

# MÖRKER- MIDDAG

Varje dag använder vi otroliga mängder el. Och efterfrågan på el kommer bara att öka de kommande åren. I utmaningen Mörkermiddag förbereder ni en måltid tillsammans och sen testar ni hur det funkar och känns att äta den i totalt mörker. Men vad händer om ni tänder ett ljus i mörkret?

## Så här går utmaningen till:

För att utmaningen ska bli så rolig och svår som möjligt ska platsen ni äter på vara jättemörk. Helst ska man inte se handen framför sig! Men beroende på förutsättningarna i din grupp bör mörkret dock anpassas efter barnens ålder och gruppens nivå av mörkerrädsla (det ska vara roligt, inte läskigt!).

Börja med att förbereda måltiden, ju kladdigare mat desto bättre! Och ät den sedan i mörkret. Undertiden kan ni prata om ifall maten smakar annorlunda, ifall någon fått ketchup istället för chokladsås på glassen? Gå sedan över i reflektionen och prata om ljus och mörker.

Hygien är en viktig faktor för att den här utmaningen ska kännas okej. Se till att tvätta händerna noga och ofta.

## Detta behövs:

- Ingredienser till måltiden
- Eventuell mörkläggning
- Stearinljus
- Tändstickor
- Tvål och vatten
- Handsprit

Nedan följer några exempel på mat som passar vid en mörkermiddag. Mat som är både kladdig och kan vara svår att skilja på i mörker:

- Tacos
- Marängsviss
- Korv med bröd
- Senap och ketchup
- Glasstopping
- Salt och peppar

## Globala målet 7

Utmaningen är kopplad till mål 7, hållbar energi för alla. En stor del av jordens befolkning har inte tillgång till el, samtidigt som efterfrågan på energi globalt väntas öka med 37 procent till år 2040. Målet handlar om att säkerställa tillgången till ekonomiskt överkomlig, tillförlitlig, hållbar och modern energi för alla.

7 HÅLLBAR ENERGI  
FÖR ALLA



## UPPLÄGG



Samla gruppen och tvätta händerna.



Duka upp middagen.



Gå igenom hur utmaningen går till.



Släck ner rummet och börja ät.



Laga maten ihop.



Prata om maten och fortsätt prata med barnen om mörker och ljus.



## MÖRKER- MIDDAG

### Reflektion

Texten fungerar att läsas som den är, men du som ledare kan med fördel väva in dina egna ord.

Här i Sverige är det lätt att ta för givet att vi kan trycka på en knapp på väggen och så har vi ljus. Men hur klarar man sig utan elektricitet? Vad skulle du klara av att göra i mörker? (låt barnen svara)

El och energi hör faktiskt ihop med hur bra ett land kan utvecklas och hur många som slipper att vara fattiga. Hur då? Jo, tänk dig själv vad många saker vi behöver el till för att funka. Tänk på alla apparater på ett sjukhus som behövs för att kunna rädda livet på sjuka. Och tänk hur mycket lättare det skulle varit att äta allt det här goda vi lagat på ett ställe där det är ljust. Eller tänk på allt som vi använder internet till, när vi vill ta reda på saker. Det går nämligen åt en massa el för att internet ska funka, med alla servrar och så. Kommer ni på några fler tillfällen när vi använder el? (låt barnen svara)

Nu vill jag säga något viktigt! När det talas om mörker i Bibeln så talas det nästan aldrig bara om mörkret, utan mörkret jämförs alltid med dess motsats, ljuset. I Johannesevangeliet 1:5 står det till exempel: *Och ljuset lyser i mörkret, och mörkret har inte övervunnit det.*



Vad betyder det? (låt barnen svara) Precis, det betyder alltså att ljuset alltid vinner. Tänk er själva, en liten flamma från en tändsticka syns ju faktiskt även om mörkret runtomkring är mycket större. För oss betyder det att det finns hopp, att vi aldrig ska fastna i att det är kört.

[tänd ett stearinljus]

Lite på samma sätt har världens ledare, kungligheter och presidenter resonerat när de kom överens om FN:s globala mål. Där nummer 7 handlar om ”Hållbar energi för alla”. För det målet fokuserar inte på mörkret, utan på ljuset och utmaningen till oss att tänka smart och komma på nya sätt så att fler ska få energi och ljus. Och att vi samtidigt gör det så att vi inte skadar jorden.

*Ljuset lyser i mörkret, och mörkret har inte övervunnit det. Ha det i bakhuvudet varje gång du möter mörker eller får problem på olika sätt.*

*Att kunna tända en lampa på kvällen gör all skillnad. Diakonia arbetar för en rättvis och hållbar framtid. För alla. Du och jag behövs för att världen ska bli bättre.*

*Vad kan vi förändra för att världen ska bli bättre och mer rättvis?*

Foto: Anna Hugosson