



# Folkbildning i Länet

Nr 2 2009 Årgång 12

## I detta nummer:

- ◆ Kulturens betydelse för hälsan
- ◆ Kulturutredningen och folkbildningen
- ◆ Tre fick årets förtjänsttecken
- ◆ Sluta fega – våga leva!
- ◆ Smedjan - en ny replokal
- ◆ Världen förändras snabbt
- ◆ Succé med Alby Fejm
- ◆ "Den nya vänskapen"
- ◆ Mötesplats för 55+
- ◆ Popstock 2009
- ◆ Kultur på Lidingö
- ◆ Seminarium om att förebygga kriminalitet

Folkbildning i länet ges ut av



Skytteholmsvägen 2,  
171 44 Solna  
www.lansbildningstockholm.org  
Tel 08-641 90 65  
Fax 08-641 85 14  
E-post:  
britt.lindmark.lbf@folkbildning.net

Ansvarig utgivare: Ulf Uebel  
Redaktion: Britt Lindmark  
och Karin Burman

## KULTURENS BETYDELSE FÖR HÄLSAN

Måndagen den 11 maj fylldes Dramaten av deltagare som ville ta del av forskning kring kulturens betydelse för hälsan. Arrangörer var Riksdagens kultur- och hälso-grupp, Dramaten och 1,6 miljonerklubben med stöd av Hälsofrämjandet i Sverige, Umeå kommun och Nordiska nätverket för kultur och hälsa.

Marie-Louise Ekman, Dramatens chef, hälsade alla välkomna bl.a. med att reflektera över att hon och många av oss lever efter våra almanackor emedan livet egentligen består av en mängd oplanerade händelser och sådant man inte tänkt sig. Vi befinner oss i ständig rörelse och påverkas hela tiden både till kropp och själ.

Riksdagsledamöterna Anne Marie Brodén (M) och Solveig Ternström (C) inledde seminariet och berättade om den ganska nyligen bildade kultur- och hälsogruppen

i riksdagen. Meningen med dagen var att sprida kunskap om hur kulturen främjar hälsa och välbefinnande.

### *Musik påskyndar läkandet*

Gunnar Bjursell och Michael Nilsson, professorer från Göteborgs universitet, berättade om den forskning de är verksamma i. De har funnit att man kan påverka smärta med hjälp av ljud och att musik och dans förbättrar hälsan. Korsordslösning, musik, motion i form av

*Forts. på sid 11*



*Anne Marie Brodén*



*Solveig Ternström*

# KULTURUTREDNINGEN OCH FOLKBILDNINGEN

**En ny moderniserad kulturpolitik måste spela en stark roll i arbetet med att stärka bildningsperspektivet i samhället. Därför är just studieförbundens och folkbildningens roll så viktig när den nya kulturpolitiken skall formos.**

Statens Kulturråd har i sina utvärderingar visat på och varnat för att utvecklingen går mot allt mer av kulturkonsumtion och allt mindre av eget skapande. I den utvecklingen utgör studieförbundens verksamhet en motkraft. I studiecirklarna stimuleras människans eget kulturskapande och människor växer som individer.

För oss är betydelsen av gemensamma nationella mål för kulturpolitiken självklar. En fri och självständig kultur är av grundläggande betydelse i samhället. Den värnar yttrandefriheten, ger möjligheter till delaktighet och skapar arenor för kritiska och självständiga diskussioner, vilket är en förutsättning för en levande demokrati. Kulturen är en kraftkälla för personlig upplevelse och ett viktigt verktyg i målet att skapa tillväxt för samhället liksom för lokal utveckling.

Kulturutredningen betonar starkt folkbildningen och civilsamhället som aktörer i det regionala och lokala kulturlivet. Utredningen visar också på att studieförbunden och amatörkulturgrupperna är de klart dominerande aktörerna såväl vad avser antal arrangemang som när det gäller aktiviteter över hela landet. Studieförbunden är också den brygga som skapar samverkan mellan de professionella kulturutövarna och amatörerna. Det är just samspelet mellan topp och bredd som gör svenskt kulturliv så starkt och där är studieförbunden och folkbildningen den kanske viktigaste kraften.

Folkbildningen och civilsamhället är, och kommer i framtiden också att vara, starka aktörer i förnyelsen av kulturpolitiken. Inom

vår ”sfär” hamnar deltagarperspektivet, utövandet och inte kulturkonsumtionen i fokus. Detta måste också stå i fokus om den föreslagna kulturportföljen genomförs. De som i debatten ser avregleringen av statens detaljstyrning av kulturpolitiken som ett hot mot det fria konstnärskapet och att främja kulturens egenvärde tänker fel och måste fundera igenom hur en fortsatt statlig detaljstyrning av stödet till kultursektorn skulle vara en garant för ett kulturellt nytänkande. I våra ögon riskerar ett bibehållande av nuvarande ordning istället att cementera en struktur som visserligen fungerade 1974 när nuvarande kulturpolitik formades men som definitivt överlevt sig själv.

