

Att spela spel!  
Idéboken

Det här materialet är framtaget av Sverok Svealand i syfte att hjälpa föreningar, skolor och andra organisationer komma i gång med spelaktiviteter.

Det finns många olika typer av spel, alla varierar i svårighet, tid och förkunskaper. Vi har valt ut ett litet utval av aktiviteter som är lätta att arrangera, lätta för nybörjaren och har inte för höga resurskrav.

Målet är att ALLA ska kunna ha roligt med spel och göra aktiviteter, även den som inte har provat tidigare!

Materialet är framtaget i samarbete med



**Bygdegårdarnas  
Riksförbund**

# Zombielajv

**Ålder:** 10-15 år

**Svårighetsgrad:** Medium

**Tid:** 2 timmar spel, + lite förberedelsetid.

## Förkunskaper/krav:

- Lättare zombiesminkning (Finns filmer på youtube)
- Byggnad, gärna med mer än en utgång men inget måste
- Smink och fejkblod
- 3-10 hungriga zombies

Utrustning	Budget
Smink	100
Blod	100
Sminksaker	100
<b>Summa</b>	<b>300 kr</b>

## Beskrivning:

Deltagarna stängs in i ett hus och utanför rör sig zombies. Vid vissa klockslag så kommer dörrar öppnas, ljus släckas och zombies komma in i vissa delar av huset och begränsa spelarnas möjligheter att fly och överleva. Det som blir spännande för deltagarna är att de inte vet vilken dörr/trappa/lampa/städskrubba som kommer "låsas upp".

Ha inte för höga ambitioner som Zombie. Det räcker med att göra väsen av sig ibland och sätta handen på ett fönster då och då när man är ute.

Inte heller sminket behöver vara jätteambitiöst, det räcker att vara lite grågrön i ansiktet och svart under ögonen, med lite fejkblod här och var. Mörkret kommer bidra till stämningen och sminket kommer knappt att synas.

## Planering:

Sätt ett schema för vart deltagarna får vara och vid vilka klockslag dörrar öppnas eller ljus släcks. Se till att alla zombies vet schemat. Om man har tillgång till en tuta eller ringsignal så kan man med fördel använda sådant.

### Fas 1:

Deltagarna har tillgång till hela huset. Zombies befinner sig utanför. För att få upp stämningen så kan man ge deltagarna uppgifter som leta efter mat (göm i förväg), häng för fönster (tvingar deltagarna att gå nära ett fönster), eller kanske bygga en barrikad av stolar så zombies blir begränsade när de kommer in och inte kommer åt hela rummet.

### Fas 2:

De första zombiesarna kommer in i huset. Deltagarna vet inte vart ifrån. Deltagarna måste fly till ett nytt område. Upp för en trappa, in i ett nytt rum, bakom en barrikad, etc. Om en deltagare blir tagen av en Zombie så måste den gå ut ur huset och bli sminkad själv för att sedan jaga på sina kompisar. (har man lite yngre personer med i spelet så kan det vara bra om en yngre går tillsammans med en äldre zombie)

### Fas 3:

Kanske släcks ljuset i vissa rum, eller att barrikaden går sönder eller att en dörr till låses upp beroende på vad man har tillgång till. Åter igen så måste deltagarna fly eller gömma sig medan deras utrymme att röra sig på blir mindre och mindre. Beroende på hur mycket yta man har att röra sig med så kan

man göra många små moment så ytan krymper stadigt hela spelet eller göra få men lite större moment så ytan krymper kraftigt men inte lika ofta. Man kan också lägga till så många faser man tror blir roligt. Finns inga regler för hur många eller få faser man kan ha.

**Slutet:**

Man kan göra slutet på två sätt. Antingen så är det den som sist blir biten som vinner eller så kan man ha en tidsbegränsning och alla som överlever så länge är vinnare.

**Regler:**

Överlevare får inte slå en Zombie.

