



STOCKHOLMS LÄNS
BILDNINGSFÖRBUND

Folkbildning i Länet

2-2021

NYHETSBREV FRÅN STOCKHOLMS LÄNS BILDNINGSFÖRBUND – FOLKBILDNINGENS GEMENSAMMA INTRESSEORGANISATION.



Från klimatångest till kunskap och makt att påverka

Klimat, miljö och hållbarhet är ödesfrågor som angår oss alla, oavsett inom vilket fält vi är aktiva. Komplexiteten i frågorna gör att de passar extra bra att studera på folkhögskola, där det ges tid att fördjupa sig och där interaktivitet och deltagarpåverkan är ledord.

På Röda Korsets folkhögskolas kurs "Klimatomställning – mobilisera för en hållbar värld" får deltagarna både en bred allmänbildning inom klimatfrågan och samtidigt möjlighet att fördjupa sig. Vi analyserar viktiga klimatdokument och globala överenskommelser, och begrepp som hållbarhet, makt, rättvisa och klimatomställning diskuteras och belyses ur olika vinklar. Vi arbetar även med framtidsscenarioer, där deltagarna får chans att vara kreativa och visionära.

Stadsodling och klimatsmart matlagning

Parallellt löper mer praktiska moment som stadsodling och klimatsmart matlagning. Att hålla workshop är en viktig metod som lärs ut och praktiseras. Vi gör studiebesök och studieresor inom Sverige eller ut i Europa. Intressanta och kunniga externa föreläsare ger deltagarna ytterligare viktiga kunskapsbitar från aktuell forskning och hållbarhetsarbete.



En sju veckors praktik på relevant organisation, myndighet eller företag ger kontakter och meriter inför framtiden.

En av förra årets deltagare sammanfattade kursen så här:

"Jag tycker att jag fått med mig sätt att förstå klimatkrisen och hur jag kan hantera den – både för mig själv och i det stora hela."

Läs mer om Röda Korsets folkhögskola
<https://www.rodakorsetsfolkhogskola.se>





Paideia folkhögskolas rektor Noa Hermele, dåvarande statsminister Stefan Löfven och dåvarande kulturminister Amanda Lind.
Foto: Karl Gabor och Kulturdepartementet

Paideia folkhögskola i möte med stats- och kulturministern om judiskt liv i Sverige

Paideia folkhögskola, Sveriges första folkhögskola med judisk profil, deltog i september tillsammans med Judiska Centralrådet, Föreningen Hillel och Sveriges Jiddischförbund i ett möte med dåvarande statsminister **Stefan Löfven** och kultur- och demokratiminister **Amanda Lind**.

Mötet behandlade regeringens utredning om en strategi för judiskt liv i Sverige samt Remember ReAct – Malmö internationella forum för hågkomst av Förintelsen och bekämpande av antisemitism.

Paideia folkhögskola och de andra organisationerna presenterade sina bidrag och tankar för att främja judiskt liv i Sverige.

Läs mer om Paideia folkhögskola

<https://paideiafolkhogskola.se/>



Vägen tillbaka på Hagabergs folkhögskola

Många folkhögskolor har ekat tomma under pandemin, men under höstterminen har man på bl a Hagabergs folkhögskola i Södertälje äntligen hittat tillbaka till möten bortanför skärmen, till klassrum fyllda med deltagare.

Det handlar bland annat om vernissage av Livskunskapskursen, adventssamling i Hagabergs kapell av allmän-klassen med musikprofil. Vaccinationsbussen har även varit på besök, lunchrestaurangen har öppnat och kulturkvällarna på skolan har varit fullsatta under hösten.

Det verkar finnas ett extra stort sug efter utbildning, inspiration och umgänge just nu, och det är gott för oss folkhögskolor att åter ha möjlighet att tillfredsställa detta behov.

Läs mer om Hagabergs folkhögskola i Södertälje

<https://hagaberg.fhsk.se>



Foto: Hanna Andersson



Deltagare på vårdbiträdesutbildning på Skarpnäcks folkhögskola.

