- Start markedsføring 3-4 måneder før MIHA og intensiv markedsføring en måned før arrangementet.
- Noen er gode på å spørre om sponning av mat, evt. leie av lokaler og premier, gjør gjerne det.
- Infosamling for frivillige ca. to uker før dagen.
- Bønnevandring kvelden før. Fyll på med Guds Ånd og nærvær og be om at gode samtaler må kunne finne sted, om stor trivselsfaktor og at det kommer inn mange penger til NMS.
- Dagen er her med det vær dagen byr på, lykke til i Jesu navn!
- Skriv evaluering. Om det er mulig, samle alle frivillige umiddelbart etter oppryddingen. La alle få si hvordan de har hatt det og hva som fungerte bra og mindre bra. Notér og ta lærdom!



## MIHA superlørdag

Dette handler om organisering rundt MIHA. Det står likevel som et eget kapittel fordi vi har lite erfaring å vise til. Men ideen er god og er som følger:

To lørdager på høsten og en på etterjulsvinteren arrangeres MIHA superlørdag. De som kommer på MIHA superlørdag blir delt inn i ulike arbeidslag etter eget ønske. Noen lager middag med dessert til alle, andre bare leker mens noen lager små ting i snekkerboden og i arbeidsstua. Disse tingene blir solgt på neste MIHA. Vi avslutter superlørdagen med å spise middag sammen.

En viktig tanke som lå til grunn for MIHA superlørdag var å ivareta den relasjonen vi fikk med frivillige som i utgangspunktet ikke var så kjent med kristent arbeid. I alle år var det noen trofaste frivillige som stilte opp på alt vi arrangerte. Flere har vært med helt fra starten av, en fantastisk gjeng! I denne forbindelsen er det en tanke vi håper du kan ta med deg: Finnes det et godt fellesskap i en organisasjon eller menighet de naturlig kan presenteres for?

Vi kjørte opplegget en vinter, men det ble for mye for oss. Ta stilling til om MIHA superlørdag skal gå inn i helheten tidlig i planleggingsprosessen slik at en kalkulerer det inn i arbeidsfordeling og ansvar. Det gjorde ikke vi, men håper du lykkes med MIHA superlørdag.

### MIHA historie

En dame kom kjørende, og da hun fikk se alle bilene som sto parkert på åkeren begynte hun å gråte. Guds ånd berører både den som er søkende og den som alltid lengter etter mer av Jesus.

### MIHA historie

Da all opprydding etter MIHA var unnagjort kom en bil inn på tunet. En mann rakte fram 500 kroner. «Her, vi ønsker å støtte prosjektet, men har vært borte i dag». Ingen i den heimen er aktive i kristen sammenheng.

# Frivillighet

Å skaffe frivillige kan være en spennende øvelse. Det er lett å spørre de du vet har vært frivillige før. Men det er så mange flere der ute. Vi har hatt ca. 50-60 frivillige ved hvert MIHA. Alle har sin helt klare oppgave, og det kommer klart fram at uten en god utførelse av akkurat denne oppgaven så går det ikke greit med helheten. Et år var det 84 frivillige, fra åtte år til 84 år. Barn og ungdommer sto i kø for å få være med. Det er mye å administrere for alle må bli sett og forstå sin oppgave. Og frivillighet er så verdifullt både for den frivillige og for sammenhengen den frivillige er med i. Vi drodler litt først rundt tema frivillighet, for det finnes ingen fasit her heller. Kanskje ligger noe av løsningen i å våge å tenke utenfor boksen.

Hva finnes av grupper og lag der du bor?

Er det en søndagsskole i nærheten, kanskje i flere forskjellige menigheter? Hva om alle søndagsskolebarna øver inn en felles sang de kan opptre med? Det er kjekt! Da kommer mange familier. Er det en ungdomsklubb som kan dekorere en vegg/sceneteppe, steike vafler eller ta ansvaret for et brettspillhjørne? Hva med 4H, ønsker noen å vise fram sine oppgaver? Røde kors har mye å by på, speideren likeså. Kan de vise fram knuter og sørge for pinnebrødsteiking? Sangkor kan opptre og kanskje skaffe seg flere medlemmer? Spelmanslag gir god stemning, hagelag kan vise fram ulike samlinger av planter m.m.

Er dere så heldige å ha en kristen skole i nærheten kan ev. de jobbe med det landet MIHA samler inn penger til. De kan lage noe og selge det. Den norske kirke (Dnk) har diakoner. Kan de se MIHA som et av sine arbeidsfelt? Hva med trosopplæringstiltak? Dette er en familiesamling og kan godt være egnet til å invitere f.eks. sjuåringene spesielt, der de får en gratis ridetur, to spinn på lykkehjulet, gratis mat osv. etter avtale med styret for MIHA. Mange menigheter i Dnk har misjonsutvalg, kan disse engasjeres? Kan man lage en kakebakekonkurranse i nabolaget, eller et olabil-løp? Dette engasjerer og vil mest trolig trylle fram en frivillig eller tre.

Er det en trimgruppe, andre lokale lag og foreninger som vil være med å vise seg fram og samtidig være med som frivillig? En må selvsagt passe på at dette ikke tar over, og det er viktig å presisere at evt. vederlag ikke blir gitt. En kan heller ikke lage sine egne lotteri under MIHA. All inntekt går til NMS- prosjektet. Regnskapet må være tilgjengelig for den som ønsker å se det i ettertid.