Blir man biten så måste man lämna huset. (alt. Bli en zombie själv)

Om det finns områden deltagarna inte får gå till var noga med att förklara vilka eller sätt upp färgade lappar.

Knuffas inte.

# Zombierun

**Ålder:** 10-15 år

**Svårighetsgrad:** Lätt

**Tid:** 1 timme, + lite förberedelse tid.

**Förkunskaper/krav:**

- Start- och slutområde
- Smink och fejkblod
- 3-10 hungriga zombies
- Lättare zombiesminkning (Finns filmer på youtube)

Utrustning	Budget
Smink	100
Blod	100
Sminksaker	100
<b>Summa</b>	<b>300</b>

**Beskrivning:**

I en Zombierun ska du ta dig från punkt A till punkt B utan att bli "biten". Blir man biten får man tillbaka till start eller bli en Zombie själv.

Att springa ett gatlopp gör sig bäst på natten. Med det sagt så finns det viss problematik med att göra evenemang i mörkret.

Sikt: I mörkret blir det svårt att se både för Zombies och för överlevare. Planera därför in aktiviteten i skymning där det finns tillräckligt med ljus för allas säkerhet men mörkt nog för att skapa stämning. Alternativt lys upp områden med bygglampor eller annan belysning. Ett elljusspår eller liknande kan också användas med fördel.

Längd: Gör inte banan för liten, tanken är inte en kort sprint man springer på ett par minuter utan åtminstone ett par minuter. Man kan med fördel placera ut zombies i intervaller. Att det finns intensiva delar att springa och lugnare partier utan Zombies. Zombies kan lura i buskar eller på andra ställen och dra sig tillbaka när man jagat länge nog.

Ha inte för höga ambitioner som Zombie. Sminket behöver inte vara jätteambitiöst, det räcker att vara lite svart under ögonen, med lite fejkblod här och var. Mörkret kommer bidra till stämningen och sminket kommer knappt att synas.

**Planering:**

Sminka Zombies, men håll det enkelt.

Se till att banan är väl markerad så alla vet vad som gäller och se till att start och slut är tydligt markerade.

Informera Zombies om vart de ska stå och hur för de ska röra sig och hur långt de får följa någon.

**Fas 1:**

Sminka Zombies och placera ut dem på sina områden. Gör tydligt hur långt de ska jaga deltagarna.

**Fas 2:**

Spring!

**Alternativ:**

Ett alternativ till att springa en bana är att använda "Glow sticks". Deltagarnas uppdrag är att hämta en glow stick som är utplacerade här och var på området man är på. Man kan alltså inte komma tillbaka till start för än man har en glow stick.

Väljer man det här alternativet så kan man ha större överblick över ett område och glow sticks brukar vara en rolig sak att ta hem som belöning.

**Regler:**

Deltagare får inte slå en Zombie.

Blir man biten så måste man gå tillbaka till start och vänta en stund innan man kan springa igen.

Om det finns områden deltagarna inte får gå till var noga med att förklara vilka.

Knuffas inte.

# Effektsmink

**Ålder:** 8+

**Svårighetsgrad:** Lätt

**Tid:** 30min/person (Fler kan jobba simultant)

**Förkunskaper/krav:**

- En spegel på behändigt avstånd
- Bord och stolar

**Beskrivning:**

Det är fantastiskt roligt att jobba med effektsmink. Att göra stora sår, se ut som en zombie eller ett monster, precis som på film.

Att effektsminka tar inte så lång tid att lära sig. Det är mycket enklare än man tror beroende på vilken nivå man vill lägga sig på. Att göra stora läskiga sår som täcker en hel arm t.ex. är lätt att göra med latex och toapapper.

Det finns gott om youtube-videos som ger bra instruktioner på hur det går till att använda t.ex. latex och smink. Enklare instruktioner finns inkluderat här i materialet men vi rekommenderar också att man tittar på en video för mer tips och tricks.