En annorlunda och kreativ utbildning

Skarpnäcks folkhögskola startade hösten 2021 en vårdbiträdesutbildning med en ny innovativ inriktning som ger nyanlända utbildning i vård och omsorg samt stärker förmågan att tala svenska.

Deltagare har med starkt självförtroende, nu redan innan första terminen är slut, kunnat söka och få timanställningar inom vården som vårdbiträden genom att berätta för arbetsgivarna vad de hunnit lära sig.

I vårdlärarlaget har det varit en läkare, en fysioterapeut och dansare samt en vårdlärare som är musiker utöver lärare i svenska som andraspråk. Man har specialiserat sig på en ny sorts utbildning för vårdbiträden med en kreativ kulturell betoning där rörelse och sång står i centrum.



Man har tagit fasta på de vetenskapliga studier som visar att detta är en nyckel för att hjälpa dementa i vården eftersom det minskar ångest, oro och aggressivitet. Detta leder till att vårdarbetet flyter på mycket snabbare, enklare och humanare.

Kursens deltagare som jobbar extra på kvällar och helger har kommit tillbaka till klassrummet och berättat hur mycket enklare och roligare deras arbete blir med denna musikaliska dans&rörelse-teknik som lärs ut i kursen. Detta ger kursens deltagare ett stort självförtroende och lust och motivation till att jobba i en annars ganska stressig och tuff arbetsmiljö inom vården. Men bäst av allt är att det resulterar i att brukarna i vården mår mycket bättre.

Läs mer om Skarpnäcks folkhögskola

<https://skarpnacksfolkhogskola.se>



Samverkan i Kista för att öka kunskap om diskriminering

Antidiskrimineringsbyrån Stockholm Norr samverkar med Kista träffa och Kista kyrka för att öka kunskapen om diskriminering och möjligheten att få stöd om en har utsatts för diskriminering till boende i Kista.

Under sommaren har man medverkat vid event på Kista torg tillsammans med ett flertal aktörer bland annat Kista träffa och Kista kyrka. Byrån har även funnits tillgänglig för information och rådgivning i både Kista träffa och Kista Kyrka under hösten 2021. Utbildningar i diskrimineringslagen har också genomförts – allt för att öka medvetenheten kring diskriminering.

Sensus Studieförbund är huvudman för antidiskrimineringsbyrån och hit kan du vända dig för att få rådgivning samt utbildning och information.



Läs mer om Sensus Stockholm/Gotland

<https://www.sensus.se/om-sensus/var-organisation/sensus-stockholm-gotland/>



Josefin Rehn vill vända rädsla till hopp



I den egenskrivna låten "Riv ner väggen" vill Josefin Rehn på Medis 5 vända rädslan som finns inom oss till hopp.

– Texten till den här låten skrev jag när jag gick i gymnasiet. Den handlar om de tankar jag bar inom mig under skoltiden. Texten handlar om att vända rädslan som finns inom oss - till att istället känna hopp. Jag tycker att det är viktigt att man vågar öppna upp och säga vad man känner. Och att man blir lyssnad på och får stöd, säger Josefin Rehn.

Med stöd från folkbildningsorganisationen #vimåsteprata har Josefin Rehn på Medis 5 fått möjlighet att utveckla den egna låten "Riv ner väggen".

Det resulterade i en studioinspelning av låten och skapandet av en tillhörande musikvideo.

Josefin genomförde också en avslutande konsert på Medborgarhusets trapp där hon framförde den egenskrivna låten. Med sig hade hon tre inbjudna kollegor som framförde egna sånger och dikter. Alla med en stark demokratisk koppling. Det övergripande budskapet handlade om kulturens demokratiska betydelse för vår existentiella hälsa.

Medis 5 har Sensus Stockholm - Gotland som huvudman.

Se musikvideon till "Riv ner väggen"

<https://www.youtube.com/watch?v=kaP4cxQtqQQ>



Evelyn – hjälp till musikskapare

— En del av Kulturens —

Evelyn, som är studieförbundet Kulturens egen musikverksamhet, finns för att hjälpa musikskapare att utvecklas och nå sin egen definition av framgång.