Bruk nærmiljøet og bygg gode relasjoner. NMS har mange gode prosjekter som vi stolt ønsker å vise fram. Tenk å få være med på å bekjempe urettferdighet, utrydde fattigdom og dele troen på Jesus. Vi må ut til folket med informasjon om NMS.

## Her er det samlet noen stikkord rundt frivillighet:

- Det første bud er å se utenfor «den boksen» man vanligvis ser.
- Bønnegruppa som ber for MIHA er frivillige, husk å gjøre dem synlige.
- Benytt gjerne de gruppene som finnes i menigheten og i nærmiljøet.
- Husk at barn er verdifulle frivillige, fra seks-sju års alderen.
- Alle kjenner noen som også kan være frivillig, la ballen rulle.
- Ha konkrete oppgaver klare: Noen egnede frivillige må gå rundt og bare drikke kaffe med folk. Setter seg ned ved den som sitter alene og ha som oppgave å være en miljøskaper, en Jesusvenn. En har ansvar for å vaske toalettene, osv. osv. Alle oppgaver vi har hatt behov for står opplistet i Gjøreliste, se kapitlet Digitale vedlegg.
- Konkrete, oversiktlige og overkommelige oppgaver må gis den enkelte, f.eks. selge kaffe fra 11.00-13.00 sammen med Karl, Mari og Mette.
- Jo flere frivillige, jo flere nettverk, men også mer å administrere. Verdien er stor dersom alle blir sett for sin innsats. Dette former eierskap. Det motsatte er tragisk.
- Fortell om prosjektet det samles inn penger til. Berørte og engasjerte frivillige er gull!
- En til to uker før MIHA: Infosamling for frivillige, understrek at dette er et teamarbeid. Lett stemning og ingen lang andakt. Fortell om prosjektet, og viktigheten og storheten i å få være med. Alle må ha en viss oversikt over hva som skal foregå på alle poster.
- Greenroom/pauserom er viktig. Spesielt for de yngste, og for alle om det er litt kaldt. Her må det være litt drikke, snaks og evt. mat og litt godteri. Frivillige skal kjenne og erfare hvor viktige de er.
- Alle frivillige må være merket på en eller annen måte. T-skjorter, armbånd, caps, refleksvester e.l.
- Minn de frivillige om at mobilene skal ligge i lomma. Folkene skal være i fokus.
- En frivillig har ansvaret for all dokumentasjon. Slik noen av bildene i dette heftet er. I 2022 var det en iskald vårdag som ble foreviget av Jonas Hogstad, 13 år. Daniel Myren 15 år hadde ansvaret for videoen. <https://www.youtube.com/watch?v=wnkah2CgkTg>
- På forhånd kan en invitere folk til å samle på små glass til syltetøy o.l., rene potter til hobbydyrkere, poser til varer som skal kjøpes eller små gevinster (husk en viss kvalitet).



Hester foran tivolveggen på MIHA. Foto: Jonas Hogstad



## Markedsføring

Det tar tid å opparbeide et nytt konsept eller en ny tradisjon. Begynn med å informere i NMS-sammenheng, i Dnk og så videre utover til andre menigheter og organisasjoner, til saniteten, bygdekvinnelag, husflidslag osv. Ta med noen gratisbilletter, det blir alltid godt mottatt. Det kan være kaffe og kake for to, tre lodd på hovedlotteriet, en løvetannsirup, tre spinn på lykkehjulet osv. Gjør litt nummer ut av det. Har noen bursdag denne uka? Kjenner du et barn som ville blitt glad for gratis spinn på lykkehjulet? osv. Fortell om prosjektet og programmet. Vi skrev hvert eneste år et informasjons- og invitasjonsbrev til naboene. Der sto programmet, litt om prosjektet og hva som var spesielt for dette året.

Bruk Facebook og Instagram o.l. Selvfølgelig må en få det gjort kjent i kirken og i menighetsbladet der det finnes, og sett opp plakater i nærområdet. Vi har ikke brukt aviser pga. for stor kostnad, men kanskje noen kan sponse? Den beste markedsføringa er positivt omdømme. Her kan lokalavisene være til hjelp. Selv om de ikke reagerer ved første forespørsel, må en ikke gi seg. Vi har opplevd å få ei dobbel side i lokalavisa.

## Rettigheter

MIHA er et konsept og arrangementet hører til i NMS-sammenheng. Følgende kriterier må være på plass for å arrangere MIHA:

- Et styre er på seks til syv personer (ulike aldre) som har en eller to ansvarlige lyttende ildsjeler. Hele styret ønsker å gjøre en forskjell for nabolaget/regionen og for mennesker i verden gjennom NMS sitt arbeid.
- Styret bør ha en god kommunikasjon med områdeutvalget/regionstyret i NMS i det aktuelle området. Når områdeutvalget/regionstyret godkjenner bruk av NMS sin logo i forbindelse med arrangementet, frigis MIHA logoen til bruk.
- Logoen til MIHA er lett å kjenne igjen. Den er nøytral på den måten at den ikke er knyttet til en bestemt organisasjon eller kirke hverken med farge eller font. Logoen kan brukes i mange format og er laget av grafisk designer Hermann Fransen.
- Ansatte i regionen har til enhver tid rett til fullt innsyn i framdriftsplanen og i økonomien.
- En bruker god tid på å planlegge alle detaljer til MIHA-dagen for å sikre god kvalitet i alle ledd. Bruk ett års tid på å planlegge.
- En legger opp arrangementet etter kapasitet og gjør nødvendige lokale tilpasninger. Ingen MIHA er for liten og ingen MIHA er for stor.