**Rekommendationer:**

För yngre barn kanske kraven på smink inte är så höga men om aktiviteten riktar sig till äldre barn och tonåringar så gör det ganska stor skillnad att använda ett set med "halloween smink" och riktigt teatersmink. Om aktiviteten riktar sig till lite äldre ungdomar så rekommenderar jag att man satsar lite extra på smink med mer kvalitet och variation. Man får ett mer verklighetstroget utseende på effekterna man vill göra.

Det är heller inte rekommenderat att yngre barn hanterar latex själva. Latex som hamnar i hår, ögon eller andra ytor kan göra ont att få bort.

**Det här behöver du:**

Smink

Vill man satsa på ett smink som ger dig lite fler möjligheter till häftig effektsminkning så rekommenderar jag något liknande.



Alternativt kan man också för samma pris köpa flera olika typer av hjul. också få större variation på färger.



Till sminket behöver du också transparent sminkpuder för att sminket inte ska kleta och en puff för att applicera pudret.

Utrustning	Budget
Smink	400
Blod	100
Penslar	200
Latex	400
Vax	100
<b>Summa</b>	<b>1200-3500 kr</b>

### Filmblod/Teaterblod

Det finns flera recept på hur man gör eget filmblod och vill man vara kreativ så är det absolut ett bra alternativ.

Det finns dock ett par fördelar med att köpa filmblod. Flera av recepten man gör själv lämnar fläckar, är svårt att tvätta bort eller kletar lätt ut sig. Filmblod är oftast lättare att hantera, applicera och ligger kvar där man placerar ut det.

### Modellering

Dermax för att göra sår och modellera utseende. Med vax kan man göra knöliga näsor, stora ärr, och modellera om ansiktet. Till det kan det vara bra att ha modelleringsverktyg.



Latex, det roligaste och mest effektfulla att använda när man vill göra effektsmink så ta inte för liten behållare. Lukt lite illa när man lägger på det men är väl värt besväret. Latex är kärnan i effektsmink. Med väldigt små insatser kan man få stora effekter och kräver väldigt lite förkunskaper.



### Verktyg

Många av dessa verktyg är inte 100% nödvändiga men kommer göra sminkningen lite lättare.



Våtservetter - Det funkar lika bra med ett paket rengöringsservetter man köper i vanlig matbutik som det man köper i en sminkbutik.

Sminksvampar – Ett måste! Ser lite olika ut och det går jättebra att köpa ett billigt storpack. Dessa finns också oftast att köpa i vanliga butiker.



Avsminkningsmedel - Ibland kan det vara skönt att ha avsminkningsmedel när man använder fetsmink då det kan vara svårt att bli av med allt. Finns att köpa på mer specialiserade sminkbutiker eller där man köper teatersmink.

# LAN

**Ålder:** 8-25 år

**Svårighetsgrad:** Medel

**Tid:** 1 dag – 3 dygn

## Förkunskaper och krav:

- Vem som helst kan arrangera ett LAN. Du behöver inte vara nätverkstekniker!
- Ska man ha mer än ett par deltagare så är det en fördel om byggnaden har fiber.
- Bord och stolar behövs också till alla deltagare, räkna med att en dator, + skärm, +musmatta och utrymme för att röra musen tar ganska stor plats så planera inte med för litet för varje person.

Utrustning	Budget
Switch	1600-3000
Förgreningsdosor	50kr/person
Nätverkskablar	100kr/person
<b>Summa (20 pers)</b>	<b>4600-5000kr</b>
Vill man dra ner på kostnaden så kan man be deltagarna att ta med egna nätverkskablar. Då hade summan på samma uträkning ovan blivit <b>2500kr</b> . Tänk dock på att ni kommer behöva köpa in 1 nätverkskabel att ha mellan router och switchen.	