För oss i folkbildningen är kulturverksamheten också en del av det livslånga lärandet. Det är det som motiverar att samhället i form av stat, landsting och kommuner väljer att satsa resurser på folkbildning. Ett par intressanta fakta i sammanhanget:

- Av statens samlade bidrag till studieförbunden används ca 10 procent till vad som kan definieras som rena kulturarrangemang, arrangemang som oftast sker i samarbete med amatörkulturorganisationer, de professionella institutionerna samt bibliotek, museer och arkiv.

- 90 procent av det statliga stödet till folkbildningen styrs direkt till studieförbundens lokala verksamhet och främjar, enligt alla utvärderingar, tydligt det lokala förenings- och kulturlivet. Dessa ca 1,35 miljarder (som staten fördelar till studieförbunden i landet) verkar i lokalsamhället där studieförbunden samverkar med lokala



Peter Sikström

kulturföreningar, musikgrupper och kulturinstitutioner som exempelvis bibliotek, arkiv och museer. Studieförbundens lokalt förankrade verksamhet är garanten för att en bred och kvalitativ god kulturverksamhet upprätthålls i längst ut i kapilläerna.

För att förstärka det breda anslaget är det Studieförbundet Vuxenskolan's åsikt att offentliga anslag till kulturinstitutioner i första hand skall prioriteras till kulturinstitutioner som förmår att arbeta med ett ”utifrånperspektiv” där man utvecklar och gestaltar ”av och med” människor, framför att göra det ”för och om” människor. Minst tio procent av stödet till statliga kulturinstitutioner skall villkoras för samverkan med civilsamhällets aktörer. Gör man detta så uppnås det breda anslag som är grunden i kulturutredningens resonemang.

Utredningen pekar på det ökade intresset bland barn och ungdomar för att delta och verka inom kulturområdet men avstår från att rikta några särskilda förslag för att förstärka denna trend. Studieförbundet Vuxenskolan har föreslagit ett ”Kulturlyft” riktat till barn och ungdomar på samma sätt som nuvarande ”Idrottslyft”. Vi vill se ett ”handslag” mellan ideella organisationer, studieförbunden, amatörkulturföreningar och nyskapande kulturella nätverk på den ena sidan och staten på den andra. Det skulle skapa en stark rörelse underifrån

och stimulera ungdomars kulturintresse genom deltagande och skapande inom olika konstområden. Staten bör avsätta 500 Mkr/per år i fyra år och finansiera detta utanför den nuvarande statliga kulturbudgeten enligt samma principer som gäller för idrottslyftet.

Ett annat område där Kultur-

utredningen valt att vara passiva är när det gäller tillgänglighet för alla. För oss är det ett oavvisligt krav att människor med funktionsnedsättning ges samma förutsättningar som andra att fullt ut bidra och medverka i kulturlivet oavsett detta är som besökare/publik, som deltagare, genom möjligheter till

eget skapande eller som professionell kulturarbetare. Ett krav på det statliga kulturstödet är att det garanterar tillgänglighet för alla och därmed motverkar diskriminering på bred front.

*Peter Sikström, regionchef  
Studieförbundet Vuxenskolan  
peter.sikstrom@sv.se*

## TRE FICK ÅRETS FÖRTJÄNSTTECKEN

**Stockholms läns Bildningsförbunds årsmöte den 23 april genomfördes i moskén vid Björns Trädgård vid Medborgarplatsen.**

Förutom att det nybildade studieförbundet Ibn Rushd antogs som medlem i Stockholms län Bildningsförbund fick tre personer förtjänstecken för lång och god gärning inom folkbildningen i länet.

Solweig Jansson fick länsbildningsförbundets förtjänstecken för sitt engagemang för handikappade barn och vuxna. Hon har varit cirkelledare i sång och rytmik i nästan 30 år och verksam i Medborgarskolan. Även cirklarna i teater, minnestråning, data- och skrivkurser har betytt mycket för dessa människor.

Stefan Sjöblom har under många år varit verksam inom studieförbundet Bilda och stimulerat

till ett folkbildningsmässigt arbete kring livets existentiella frågor och hjälpt människor till reflektion och viktiga beslut. Hans utställningar visar på betydelsen av återvinning av material som andra har ratat.

Manahil Yakoob, som i över tjugo år varit cirkelledare, nu senast i Sensus studieförbund, har visat på ett stort engagemang för folkbildningen och har hjälpt många invandrare att hitta rätt utbildning och cirkel för just sina behov. Hon har bidragit till att många på ett eller annat sätt, också vågat engagera sig i samhället.

Vilka som är styrelseledamöter i SLB finns att läsa på vår hemsida: [www.lansbildningstockholm.org](http://www.lansbildningstockholm.org)



*Solweig Jansson*



*Stefan Sjöblom*



*Ordförande för Islamiska förbundet, Abdallah Salah, hälsade alla välkomna.*



*Manahil Yakoob*

# SLUTA FEGA – VÅGA LEVA!

Så var rubriken på det seminarium som Norrtäljeborna inbjöds till den 25 mars då den före detta elitboxaren Paolo Roberto kom för att hålla en föreläsning om attityder och mental inställning.