## NMS-prosjektet

Det er ikke vanskelig å finne gode prosjekter som NMS er engasjert i. I MIHA sammenheng er det viktig å velge et prosjekt som har med seg noen gode historier, det berører og engasjerer folk.

Vi tror at den beste måten å få prosjektet til å «gløde» på er å bruke tid med de frivillige. Fortelle hva prosjektet går ut på, og at den enkelte frivillige faktisk er med på intet mindre enn å utrydde fattigdom, bekjempe urettferdighet og å dele troen på Jesus. Et sted, en gang må man begynne, og det er nå! Lykkes man med å berøre hjertene til frivillige, har de sitt nettverk som vil bli berørt. Barn er lett å engasjere for andre barns rettigheter. De har en stor rettferdighetsans, som selvsagt ikke må misbrukes, men benyttes.

Neste steg er å legge fram prosjektet med historier for menigheten, i NMS sammenheng og i media (Facebook, Instagram, aviser). Deretter er det viktig å informere og berøre de som kommer på MIHA. Det kan være ei infotavle. Noen som sitter og forteller under posten «Vet du hva!» eller «Tenk at ...». Selvfølgelig sparer vi en god fortelling og presenterer den før en selger årer på avslutningsmøtet.

Som tidligere nevnt kan en skoleklasse eller barnehage med kristen formålsparagraf jobbe med prosjektet og lage en veggavis eller en annen utstilling.

Det siste steget er å fortelle hvor mye penger som kom inn til slutt, og at disse er kommet dit de skal. Takke for innsatsen og glede seg over at midlene hjelper enkeltmennesker.

Dette er en super referansepost til neste år! Begynn der dere sluttet. Om en velger samme prosjekt hvert år eller et nytt, er opp til styret og det aktuelle områdeutvalget i NMS. Vi valgte Nådehemmet i Bangkok i Thailand hver gang, det var det veldig stemning for i styret. Vi hadde alltid et prosjekt i tillegg for å vise bredden av NMS sitt arbeid. Vi delte midlene 50-50.



Foto: Samar Ahmad

## NMSU

Vi har hatt flere varianter av aktiviteter sammen med NMSU. Det har vært en egen stand med ansiktsmaling, ballongdyr og informasjon om leirarbeid. Ett år ble det arrangert dagsleir. Da var barna på leir fra kl.11.00 – 16.00. for en gitt pris. De holdt til i en egen del av hagen, helt skjermet fra annen aktivitet. Dagsleir er en god ide og kan gjerne videreutvikles.



## Miljøprofil

MIHA skal være et bærekraftig og miljøvennlig arrangement. Gjenbruk klinger godt. Det er viktig å ha nok med søppeldunker og tydelig søppelsortering. Gevinstene må ha en viss standard og bruksverdi. Forbruksvarer som tegnesaker, såpebøler, frukt og annen mat er gode gevinster.

Vi har brukt t-skjorter som de frivillige har på seg. T-skjortene blir samlet inn, vasket og klargjort til neste år.

Vi har valgt å servere suppe fra fat som kan vaskes i stedet for papp. Den som har med egen kopp, får avslag i prisen på kaffe/te/saft.

Velg gjerne et faglig foredrag som gjenspeiler bærekraftstanken.

Vi lager div. oppslag på treplater i stedet for pappkartonger. Platene kan ev. males om og skrives på nytt neste år om nødvendig. Vi bruker «levende plakat» for å minne folk om de ulike programpostene. Slik sparer vi papir. Et barn er utkledd og har en informasjonsbukk hengende over skuldrene med plakat foran og bak.

Ved loddsalg har vi brukt basarbøker der navn skrives direkte inn i bøkene. Da slipper en mange lodd som flyter over alt etter trekkingen. Åresalget er laget av store ispinner der fem nummer skrives på hver trebit/åre og trebitene samles inn igjen.

Flotto-lotteriet er beskrevet i kapitlet Oppskrifter og består av ringer en kan bruke mange ganger. En må selvsagt gå over årene og Flotto-ringene å se at ingen mangler til neste års bruk.



Foto: Marit Mjøsneset

### Noen tips til miljøvennlige salgsprodukter (oppskrift til mange av disse er beskrevet i kapitlet Oppskrifter):

- Løvetannsirup, granskuddgele, syltetøy og tørket sopp, ressurser fra hage og skog. Folk har blitt oppfordret til å komme med små glass til dette formålet. De desinfiseres og er like gode som nye glass.
- Frø en har samlet av sommerblomster fra året tidligere.
- Er det mulig å samle og selge tørr naturgjødsel f.eks. fra hest, sau eller kanin er dette gode produkter å selge til gjødsling av blomster og grønnsaksbed.
- En kan også lage gjødselvann av neslevann og selge stamgjødsel av dette. Se kapitlet Oppskrifter.
- Om noen fyrer gjennom vinteren med rein ved, kan en ta vare på aska og selge i kilposer for å bekjempe sur jord.
- En kan selge dusjflasker med ferdig miljøvennlig middel mot lus/spinnmidd. Se kapitlet Oppskrifter.
- Alle har en eller flere brukte plastpottter fra planter. Vask dem, så er de klare for salg og til bruk til nye planter.
- Vet du at du har alt for mye rips eller epler til høsten, kan du selge/invitere folk til å komme å plukke når det er modent. Gjør avtaler. Dette er også relasjonsbygging i tillegg til god ressursutnyttelse.