## Beskrivning:

I ett LAN så tar alla deltagare med sig sina datorer, konsoler och apparater för att sitta tillsammans och spela. Alla kopplar upp sig på samma nätverk. Väldigt populärt mellan 13-25 år.

## Rekommendationer:

Hur långt ett LAN är får man sätta utefter ålder och mognad på deltagarna. Väldigt unga deltagare under 13 år så är det kanske inte lämpligt med övernattnig. För äldre ungdomar i tonåren så är det en del av upplevelsen att få sitta uppe hela natten.

Man kan också ta i åtanke att det är ganska mycket arbete med att flytta sin dator, skärm och tillbehör så att ha ett LAN under 6 timmar kan kännas onödigt för många.

Ett LAN begränsas av hur många "portar" (öppningar) som finns i den switch man använder. Om Switchen har 24 portar så finns det plats för 23 deltagare. 1 plats går alltid åt till att koppla in internet.

Om du har många deltagare försök att inte dra all el från samma uttag. Sprid ut det på lite olika för att belastningen inte ska bli för hög.

Märk upp alla nätverkskablar med längd. Ett arbete som kommer löna sig när ni använder dem andra gången.

Vissa enstaka surfplattor eller laptops kanske kan köra på trådlöst men det är inte rekommenderat att spela på trådlöst nätverk då de är betydligt mer instabila än om man är uppkopplad med kabel.

## Det här behöver du:

**Switch** – En switch fördelar ut nätverk till mer än en dator. Som en förgreningsdosa fast för internet.

Att tänka på när man köper switch:

- Antalet portar är inte så viktigt. Det bör finnas så många portar som ni ska ha deltagare. Man kan köpa fler switchar med färre portar eller en stor switch med många portar. Det är helt valfritt hur man vill göra. Kom bara ihåg att en port per switch försvinner alltid för internet. Känner man sig osäker rekommenderar vi en switch med 24-portar till att börja med.
- Det viktigaste att titta på är hastigheten på en switch. Vill man ha en teknik som håller och klarar lite belastning så vill du skaffa en switch med 1000Mbps. Söker man på "1000Mbps Switch 24 portar" så får man flera alternativ att välja på.

**Förgreningsdosa och förlängningskabel** – Vanliga förgreningsdosor. Det kan vara bra att ha en förlängningssladd också för att dra el längre sträckor. Om ni vill köpa in förgreningsdosor så rekommenderas dosor UTAN strömbrytare. Varje deltagare kommer behöva 2 uttag var.



**Nätverkskablar** – Finns att köpa i flera olika längder och det kan vara bra att ha en bra blandning. Du kommer förmodligen behöva minst en lång kabel mellan din internetdosa och switchen. Bättre att ha för lång än för kort.



### Steg för steg:

1. Ställ ut bord och stolar. Tänk på att det kan vara bra att ställa dem tillsammans i långbord eller liknande för att hindra kablar över golvet som deltagare kan snubbla på.
2. Planera ut hur kablarna ska dras. Börja med en ände på platsen där deltagaren ska sitta och dra sedan till switchen. Att göra på det sättet i stället för tvärt om innebär att all extra sladd hamnar vid switchen och inte ute på borden där deltagare ska sitta vilket blir mindre trassel.
3. Sätt i en nätverkskabel i den apparat där byggnaden får in internet och koppla in andra änden i switchen på plats 1 (Port 1).
4. Sätt i alla andra nätverksladdar som ni tänkt använda i switchen på de andra platserna (2-24).
5. Dra ut tillräckligt med el till varje bord. 2 uttag per person. Se till att switchen får el också.
6. Det är dags för deltagarna att komma in och sätta sig och koppla in sina sladdar!

De flesta LAN är självgående och kräver inte mycket underhåll när aktiviteten väl är i gång.