Året 2021 har självklart bjudit på mycket digital verksamhet på grund av pandemin. Bland annat har man haft ett digitalt låtskrivarcamp där 32 låtskrivare och producenter fick skapa musik ihop under två dagar. Väldigt uppskattat då många känt sig isolerade och ensamma i sitt skapande pga rådande restriktioner.

Man har även arrangerat ämnesinriktade föreläsningar och tre live-streamade panelsamtal under namnet Evelyn Dialog med ämnen som kreativitet kopplat till prestationsångest, låtskrivares intäktsflöden samt varumärkesbyggandet som artist.

Dessutom verksamhet utomhus med bland annat inspelning av live-videos bland Vintervikens spränggröpar.

Lyssna på några låtar som släppts under året

<https://open.spotify.com/playlist/5nbYR4NjJr75WrsIHmaZpj?si=5b7c503e7d014a09>





Föreställningen "Demokrati Impro" med Suzanne Osten och Stockholms Improvisationsteater spelade för utsålda hus både online och på teatern.

Ett samarbete inom temat demokrati mellan Sensus Studieförbund Stockholm-Gotland #använddinröst, Stockholms Improvisationsteater och #vimåsteprata.

I "Demokrati Impro" blandades reflekterande samtal med förlösande improvisationer i en underhållande och tänkvärd föreställning. På scenen stod **Suzanne Osten** tillsammans med Sveriges främsta improvisatörer. Publikens tankar, frågor och idéer fångades upp och påverkade kvällen. Föreställningen kunde ses live på Stockholms Improvisationsteater eller via stream onsdag 13 oktober 2021.



Scen ur föreställningen "Demokrati Impro".

Läs mer om Sensus och Demokrati Impro

<https://www.sensus.se/berattelser/demokrati-impro-en-realistisk-dystopi/>



Viktiga studiecirklar i demokrati

Just nu är **Studieförbundet Vuxenskolan Stockholms län** i full gång med att fylla en av vårens viktigaste studiecirklar – **Mitt Val**.

Mitt Val är en studiecirkel i demokrati och är till för att personer med psykisk ohälsa och/eller intellektuell funktionsnedsättning ska kunna delta i och förstå allmänna val och vad det är vi röstar om.

Utöver det utvecklar vi även kompletterande studiecirklar om hur du som politiker kommunicerar med lättläst svenska i skrift och tal så ditt budskap blir begripligt för fler.

Läs mer om Mitt val

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-stockholms-lan/mitt-val-2022/>





Besök på Vaddö folkhögskola från Littauen och Estland.

Hur startar man en folkhögskola i Litauen?

I oktober fick Vaddö folkhögskola besök från Litauen och Estland i samband med ett Nordplus-projekt.

Representanter välkomnades från kommuner, utbildningar och företag som alla hade samma fråga: Hur kunde de starta en folkhögskola i Litauen? Under en intensiv vecka bjöd de på diskussioner, insikter, energi och massor av skratt – det var inspirerande att ta del av starten på deras folkhögskoleres.

Musik på distans?

Är det ens möjligt att spela musik på distans? Jodå, terminskursen Irländsk folkmusik på Vaddö folkhögskola gör just det. Under kursen varvas distansundervisning samt enskilda och gemensamma fjärrlektioner med fyra härliga kurshelger på plats på folkhögskolan i Roslagen.



Men visst, det är helgträffarna som är kursens huvudmoment – då samlas alla för att spela låtarna vi tränat in, jamma och dansa tillsammans. Det måste ändå vara det bästa botemedlet mot vintermörkret.



MR-dagarna i Göteborg ska skrivtolkas

På MR-dagarna i Göteborg var skrivtolkutbildningen från Södertörns folkhögskola på plats för att skrivtolka och göra mässans innehåll tillgängligt för personer med hörselskada eller dövhet. Årets tema var demokrati + mänskliga rättigheter = sant.

Läs mer om Vaddö och Södertörn folkhögskola

<https://www.vaddo.fhsk.se>
<http://www.sodertorn.fhsk.se/>



"Våra liv med pandemin"

Idén föddes när Bosse Johansson (ordförande PRO Jakobsberg) skrev en dikt i en gemensam mailtråd mitt i pandemin. Den beskrev känslor, ensamhet och en blandning av hopp och frustration.