Foto: Marit Mjølsheset

## Varesalg

Kaffe og mat er viktig. Vi åpner for kaffesalg kl. 11.00 og åpner for varm lunsj kl. 12. Det gjør at folk handler mat flere ganger. Under kapitlene Oppskrifter og Andre ressurser ligger det oppskrifter og forslag av ulikt slag.

Det er viktig at maten er variert og at det finnes glutenfrie, laktosefrie og svinefrie alternativer. Luktesansen er en av de sterkeste sansene vi har, det gir ofte assosiasjoner til bordfelleskap, glede, ferie og påfyll. I kaféen steiker vi sveler, det dufter godt og mange barn er glad i sveler. Takka vaskes og glutenfrie sveler steikes først.

Vi har en stor steinovn ute på verandaen, rett utenfor kjøkkenet, hvor vi kan steike 3-4 pizza samtidig. Det tar 3-4 minutter per pizzaer. Det er laget et eget

hefte som viser hvordan vi lagde denne steinovnen. Se Andre ressurser. Det dufter pizzeria! Neslesuppe, gigapannekaker (Crêpes) og popcorn lager også en god stemning med sine dufter, se Oppskrifter.

Vi har prøvd å tenke minst mulig sukker, men noen sukkerholdige varer blir det.

### Her er det vi hadde i våre salgsboder:

- I kaféen kan en kjøpe kaffe/te/saft, skuffkaker, muffins, sveler og familiegelé (dvs. en ½ pakke gelé i ei stor skål med 4-5 sugerør i) med eller uten vaniljesaus. Veldig populært for familier også med litt større barn.
- Varmretter selges et annet sted. Det selges tre varianter av steinovnsbakt pizza; med skinke, salami eller bare saus og ost. Pølser med og uten svinekjøtt. Neslesuppa er gluten- og laktosefri, med eller uten soddoller og focaccia. Gigapannekaker (Crêpes) fylles med hvitost og skinke, ev. litt oregano salt og pepper.
- Vi har en vennefamilie fra Eritrea. Mor i familien har i alle år hatt eritreisk kaffeseremoni i en beskyttet del av hagen. Det har vært mange gode og mektige samtaler rundt det store bordet. Kaffen må de betale for. (Bilde)
- Så er det alltid noen som lager ting de ikke har tenkt over at de kan selge. Mange sylter, safter og baker, strikker, syr, dreier, spikker, tegner, lager kort osv. Vær interessert i folk, har du en hobby? Er dette noe du kan bidra med?
- Vi har investert i ei stor popcornmaskin. Det var lurt. Det setter luktesansen i sving og gir for de fleste gode assosiasjoner til noe spennende og koselig.
- Salg av tjenester. Avtale om å kjøpe bort søppel til gjenvinning, rake i hagen, bake et brød i måneden i fire måneder eller å tilby å sette tulipanløk og hvitløk om høsten. Det er også en god ide å selge en middag for x antall personer til en avtalt dag.
- Vi selger hestemøkk til hagen. 50 kroner for 10 liter.
- Er det godt vær har vi solgt eksklusive drikker i pene glass. Ekte bringebærsaft eller lignende med eller uten sprudlevann. Isbiter og mynteblader gjør drikken vakker.
- Sommerblomster, urter, grønnsakplanter og stauder. Arrangeres MIHA om høsten kan en selge det folk har av overskudd av poteter, grønnsaker, bær, frukt og blomster.
- Hypertuffakrucker, dvs. en rustikk sementkrukke som blir mye lettere i vekt enn vanlig sementkrukke. Se kapitlet Oppskrifter.
- Vi selger selvsagt lodd. Hovedlotteriet har et eget bord, det samme har Flotto-lotteriet (se kapitlet Oppskrifter).

# Aktiviteter

Som tidligere nevnt er inkludering viktig i MIHA. Vi ønsker å ha det største fokuset på å tilby et godt fellesskap for alle som kommer. Pengene vil komme selv om ikke det er vårt hovedfokus. I Levanger har vi hatt et stort asylmottak. Ukrainske mødre og barn kom i busslaster hit i 2022. Gratisbonger er smart. Har du noen nye nordmenn i din nærhet? En kan gi x antall gratisbonger til hver, som kan brukes på det en ønsker seg eller styret bestemmer er tilgjengelig. Nå, i 2024 er renta høy og alle kostnader går opp. Ikke glem naboen som har dårlig råd. Sørg for at det alltid er noen aktiviteter som er gratis. Vi har gratishaugen, en liten skog for seg selv ca. 300 meter fra gården, dit går det et tau-tog. Noen store barn er togfører og lokomotivfører og holder i hver sin enda av tauet. Her kan alle som vil, holde seg fast, og når fløyta blåser og flagget veiver starter toget og stopper ikke før det er framme på gratishaugen.



