



Kære Nørkler

Vi inviterer dig til at være med i et helt særligt projekt, hvor vi sammen kan sprede kærlighed og glæde gennem strikkede og hæklede hjerter.

Vores mål er at få lavet en hel masse smukke hjerter, som vil blive solgt til vores arrangementer og på Shell-tankstationer over hele landet.

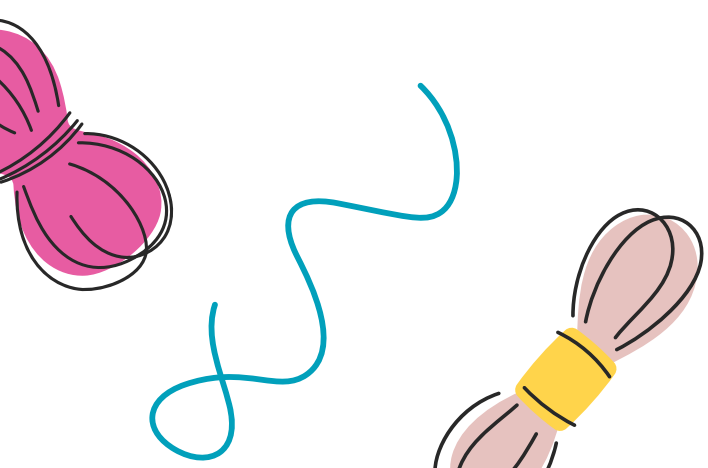
Hvert hjerte koster 45 kr., og overskuddet går til Legeheltene.

Hvorfor lave hjerter?

Legeheltene arbejder hver dag for at skabe glæde, leg og bevægelse for børn på landets sygehuse. Hvert år indlægges omkring 60.000 børn i Danmark, og for mange af dem er Legeheltene et afgørende lyspunkt og en vigtig del af deres helingsproces.

Leg er ikke bare et afbræk, det styrker børns psykiske trivsel, skaber motivation og giver dem energi i en ellers svær tid.

Dit Heltehjerte er med til at sikre, at endnu flere indlagte børn får glæde af Legeheltenes besøg og aktiviteter. Det gør en forskel – både for børnene og for dem, der køber et hjerte som en kærlig gestus til sig selv eller én, de holder af.



Sådan gør du:

Skriv dig op som nørkler her: [Heltehjerter](#)

Strik eller hækl et (eller flere) hjerter.

Brug dine garnrester og hjælp os med at gøre projektet bæredygtigt. Alle kan være med, uanset niveau – vi har en nem opskrift, du kan følge.

Når du er færdig, kan du skrive til os og få et gratis fragtlabel, så dine hjerter kan blive sendt til os. Det gør du således:

1. Send en mail til buf@borneulykkesfonden.dk, skriv "Fragt til Heltehjerter" i emnefeltet.
2. Vi besvarer din mail og sender dig en fragtkode (el. QR-kode) til GLS.
3. Gå til nærmeste GLS pakkeshop med din pakke og vis dem koden/QR-koden – så sender de pakken til os.

Alternativt kan dine hjerter sendes eller afleveres her:

Børneulykkesfonden
Gammel Kongevej 60,
1850 Frederiksberg,
Mrk. Hjerter, Att: Henriette Madsen.

Vi samler alle de smukke hjerter og leverer dem til Shell-tankstationer eller BR butikker over hele landet, hvor de sælges ved disken.

Vil du være med på vores hjertelige kampagne?

Så grib strikkepindene eller hæklenålene, find dine garnrester frem og lad os sammen sprede kærlighed én maske af gangen – vi glæder os til at modtage dit/dine hjerter.

På forhånd tusind tak for din hjælp og støtte

Kærlige hilsner



Strikkeopskrift

Heltehjerter

til fordel for indlagte børn



Mål:

Hjertet kommer til at måle ca. 5 x 5 cm.

Materialer:

Garnrester i alle farver - gerne bomuldsgarn 50 g/ca. 170 m.

Strømpepinde 3.

Nål

Strikkeopskrift:

Slå 40 masker op på strømpepinde 3 - 10 masker på hver pind.
Strik 1 omgang ret.

Tag herefter ind på hver anden omgang således:

Omgang 1:

- Pind 1 (10 masker) - Strik de første 2 masker drejet ret sammen, forsæt ret pinden ud.
- Pind 2 (10 masker) - Strik ret indtil sidste to masker, strik 2 ret sammen.
- Pind 3 (10 masker) - Strik de første 2 masker drejet ret sammen, forsæt ret pinden ud.
- Pind 4 (10 masker) - Strik ret indtil sidste to masker, strik 2 ret sammen.

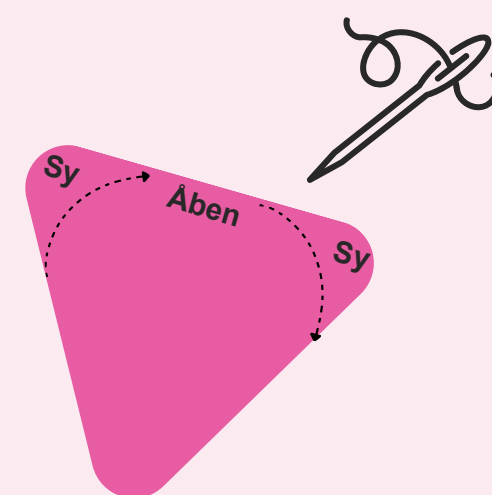
Omgang 2:

- Strik ret

Gentag disse 2 omgange, indtil der er 4 masker tilbage (1 på hver pind)
- Luk af.

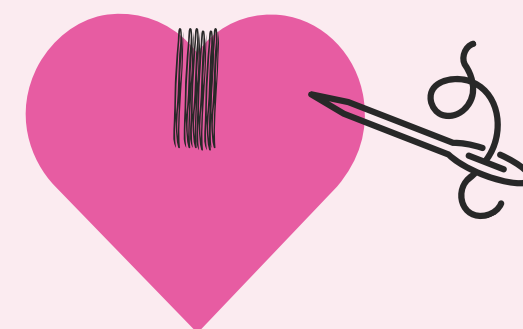
Form hjertet således:

Hæft snoren i spidsen/sy spidsen sammen.
Vend hjertet med vrangen udad.
Hæft alle ender og gem garnresterne til fyld.
Sy rundingerne øverst på hjertet.



Vend derefter hjertet med retsiden udad.
Kom alle garnrester ind i hjertet, så det får lidt fylde.
Luk toppen af hjertet med ca. 5 sting.

Form hjertet og sy midt for med et par ekstra sting (hjertets "fordybning").



Afslut med en sikkerhedsnål på bagsiden eller monter en nøglering.