# Rollspel

**Ålder:** 5-30år

**Svårighetsgrad:** Svårt

**Tid:** 2 – oändligt med timmar

**Förkunskaper och krav:**

- Bord och stolar

Utrustning	Budget
Regelböcker	100-400/spel
Tärningar	100
<b>Summa</b>	<b>200-600 kr</b>

**Beskrivning:**

När man spelar rollspel så finns det en spelledare och ett antal spelare. Spelledaren kommer vara världen och förklara hur allt spelarna interagerar med agerar. Spelarna kommer ha varsin karaktär vars handlingar de styr. Tillsammans berättar man en historia kring spelarnas karaktärer och vad de hittar på.

Exempel:

Spelledare: *"Era karaktärer vaknar. Ni ligger på ett kallt cementgolv, iklädda endast tunna grå bomullskläder. Byggnaden runt er ser ut att vara någon form av lagerlokal byggd i plåt. Ni ser en stor lastport som kan öppnas uppåt och bredvid den en mindre dörr. Vad gör ni?"*

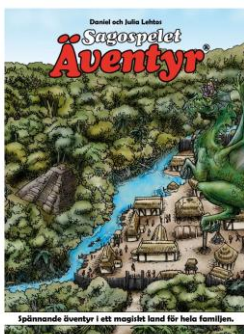
Spelare 1: *"Jag går bort och känner på den lilla dörren."*

Spelledare: *"Den är låst."*

Spelare 2: *"Jag letar efter verktyg eller något vi kan öppna dörren med."*

Man kan hitta på sin egen värld eller historia att berätta men det finns också ett stort urval av spel att välja på. De flesta kommer med ett regelsystem där slumpen avgör om vissa handlingar en karaktär gör lyckas eller inte för att spelet ska bli oförutsägbart.

**Förslag på spel att börja med:**



**Äventyr**

- 3–6 spelare.
- Lämpligt för 5-10 år.
- Speltid: 1-2 timmar.
- Fantasy



**Mutant År 0**

- 3–6 spelare.
- Lämpligt för 13-30 år.
- Speltid: 2-4 timmar.
- Postapokalyps

# Brädspel

**Ålder:** 6-100 år

**Svårighetsgrad:** Lätt

**Tid:** 30 min – 5 timmar

**Förkunskaper och krav:**

- Bord och stolar

**Beskrivning:**

Det finns många fler brädspel än Monopol och Fia med knuff! Det finns brädspel som man spelar tillsammans mot spelet, det finns brädspel där man tävlar mot andra spelare, brädspel som går ut på att lösa problem och mycket, mycket mer.

Spelen som vi rekommenderar här har enkla regler som är lätta att sätta sig in och går snabbt att spela. Väldigt roliga för både barn och vuxna.

**Rekommendationer:**

Det svåraste med brädspel är att lära sig regler. Ett tips är att titta på en youtube video som förklarar spelet och reglerna på sin mobil. På så sätt lär man sig regler snabbt och enkelt.

**Lätta och snabba spel som inte har så tunga regler:**

**King of Tokyo**

- 2–6 spelare.
- Från 8 års ålder.
- Speltid: ca 30 minuter.

**Settlers of Catan**

- 3–4 spelare.
- Från 10 års ålder.
- Speltid: ca 75 minuter.

**Blokus**

- 2–4 spelare.
- Från 6 års ålder.
- Speltid: 20 minuter.

**Ticket to ride**

- 2–5 spelare.
- Från 8 år.
- Speltid: 30–60 minuter.

**Codenames**

- 4-6 spelare.
- Från 12 års ålder.
- Speltid: ca 30 minuter.

**Tsuro**

- Brädspel för 2–8 spelare.
- Från 8 års ålder.
- Speltid: ca 20 minuter.

Utrustning	Budget
Brädspel	100-500kr/spel
<b>Summa</b>	100-500 kr

# Varulv

**Ålder:** 6-100 år

**Svårighetsgrad:** Lätt

**Tid:** 30 min

Utrustning	Budget
Summa	0 kr

## Förkunskaper och krav:

- Stolar
- Minst 6 deltagare

## Beskrivning:

Ett socialt spel som går ut på att hitta vem som är varulv bland alla deltagarna.