Foto: Jonas Hogstad

## Tivolivegg

Vi har laget en tivolivegg bestående av ni OSB-plater. Platene står i sikksakk og samtidig i en halvsirkel. Det gjør at det står stødig. Platene henger sammen via store hengsler som lett kan kobles fra hverandre. Lykkehjulet og fiskedammen går rundt og er begge laget på et hjullager av en Ford Sierra. Fiskedammen er montert skeivt på hjullageret slik at det beveger seg ujevnt når en snurrer på det. Fiskedammen er montert på en Europalle og ligger på bakken. Se tivoliveggen bak hestene på bildet på side 18.

## Gratis aktiviteter på gratishaugen:

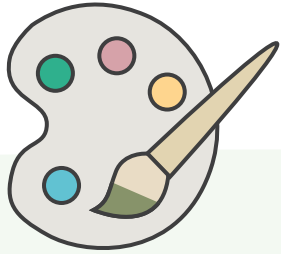
- Sykkelløype (bilde)
- Luftgeværskyting på ballonger
- Pinnebrødsteiking (bilde)
- Ninjaløype, en løype hvor en forflytter seg via tau som henger mellom f.eks. trær.
- Natursti

## Gratis aktiviteter på gården:

- Stylder
- Barneleker som sandkasse med leketraktor, trehjuls sykkel m.m.
- «Ikke-trø-på-marken-løype»
- Har en noen smådyr som de minste barna kan se på og ev. klappe på er det fenomenalt. Vi har kaniner.
- Et rom med masse Lego. Vi har arvet kassevis.
- En hjemmelaget biljardbane. Vil en være med på dagens turnering må en melde seg på, det koster penger. (Bilde)
- Et eget ammerom der det er et stille stelle- og matrom for babyer.

## Aktiviteter som koster penger:

- I fiskedammen ligger mange blå firkanter av tre med en krampe/spiker midt på. Fiskestanga har en sterk magnet i enden av snøret. Så er det om å gjøre å finne en trebit med en vinnerfisk på, eller selve gullfisken.
- Lykkehjul
- Kaste på blikkbokser
- Ridning
- Alle aktiviteter og alle bodene er åpne fra kl. 11.15 – 14.45, til avslutningssamværet starter.



## Utstilling

Kunstutstilling er kultur og det er stas å ha en egen utstilling på MIHA. Vi har et lite stabbur som fungerer som galleri. Vi har hatt en kunstner som er tegner og som gav hele inntekten av salget denne dagen til NMS prosjektet. Et år var det kun en utstilling, ikke salg av det som ble vist fram. Et år var det en 16-åring som var glad i å fotografere. Han valgte ut bilder og disse ble satt i ramme, klare for salg. På MIHA dagen kom gutten og satte fram alle bildene med stor stolthet. Et år var det to damer som syr alt mulig nydelig. De laget en fantastisk salgsutstilling og solgte mye. Hver krone gikk direkte til prosjektet.

Litt av poenget med utstillingen er å løfte fram godt håndverk, se verdier i andres interesser og gi noen en sjanse til å oppleve mestring. Det er en nydelig sjanse til å bygge relasjon, knytte vennskap og invitere til videre fellesskap.

Hva finnes der du bor? Er det noen lokale småkunstnere som MIHA kan hjelpe fram i lyset? Finnes det en skoleklasse eller barnegrupper som kan stille ut noe de har jobbet med? Er det noen håndverkere i nærheten som driver med smiing, trearbeid, søm eller kanskje foto, fluefiskebinding eller en sjelden variant av noe? Finnes det noen som samler på noe spesielt, kan dette vises fram?

Det kan være spennende med en utstilling av historisk karakter, lokalhistorie eller NMS historie, ev. fra det prosjektet MIHA støtter.

### MIHA historie

En tenåringsgutt spurte om når vi skulle ha neste MIHA. Nei, det blir ikke noe mer MIHA. Han svarte: «Hæ? Blir det ikke noe mer MIHA? Mangler dere folk eller? Jeg kan skaffe folk jeg!» Han hadde vært med som frivillig siden han var åtte år. Eierskap!

### MIHA historie

Flere ungdommer som ble aktive kristne under konfirmasjonstida ønsket å hjelpe til på MIHA. For at familien skulle få se hva misjon kan være, sendte noen av dem bilder til familie og venner i løpet av formiddagen. Foreldre, besteforeldre og søsken dukket opp etter hvert, dette var slett ikke skummelt!

# Oppskrifter

## PRODUKTER TIL SALG:

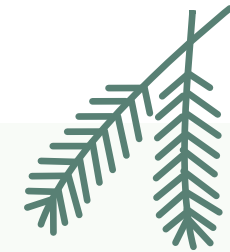
### Bestemors sjokoladepuddingmix

Dette er min barndoms søndagsdessert og fantastisk god med fløtemelk på, men fungerer også godt med vaniljesaus.

Alle ingrediensene blandes i et gjenbruksglass. Den som kjøper glasset, tilsetter 8 dl melk når han skal lage den. Alt blandes godt og gis et forsiktig oppkok. Tøm over i en serveringsbolle og strø litt sukker på toppen for å unngå snerk. Serveres kald. Veldig smart å ha en slik mix i skapet.

- 2 toppet ss kakao
- 6 toppet ss sukker
- 1 stor ts kaffepulver
- 1 stor ts vaniljesukker
- 3 toppet ss potetmel

Ikke del oppskriften, folk må komme tilbake for å kjøpe mer.



