

# JEG ER!

Dette tilrettelagtheftet er laget spesielt for de barna som trenger å forberede seg litt ekstra til forestillingen og teaterbesøk.

Det inneholder en beskrivelse av handlingen og en presentasjon av de vi møter på scenen. Dere finner også en liste over mulige triggere. Det er lov å snakke, le, gråte, tikse og rope under vår visning. Det er også lov til å gå til og fra spillområdet dersom det er behov for det.

UNGE VIKENTEATER

Tilrettelagtheftet er inspirert av Hålogaland Teaters «Relæxt».

## Unge Viken Teater kommer på besøk

Vi kommer med en stor varebil som du kan se på bildet under. I bilen har vi kostymer, rekvisitter og teknikk som vi kommer til å bruke i forestillingen. Vi gleder oss til å besøke dere!

De som kommer på besøk med forestillingen «JEG ER!» er to skuespillere.



**UNGEVIKENTEATER**



## På scenen

### Erlend

Erlend er danser og skuespiller.

Erlend synes at alle skal få være slik som de vil.

Erlend liker å leke.

I stykket leker han at han er mange ulike ting.



## På scenen

Alma

**(Obs: På våren 2026 erstattes Alma av en danser som heter Mariko. Mariko gjør det samme som Alma i forestillingen.)**

Alma er danser og skuespiller.

Alma synes at alle skal få være slik som de vil.

Alma liker å leke.

I stykket leker hun at hun er mange ulike ting.

## Fortellingen om «Jeg er!»

Før forestillingen begynner venter publikum utenfor salen. Alma henter alle som skal se på forestillingen og viser hvor de kan sette seg i rommet. I rommet står en rund hytte med grønt stoff på.



Erlend er inne i rommet allerede. Han danser nede på gulvet samtidig som han hilser på publikum.

Erlend og Alma skrur på fire lilla lys som ligger på gulvet. «Nå begynner det» sier de. Så skrur de på musikk og kryper i den runde hytta.

## Fortellingen om «Jeg er!»

Det kommer på en musikk med pussige lyder. Alma stikker fingeren ut fra hytta. Alma danser med fingeren til musikken.



Erlend stikker foten ut fra hytta og deretter hele beinet.

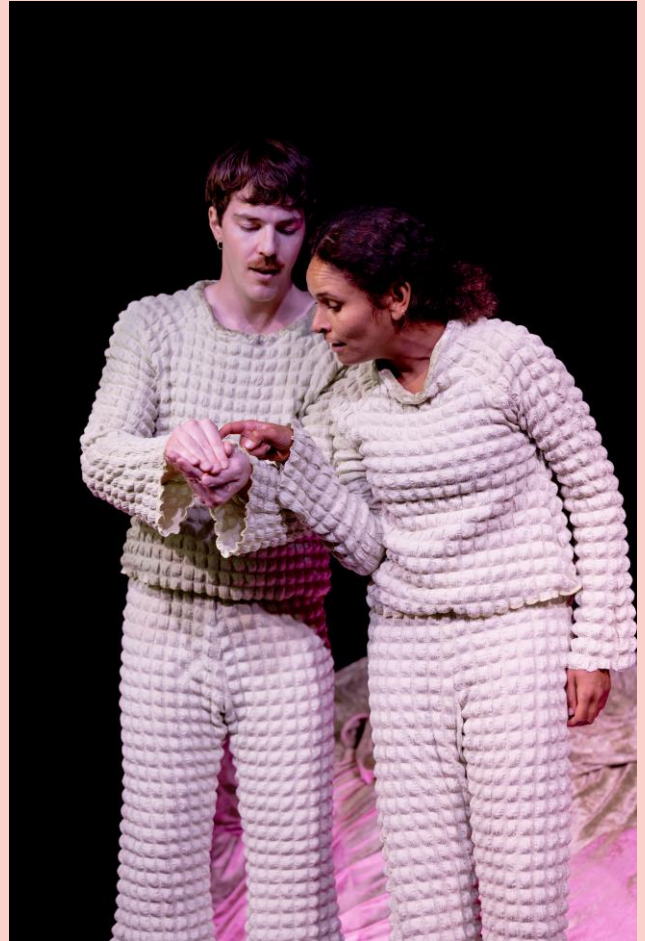
Erlend og Alma kommer på hver sin måte ut av hytta. Erlend presser seg ut. Alma lager kysselyder og åler seg ut.