## Rekommendationer:

I de flesta spel så blir det väldigt roligt om det finns en "uppviglare" det är ingen officiell roll som skrivs ner på papper utan snarare en person som inte är rädd för att pratat och slänga ut påståenden. Så fort någon börjar så brukar resten av gruppen hänga på.

## Spelets förberedelser:

En person som vill vara "berättare". Den personen sitter inte på en stol och får heller inte en lapp med tilldelad roll.

Sätt lika många stolar som det är deltagare i en cirkel där alla är vända inåt mot varandra.

Alla deltagare tar en stol var.

Gör lika många lappar som det är deltagare. Skriv "Varulv" på en lapp, "Jägare" på en lapp, och "bybo" på resten.

Blanda alla lappar och dela ut en till varje deltagare. De får titta på lappen men inte visa andra vad det står.

## Spelets start:

Berättaren kommer gå runt cirkeln bakom alla deltagare. När spelet startar så får berättaren måla upp scenen. Hur ser byn som deltagarna är i ut? Man kan kör i olika historiska tidsåldrar ända upp till modern tid eller hitta på roliga ställen som en smurfby eller Hogwarts från Harry Potter.

Berättaren vandrar långsamt runt cirkeln målar upp byn och hur alla vaknar upp till ett hemskt mord. Det är nu deltagarnas uppgift att hitta varulven innan det blir natt så varulven inte hinner döda någon mer.

Deltagarna får nu börja anklaga varandra, hitta på roller till sig själva ("Jag är bagare så jag är uppe tidigt på morgonen." eller "Du har blod på dina skor!"), och försöka avleda uppmärksamheten från en själv till andra samtidigt som man själv försöker klura ut vem som ljuger.

När man tror att man vet vem mördaren är eller att man vill anklaga någon så måste man peka på personen. Här är det berättarens roll att hålla koll på hur många fingrar som pekar och avbryta rundan när det är en majoritet pekar på en och samma person. Då får berättaren beskriva hur alla i byn nöjt går och lägger sig övertygade om att man har fångat varulven.

Alla deltagare får under "natten" blunda och hålla för öronen. Berättaren får be varulven att titta upp och peka ut ett offer. Den personen är död i gryningen. Sen ber Berättaren varulven sova. Efter varulven så ber berättaren jägaren att vakna. Jägaren får peka på en person som man tror är en varulv och berättaren får då nicka eller skaka på huvudet för att bekräfta. Ingen får säga något högt. Sen så får jägaren sova igen.

Berättaren meddelar att alla kan vakna. Det är en ny gryning och en person hittas död (den varulven pekade ut). Alla som dör, vare sig det är från varulven eller bränd på bål, är ute ur spel. Nu måste byborna peka ut en varulv till. Och rundorna upprepar sig.

Om byborna bränner varulven så vinner byborna.  
Om det bara finns två bybor kvar så vinner Varulven.

Snabbkort till berättaren för att komma ihåg alla steg. Klipp ut och ha till hands.

Start: Beskriv by och att ett mord har begåtts. Säg åt deltagarna att peka ut en varulv.

1. När majoriteten av deltagarna pekar på samma person, avbryt rundan. Personen bränns på bål och kan visa sin lapp för gruppen
2. Be alla att sova (hålla för öron och blunda).
3. Be varulven vakna och peka ut sitt offer
4. Be varulven sova när du är säker på vem hen pekade på.
5. Be jägaren vakna och peka på vem hen tror är varulv. Nicka eller skaka på huvudet för att svara.
6. Be jägaren sova.
7. Väckgruppen och förklara vem som är död.
8. Uppmana gruppen att hitta en ny varulv och vänta tills majoriteten pekar på en och samma person. Upprepa steg 1-7 tills man hittar varulven eller tills det bara är två bybor kvar.