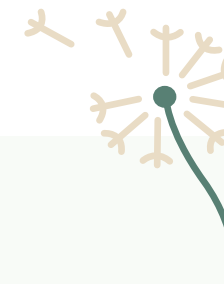
### Granskuddgele

- Plukk 1 liter granskudd (når de er 2-3 cm)
- Legg dem i en kasserolle sammen med
- ½ sitron i biter
- 7 einebær
- La det være 1 cm med vann over blandingen
- Kok opp og la det småkoke i ca. 30 minutter
- Sil av saften og hell saften tilbake i kasserollen
- Tilsett 750 g sukker og 1 pakke Certo pektinpulver
- Om du velger gelatin i stedet for pektin så husk at det er mange som ikke kan spise geleen fordi gelatin er av svin. Derfor er det best med pektin.
- Hell geléen i rene varme glass (de må stå minimum i 10 minutter på 100 grader i steikeovnen)
- Lukk glassene umiddelbart og sett dem opp ned til neste dag
- Granskuddgele smaker nydelig til vilt og på ost!

### Havrekjeks

Ca. 20 kjeks

- 2 dl havregryn kjøres i foodprosessor
- Hell havregryna over i en bolle og tilsett
- 1 dl kald melk og
- 50 g smeltet smør
- La det stå i minimum 5 minutter
- 1 ts bakepulver
- ¾ dl sukker
- ¼ ts salt
- 1 ts natron
- 1 ts hjortetak
- 1 dl hvetemel
  
- Bland alt godt sammen
- Ha mel på bakebordet og arbeid med deigen til den blir god å kjevle ut
- Når deigen er 3-5 mm tykk stikkes kjeksene ut med et glass
- Steikes på 220 grader til de er lysebrune og sprø
- Legges på rene glass/poser for salg



### Løvetannsirup

- Plukk 50 blomsterhoder av løvetann. Du skal bare bruke de gule kronbladene.
- Legg kronbladene og
- Saften av 1 sitron (ev. 3 ss konsentrat)
- 2 grønne epler i biter i
- 1 liter vann
- Kokes til eplene er møre
- Hell alt over et klede og sil av safta
- Hell safta tilbake i kasserollen og tilsett 500 g sukker
- Kok forsiktig til sirupen er ferdig (2-3 timer)
- Ta geleprøven. Ta ei ts av sirupen på et tefat. Sett det i kjøleskapet. Om noen minutter ser du om sirupen er seig. Om den renner lett må den ha lenger koketid.
- Hell sirupen på rene varme glass (de må stå minimum i 10 minutter på 100 grader i stekeovnen)
- Lukk glassene umiddelbart og sett dem opp ned til neste dag
- Fantastisk god til ost og på desserter – eller på vaflene!

### Blomsterpotter med hypertuffa

Dette er en oppskrift der man lager utepotter over en form. Bruk gjerne en gammel bakebolle.

Legg ei avis på et bord du ikke er redd for. Legg bakebollen opp ned. Gni den godt inn med billig matolje. Ta noen «snøballer» med hypertuffa og legg tett inntil bollen.

Begynn nederst og arbeid deg oppover. Lag et hull i midten over bakebollens bunn slik at overflødig vann kan renne ut når du har plantet i den. Du kan bruke mange former og lage store og små krukker. Med denne oppskriften blir krukkene lette og de holder godt på fuktighet. Ypperlig som små urtekrukker. Det er mange ideer på nettet.

Slik lager du hypertuffa:

- 1 del støpesement
- 1 del torv, gartneriorv kjøpes på hagesenter/felleskjøpet eller tørr mose
- 1 del vermiculite/perlite

Det er en type bergart som en også får kjøpt på hagesenter/felleskjøpet. Brukes til å strø over nylig sådde frø for å holde på fukta. Spør gjerne et sted der de driver kommersielt med agurk eller tomater. Plantene står ofte i steinull eller vermiculite/perlite, det blir bare kastet eller brukt som jordforbedring etterpå.

- Bland alt det tørre og tilsett så mye vann at du kan lage en liten ball i handa
- Lag det du har tenkt å forme
- Dekk formen med plast slik at det ikke tørker for fort
- Etter ca. 2 dager kan du ta av plasten og fjerne formen du har brukt. Nå kan du bruke en stålkost eller en kniv for å jevne formen om du vil. Vær forsiktig! Nå kommer det luft til på alle sider. Dekk til med plast igjen og la det stå i 14 dager til herding.

### Lusemiddel

- Bland 9 deler vann og 1 del original grønnsåpe. Skal det brukes til matplanter tilsettes 1 ss billig matolje i tillegg. Skal det brukes til roser o.l. tilsett 1 ss terpentiner eller White sprit i stedet for matolje, ellers samme blanding.
- Dette er et middel som med stor fordel kan brukes som forebyggende. Det vil si å sprute på en gang pr. uke selv om en ikke ser noe utøy. Dette er helt ufarlig. Om en spruter på salat o.l. vaskes salaten før bruk og alt er ok.

### Gjødselvann

Det finnes mye gjødsel å få kjøpt. Plantene trenger gjødsel om en ikke har benyttet husdyrgjødsel i jorda. Å lage neslevann som gjødsel er helt gratis, men det tar litt tid og det lukter forferdelig.

Fyll ei bøtte så godt det lar seg gjøre med brennesle, ny eller gammel nesle. Fyll på med vann og legg et press på toppen så alt holder seg under vann.