## Fortellingen om «Jeg er!»

De reiser seg opp og oppdager at de har en kropp! De lever!

Så lager de boblelyder og andre tullelyder før de begynner å snakke i kor. De later som de er en konge som sier «Velkommen til livet!» til Erlend og Alma. Kongen befaler at de skal finne seg selv.



Erlend og Alma begynner å lete etter seg selv. Er seg selv inni hånda deres? Er seg selv under føttene til barna? Er seg selv i øret til Erlend?

Er seg selv inni skoen til barna i publikum? Eller kanskje seg selv er inne i den runde hytta?

## Fortellingen om «Jeg er!»

Erlend kryper inn i den runde hytta. Alma finner en boks. Alma trekker et stoffstykke ut fra boksen. Alma leker at det er håret hennes. «Dette er nok meg!» sier Alma. Erlend snor seg ut av teltet og har på seg et glitrende stoff. «Dette er nok meg!» sier Erlend.



## Fortellingen om «Jeg er!»

De leker at de er mange forskjellige ting med alle de fine stoffene de finner i hytta og i boksen.



## Fortellingen om «Jeg er!»

De hører en «gong» - lyd inne i den runde hytta. Erlend og Alma åpner opp forhenget på hytta: Hytta er fullt av fine farger! Erlend og Alma slipper det de holder på med og kryper inn i den runde hytta.



Hytta er stille. Så kommer det musikk med rare lyder fra hytta. Erlend titter ut. Erlend lukker forhenget fra inne i hytta. Et rødt stoff stikker frem på toppen av hytta. Hva ser det ut som? Hår?



Erlend og Alma stikker hendene ut fra hver sin side av hytta. De holder noe lilla. De slipper det lilla de holder: Det blir til to store ringer med stoff.



## Fortellingen om «Jeg er!»



Erlend og Alma holder de to ringene foran munnen slik at det ser ut som om de bare har munn. Munnene lager tullede bablelyder.

Så sier munnene til Erlend og Alma: «kjære Erlend og Alma! Kongen befaler at dere er dere selv så andre skjønner hva dere er! Ellers kommer N-ormen og tar dere!»

Erlend og Alma blir redde. De vet ikke hva N-ormen er. De gjemmer seg inni den runde hytta.

Erlend lager slangelyd. Erlend løfter på en lang pute som ligger på den runde hytta. Så lager Erlend N-ormen som er en laaaang slange.

## Fortellingen om «Jeg er!»

Alma og Erlend leker at de er N-ormen som beveger seg blant publikum. «nei nei nei» sier N-ormen.

N-ormen lager slangebevegelser.



Plutselig ser den på Erlend.



«Alma!» roper Erlend, men Alma merker ingenting for Alma er opptatt av å kle på seg en kappe som Alma synes er kjempetøff.



«Alma!!!» roper Erlend igjen. Nå oppdager Alma at Erlend trenger hjelp. Alma blir til en Ninja og tøffer seg for publikum. Så slår Alma på N-ormen. «Au!» sier N-ormen og skremmer Alma. Alma gjemmer seg i den runde hytta.



## Fortellingen om «Jeg er!»

Ut fra den runde hytta dukker det opp en liten, brun pelssak som Alma styrer. Den lille pelssaken biter N-ormen og trekker den inn i den runde hytta.

Den brune pelssaken og N-ormen sloss. Erlend tar på seg to lange pelsarmer. Erlend blir med å tulle sammen med N-ormen og den brune pelssaken. Så trekker Erlend N-ormen ut av hytta.



## Fortellingen om "Jeg er!"



Erlend og Alma klapper N-ormen. De synger om at man kan være den man vil. De danser med N-ormen som har blitt snill. Så snur de den runde hytta så vi ser alle de fine fargene.