Det var mitt i prick vilket ledde till att många i tråden började skriva sin vardag i diktform. Jag tänkte att det här behöver samlas och bevaras och då bestämde vi att göra "våra liv i pandemin".

Inkeri Kuosku från PRO samlade in alla coronadikter och gjorde layouten. En ung konstnär **Kristeen Lewis** utformade omslaget som illustrerar isoleringens ensamhet. Under Järfälla kommuns kulturmånad framfördes poesin av författarna själva inför publik.



Samband mellan kunskap och demokrati

Åsa Wikforss, författare och filosof var på besök i Solna stadsbibliotek för att reda ut sambandet mellan kunskapen och demokratin och granskar hur den nya tidens propaganda används för att underminera det demokratiska samhället.

Ett arrangemang i samarbete med ABF Norra Stockholms län, Solna Stad och #vimåsteprata.

Läs mer om ABF Norra Stockholms Län

<https://www.abf.se/norrastockholmslan>



**Demokratiscen:
Demokratin och kunskapen**



Verksamhet på **NBV Öst**: Svetscirkel på Skeppsholmsgården, E-tjänstutbildning hos KRIS Sthlm och Koreanska skolans dag.



Foto: Moa Karlberg/Fryshuset/Husby

Min karriär! startar i Järva

Nu startar Studieförbundet Vuxenskolan i Stockholm tillsammans med Fryshuset i Husby det treåriga projektet Min karriär! som ska göra det lättare för unga i Järva att navigera sig fram till drömyrket och äga sin framtid.

Projektet finansieras av Allmänna Arvsfonden. Målet är att göra gemensam sak för att stärka ungas självkänsla, självförtroende och inkludering i samhället.

Läs mer om Studieförbundet Vuxenskolan i Stockholm och Min karrär!

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-stockholm/nyheter/min-karriar-startar-i-jarva2/>



Parent Talk – we walk the talk

Parent Talk är ett föräldraprogram som syftar till att stärka relationen mellan barnet och föräldern. Målet med programmet är att ge deltagarna insikter, stöd och verktyg för att navigera i en värld full av utmaningar.

Genom att möta andra föräldrar och samtala om svåra ämnen ger deltagarna varandra stöd, mod och kraft att utvecklas i föräldrarollen.

Parent Talk sker i samarbete med skolor, organisationer och föreningar. Programmet erbjuds kostnadsfritt till föräldrar som har barn i olika åldrar.

Läs mer om Studieförbundet Vuxenskolan i Stockholm och Parent Talk

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-stockholm/projekt/parent-talk/>



Foto: Pexels

Studiecirklar i digital delaktighet underlättar livet

Att kunna vara delaktig i det digitala samhället är en av våra största demokratifrågor. I Tumba och Tullinge samarbetar just nu Bilda och Hela Människan, med studiecirklar i att använda dator och telefon. Personer som arbetstränar får möjlighet att stärka sina digitala kunskaper, alltifrån att kommunicera med nära och kära i olika appar, till att kunna använda Försäkringskassans, Arbetsförmedlingens och andra myndigheters digitala tjänster. **Diana Waruhiu**, handledare hos Bilda, leder cirkarna.

– De känner sig utanför samhället, när de inte kan göra det som exempelvis Arbetsförmedlingen kräver. Att fylla i och skicka blanketter tar tid och är krångligt. I studiecirkeln får de lära sig hur de kan göra det digitalt, och det gör livet lättare, säger Diana.

Läs mer om hur Bilda arbetar för att stärka människors digitala delaktighet

bilda.nu/öka-digital-delaktighet



Diana Waruhiu, handledare hos Bilda

IT för seniorer i Norrtälje

I Norrtälje samarbetar Sensus med Seniornet Roslagen (SenRos) i deras verksamhet med IT för seniorer.

Verksamheten går ut på att minska det digitala utanförskapet som existerar bland äldre. Under hösten genomförs, förutom support på tisdagar med både drop-in och tidsbokning, två kursomgångar för att lära ut hur man hanterar surfplattor/telefoner, uppdelat i olika grupper för Android och iPad. Ideella personer från föreningen Seniornet Roslagen är ledare och handledare.