La det stå i to uker. Bruk hansker så lukta ikke fester seg til hendene dine. Ta opp stilkene fra vannet og kast dem i komposten. Sil av neslevannet og du har en fantastisk men stinkende gjødsel. Dette er nå en stamgjødselblanding. Det betyr at den må blandes ut i forholdet 1 del på 9 deler vann.

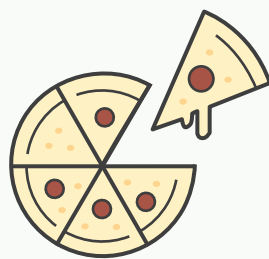
Fyll blandingen over på brusflasker. Gjødsel er dyrt, men dette gir fine planter og god avling. Den kan ikke stå over til neste sommer. Brukes 1 gang pr. uke i vekstsesongen.

## VARMRETTER TIL SALG:

### Pizza

#### Pizzadeig

- 8-9 pizzaer
- 1 kg hvetemel, det går fint med vanlig mel, det er billigere enn pizzamel
- 1 dl olivenolje
- 1 ss salt
- ½ pk. tørrgjær
- 6 dl kaldt vann
- Bland alt, bruk kjøkkenmaskin og la maskina gå i 15 minutter
- Tøm deigen i en stor bolle som først er godt smurt med matolje
- Ha plast eller lokk over deigen
- Sett den kaldt over natta
- Ta deigen fram 4-5 timer før den skal steikes
- Mål opp emnene, ca. 150-160 g. Rull emnene til boller og gni dem godt inn i olivenolje. Sett dem på bakepapir med klede over til etter heving.
- Nå er emnene klare til bruk om noen timer. Klapp dem, sleng dem, dra dem eller kjevle dem ut til runde, flate pizzaleiver.



#### Pizzasaus

- 1 pakke/boks hakkede tomater eller tomater fra egen hage
- 1 dl olivenolje
- 2 fedd hvitløk
- 1 ts spisskummen
- 1 ts salt og litt pepper
- En god neve frisk basilikum
- Alt mikses sammen med en stavmikser

#### Slik lager du pizzaen

- Pizzaemnet kjevles til en rund, tynn og stor leiv, som en stor middagstallerken. Fyll pizzaleiven i denne rekkefølgen:
- Tomatsaus, ikke søl på kanten
- Revet ost, ikke søl på kanten
- Fyll kan være skinke, mozzarella, spekeskinke, gulrot og løk eller salami
- Strø på oregano
- Klar til steiking. Legg deigen på en melet treplate slik at den lett glir inn i varmen om du ikke har en stor stekepade. I steinovn: 3-4 minutter, i steikeovnen må en ha høy temperatur (250 grader). Noen har ei steinhelle beregnet for steiking av pizza i vanlig ovn. Pizzaen er ferdig når den begynner å bli lys brun på kantene.
- Deles i fire og selges bit for bit eller som hel pizza



### Neslesuppe

Oppskriften rekker til 25 - 30 liter suppe.

- Fyll ei 10-litersbøtte med nye fine brennesleskudd. Legg skuddene lett ned i ei bøtte. Bruk hansker.
- Fyll bøtta med kaldt vann og skyll neslen.
- Kok opp ca. 6 liter vann, ha neslen i det kokende vannet. Gis et godt oppkok. La det stå å trekke under lokk i 30 minutter.
- Rens og kok ca. 2,5 kg poteter. Litt avhengig av hvor mye tørrstoff det er i dem. Slå av vannet. Ikke bruk potetvannet, det gir for mye potetsmak.
- Bruk litt vann fra neslen og hell over potetene, bruk en stavmikser og knus dem. Om du bruker stavmikseren for lenge kan det bli litt seigt, men samtidig må alt bli knust.
- Bruk stavmikser på neslen før du blander poteten og neslen i samme kasserolle.
- Fyll på med vann (ev. litt laktosefri melk) til passe tykkelse. Den skal være litt kremet og ikke for tynn.
- Tilsett glutenfri suppebuljong, salt og pepper etter smak.
- Nå er suppa glutenfri, laktosefri og vegansk om du ikke har brukt melk.
- Mange ønsker soddoller eller pølsebiter i. Ha det for seg selv.
- Serveres med rundstykker eller brød til.

### Gigapannekaker

Du trenger ei steketakke og en «gigapinne» for å lage gigapannekaker. Ta en spisepinne i tre og en rund trestokk med diameteren 2-3 cm og 10-12 cm lang. Bor et hull som tilsvarer tykkelsen på spisepinnen midt på den runde stokken.

Lim fast spisepinnen i hullet. Du har nå en T med tykk topp og et mye tynnere skaft.

Du bruker gigapinnen til å fordele røra rundt slik at det blir et tynt lag over hele takka. Før gigapinnen i jevn bevegelse rundt og rundt fra midten og ut til kanten.

Røre til gigapannekaker:

- 4 egg
- 3 dl hvetemel
- 5 dl melk
- Litt salt
- Alt blandes sammen, rør godt
- Klar til bruk umiddelbart

Gigapannekaker steikes på takke.