De rydder alle tingene sine inn i den runde hytta.

## Fortellingen om "Jeg er!"



De tar med alle de lilla lysene inn i hytta. Så setter de seg ned som om de er inne i et rede. «Jeg er Erlend» «og jeg er Alma» «og vi er» «og det er nok.» sier de.





## **Varighet:**

Forestillingen varer i 30 minutter



## **Ting å være ekstra forberedt på og mulige triggere**

Erlend og Alma snakker av og til med stemmespråk og av og til med lyder.

Erlend og Alma later som de er mange forskjellige ting. Kanskje noen i publikum tenker at de leker at de er en fisk, mens noen andre tenker at de er en gorilla. Begge deler er like riktig for det er ikke noe riktig eller feil svar på det de leker.

Et sted later Erlend og Alma som om tingene de leker med kysser masse.

Det er mange forskjellige lyder i musikken og ikke alltid en melodi. Noen kan synes lyden er litt høy. Pleier du å bruke hørselsvern så kan det være lurt i denne forestillingen.

Erlend og Alma leter på publikum og under mattene publikum sitter på etter noe usynlig som de kaller "seg selv". Dette er bare på spøk. Liker du ikke blikkontakt så er det lov til å se vekk. Det er også lov til å si "Nei" hvis du ikke vil at de skal lete på deg.

Erlend og Alma kommer ganske nært publikum, men det er aldri noen i publikum som blir tatt med opp på scenen. Du får sitte på plassen din gjennom hele forestillingen.

Tre steder i stykket leker Erlend og Alma at de er kongen. Da forandrer de stemmen sin og snakker litt strengt.

Flere steder i forestillingen forsvinner Erlend og Alma inn i den runde hytta som står midt på scenen. De kommer alltid ut igjen.

Et sted leker Erlend og Alma at de er en slange som heter N-ormen. Da beveger de en stor, grønn stoffslange over publikum. Noen kan synes denne er litt skummelt Da er det lurt å sitte ved siden av noen du er trygg på.

## Alternativ og supplerende kommunikasjon (ASK)

- Vi anbefaler å benytte tilrettelagtheftet sammen med deres alternative og supplerende kommunikasjon. Noen tegn som kan benyttes er:



Publikum



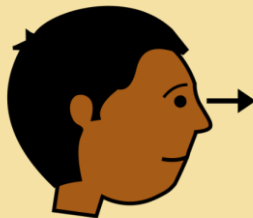
Høre



Musikk



Sitte



Se



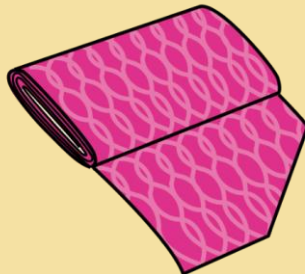
Teater



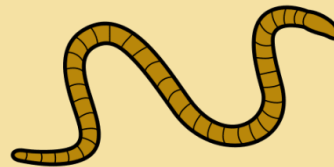
Danse



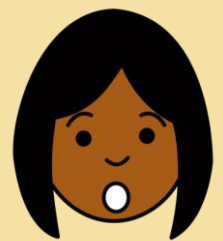
Leke



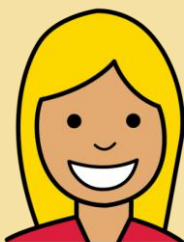
Stoff



orm som heter N-orm



Overrasket



Glad



Morsomt



Spennende



Applaus



# Takk for at vi fikk besøke dere!

Vi setter pris på en tilbakemelding! Skriv gjerne noen ord om opplevelsen til [kim@ungeviken.no](mailto:kim@ungeviken.no) hvis dere har tid og anledning. Vi håper å se dere snart igjen! Hilsen alle oss på Unge Viken Teater.

**UNGE VIKENTEATER**

Alle bilder er fotografert av Tale Hendnes.

Piktogrammer er hentet fra <https://arasaac.org/>