Sensus och Norrtälje stadsbibliotek ställer upp med lokaler. Genom detta samarbete där olika aktörer bidrar kan deltagaravgiften hållas nere till en närmast symbolisk summa, som går till material och fika.

Kurserna vänder sig i första hand till föreningens medlemmar men är också öppna för andra t ex bibliotekets besökare.



Läs mer om Sensus Norrtälje

<https://www.sensus.se/kurser-och-evenemang/?sorting=relevance&location=m%3A23&page=1>



Ny podd – Sa du demokrati?

En podcast om val, politik och demokrati som är ett samarbete mellan **Medborgarskolan** och de tre föreningarna FUF Stockholm södra, Utrikespolitiska politiska föreningen Stockholm och Stockholms FN-Förening.

Mer om podden på Instagram

<https://instagram.com/sadudemokrati>





Amplified Equally – temadagar om inkludering och psykisk hälsa



Under hösten bjöd Medborgarskolan på gratisföreläsningar, seminarier, konserter och workshop på distans och även på plats med teman som musik, jämställdhet, HBTQIA och psykisk hälsa.

Under temadagarna bjöd musikern, kompositören och producenten **Sabina Wärme** på samtal om separatistiskt arbete inom kulturbranschen, bland annat om "Den Feministiska Musikbranschfesten".

Läs mer om Medborgarskolan och Amplified Equally

<https://www.medborgarskolan.se/var-varld/studiecirk-lar-och-samarbeten/amplified-equally/>



Vi önskar er alla en riktigt skön julledighet!



STOCKHOLMS LÄNS
BILDNINGSFÖRBUND

Stockholms läns Bildningsförbund (SLB) är folkbildningens gemensamma mötesplats i Stockholms län. Vårt arbete syftar till att stärka folkbildningen, att bevaka folkbildningens intressen och att aktivt företräda medlemmarna.

Här samlas länets folkbildningsorganisationer för samarbete, erfarenhetsutbyte, utvecklingsarbete och diskussioner.

Våra medlemmar är studieförbund och folkhögskolor i Stockholms län.

Vår uppgift är att:

- att sprida information och kunskap om folkbildning, bland annat genom vårt nyhetsbrev Folkbildning i Länet och vår hemsida.
- att ge service i folkbildningsärenden åt kommuner, förvaltningar, våra medlemmar och allmänheten.
- bevaka våra medlemmars intressen.

Stockholms läns Bildningsförbund finansieras via stöd av Region Stockholm samt medlemsavgifter.

Kontaktadress:

Stockholms Läns Bildningsförbund
Sabbatsbergsvägen 6, 113 61 Stockholm
www.stockholmslansbildningsforbund.se

Maria Jörfalk, Länsbildningskonsulent
Mob 0706-38 18 30
E-post: maria.jorfalk@stockholmblbf.se

Nyhetsbrevet Folkbildning i Länet:

Ansvarig utgivare: Peter Ericson, ordförande
Redaktör: Maria Jörfalk, Länsbildningskonsulent



Våra medlemmar

ABF
Bilda
Folkuniversitetet
Ibn Rushd
Kulturens Bildningsverksamhet
Medborgarskolan
NBV
Sensus
Studiefrämjandet
Studieförbundet Vuxenskolan

Alma folkhögskola
Birkagårdens folkhögskola
Bosöns folkhögskola
Botkyrka folkhögskola
Bromma folkhögskola
Fryshusets folkhögskola
Hagabergs folkhögskola
Jakobsbergs folkhögskola
Kaggeholms folkhögskola
Lillsveds folkhögskola
Långholmens folkhögskola
Paideia folkhögskola
Runö folkhögskola
Röda Korsets folkhögskola
S:ta Birgittas folkhögskola
Sankt Ignatios folkhögskola
Scouternas folkhögskola
Sigtuna folkhögskola
Skarpnäcks folkhögskola
Skeppsholmens folkhögskola
Stadsmissionens folkhögskola
Sundbybergs folkhögskola
Södertörns folkhögskola
Södra Stockholms folkhögskola
Tollare folkhögskola
Vårdinge folkhögskola
Väddö folkhögskola
Ågesta folkhögskola