- Tøm ei «vaffelause» i midten og bruk en gigapinne til å fordele røra utover.
- Når all røra er tørket inn (den skal ikke snus) legger du på to skiver skinke og 3 - 4 skiver med kvitost på den ene ¼ av gigapannekaka. Brett den i to og så i fire. Legg den over på en papptallerken og brett fatet dobbelt om gigapannekaka. Mmmm! Barna elsker det - og flere voksne enn du tror!
- Eller den kan selvsagt fylles med mye annet godt som f. eks. Nutella og banan.

# Flotto-lotteri

Mange liker spenningen med Lotto. Og mange har blitt glad i Flotto. Det fungerer slik:

Du trenger nabbiperler i flere klare farger og stål- eller blomsterstrenger. Du skal lage en runding av stål-strengen med 10 perler i et bestemt system. Dette er en Flotto-ring.

En farge er en serie. For eksempel er rød serie i en kombinasjon av rød/hvit, rød/gul og rød/lilla.

En annen serie er blå. Da er blå i en kombinasjon av blå/hvit, blå/gul og blå/lilla.

En tredje serie er grønn. Da i kombinasjon av grønn/hvit, grønn/gul og grønn/lilla.

En fjerde kombinasjon kan være brun og da i samme fargekombinasjon som over. Slik kan en fortsette å lage serier ut fra hvor mange flotto-ringer en tror en kan selge.

Folk som kjøper en Flotto-ring velger fritt hvilken fargekombinasjon de vil ha av de som ligger framme for salg.

## Du lager Flotto-ringer slik:

- Lag ei lita løkke i enden på stålstrengen slik at perlene du trer på ikke faller ut.
- Lag først rød serie med fargekombinasjonen hvit.
- Første stålstreng får 1 rød og 9 hvite perler. Da er denne ringen ferdig. Lukk ringen ved å tre den andre enden av strengen inn i løkka og bøy strengen tilbake. Du har nå en ferdig flotto-ring med 10 perler.
- Andre stålstreng har 2 røde og 8 hvite perler.
- Tredje stålstreng har 3 røde og 7 hvite perler.
- Slik fortsetter du til det er 9 røde og 1 hvit perle.
- Det er alltid 10 perler på en flotto-ring. Nå er denne rød-hvit kombinasjonen ferdig.
- Neste fargekombinasjon er rød og gul. Perlene fordeles som forklart over.
- Når hele den røde serien er ferdig begynner du med blå serie.
- Når hele den røde, blå og grønne serien er laget har du 9 rundinger med rød-hvit, 9 med rød-gul og 9 rundinger med rød-lilla altså 27 rundinger i rød fargeserie.
- Når du har laget blå serie har du også 27 rundinger i denne serien og 27 rundinger i grønn serie. Altså 81 rundinger til sammen. Selges disse for 100 kr pr stk. har du litt over 8000 kroner om alle blir solgt.
- Det er fullt mulig å lage mange flere serier. Nabbiperler er i mange farger.

## Slik trekkes Flotto-vinneren:

### 1. Trekk farge

Når det trekkes har vi i dette eksemplet valgt seriene rød, blå og grønn (det er som om du ved en utlodning trekker fargen på nummerboka når det er mange nummerbøker i ulike farger). Ei perle fra hver av disse fargene legges i en kopp. Ei fargeperle trekkes og alle som har denne fargen, f.eks. rød, i en av sine rundinger kan reise seg.

### 2. Trekk fargekombinasjon

Så trekkes neste fargeperle, farge-kombinasjonsperla (tenk bokstaven på nummerboka). Det er de fargekombinasjonene som alle seriene har, i dette eksemplet hvit, gul og lilla. Om det er gult som trekkes, må alle som ikke har rød-gul kombinasjonene sette seg.

### 3. Trekk et tall

Siste trekking er et tall fra 1 til 9. Da trekkes det hvor mange perler en har av den første fargen som ble trukket, altså rød. Trekkes tallet 8 og du har 8 røde perler og 2 gule har vi funnet vinneren. Har ingen kjøpt denne rundingen må en starte på nytt. Alle stilles likt igjen.

En trekker mellom seriefargene rød, blå, sort osv.

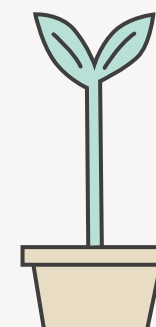


Dette høres kanskje komplisert ut, men prøv det. Det fungerer som fjell og er veldig spennende og morsomt. Vi har hatt én gevinst på denne typen lotteri, og det er en hagestol med fotskammel som vi har laget selv. På nettet finnes det mange arbeidstegninger og mønster på ulike hagestoler. Men en kan selvsagt ha en helt annen gevinst.

## Andre ressurser

På nettsiden [nms.no/miha](https://nms.no/miha) finner dere flere ressurser som kan være nyttige når man skal arrangere MIHA, blant annet:

- Eksempel på brosjyre
- Plakat
- Logo
- Brevark med logo på
- Betalingslapper (i stedet for penger)
- Gjøre-skjema
- Bibelord som kan klippes ut og legges på bordene
- Natursti med fasitsvar
- Etikettlapper til løventannsirup, granskuddgele, bestemors sjokoladepuddingmix, lusemiddel og gjødselvann
- «Hvordan lage en steinovn i hagen?»





Les deg glad og inspirert om hvordan Greta Gravås Aathun og familien arrangerte hagefestivalen MiHa i flere år. Her er mange konkrete tips og praktiske råd. Kanskje du får lyst til å gjøre noe lignende selv? Lykke til!