Verksamhetsansvarig på Medborgarskolan i Norrtälje, Karin Sundström, valde att kontakta just Paolo för att hon länge känt att hon ville hitta ett sätt att nå en yngre målgrupp.

Hon ville ge ungdomarna en välbehövlig motvikt till det gruppsyck och den prestationsinriktade tillvaro många unga har idag.

Hon ville att Paolo skulle berätta om hur man kan vända motgångar till medgångar. Som tonåring klassades nämligen Paolo av svensk polis som en av de tre farligaste ungdomarna under 18 år, sett över hela landet.

I Roslagsskolans aula samlades inte bara ungdomar utan även föräldrar till tonårsbarn och medelålders besökare.

## **Sökandet efter kärlek**

Paolo Roberto berättade om vägen han gått från utanförskap och kriminalitet - till boxare på elitnivå, programledare på TV, dansör, debattör, moderator och populär föreläsare.

”Skolan har inte resurser att ta tillvara unga entreprenörer. Många med olika ”bokstavskombinationer”, t.ex dyslexi, har extra svårt att bli accepterade och upplevs ofta som stökiga och besvärliga att ha att göra med. Vi vill alla bli uppskattade och älskade. Om vi inte blir älskade vill vi bli fruktade och på så sätt få makt över andra. Om ingen fruktar oss så vill vi åtminstone bli



*Paolo Roberto och Karin Sundström.*

hatade. Det viktiga var att man i alla fall var någon som folk talade om,” menade han som förklaring till sitt eget leverne i ungdomsåren.

”Rädslan för att misslyckas hindrar oss ofta att våga ”ta fighten” om våra egna liv. Trots dyslexin och dålig skolgång har jag nu skrivit en kokbok tillsammans med mina fastrar.”

## **Slopa läsken och cykla**

Budskapet till publiken var att värna om varandra, familjen och

vännerna och att leva sunt både fysisk och mentalt. Många ungdomar mår dåligt idag trots att föräldrarna har det bra materiellt sätt. Alldeles för lite tid ägnas åt våra barn per dag jämfört med t.ex. i Italien. I Paolos hemland lagas mycket och god mat som samlar familjemedlemmar varje dag. I Sverige är det snabbmat som gäller och många som äter ensamma.

”Det är märkligt att ungdomar och vuxna åker bil till eller tar hissen upp till gymmet för att där ställa sig på en trampmaskin”, säger han. Han jämförde med sin egen uppväxt som innebar att han som barn förflyttade sig gående eller cyklande till sina fritidsaktiviteter. ”Förr kunde barn nöja sig med att dela en liten läsk på lördagarna. Idag dricker de ur en och en halvliters flaskor framför datorn flera gånger i veckan. Inte underligt att de blir tjocka.”

Efteråt stannade flera kvar och pratade med Paolo. Karin Sundström som arrangerat detta i Medborgarskolans regi hoppas att föreläsningen leder till att de kan nå fler ungdomar som kan tala om detta med gruppsyck och sundare leverne.

*Mer information:*

*Karin Sundström, 0176-103 00*

*Medborgarskolan*

*norrtalje@medborgarskolan.se*

## SMEDJAN - BILDAS NYA REPKOKAL

Den 6 mars invigde Studieförbundet Bilda sitt nya rephus Smedjan vid Münchenbryggeriet på Söder. Det var öppet hus med specialvisning av de sju replokalerna och en större scen.



*Fredric Thomsen, projektledare*

Tidigare ägdes huset av Musikergymnasiet Rytmus men när de flyttades sin verksamhet till Sickla var Studieförbundet Bilda Öst snabba med att visa sitt intresse för lokalerna. ”– Det är en stor fördel för oss att lokalerna redan var anpassade för att repa i”, berättar Fredric Thomsen, projektledare för Smedjan. ”Även för Rytmus kändes det bra att vi inte rev ner allt det som de hade byggt upp. Nu kan flera grupper repa samtidigt utan att störa varandra eftersom det är ljudisolerat mellan replokalerna.”

Fredric är anställd som projektledare för Smedjan och skall tillsammans med Andreas Thunmarker få igång verksamheten och få den att flyta. – Det brukar ofta sprida sig med mun till mun-metoden att det finns tillgång till bra replokaler. Musikcirklar på Smedjan får som bonus tillgång till aulan om de vill ha en spelning för publik. Aulan rymmer upp till 100 personer i publiken. De får även utnyttja den digitala studion för att göra en inspelning av sitt eget band.

### *Spelar efter färger*

Fredric visade runt i replokalerna och berättade om Kvantons musik, en musikskola för barn 7 – 12 år, där man lär barn att spela efter färger istället för noter. Det första barnen får göra är att döpa sitt band. Sedan gör man låtar där man utgår från barnens egna musikslangor.

De som gått i Kvantons musik kan sedan fortsätta i en cirkel med

en repcoach. Repcoachen träffar man vid tre tillfällen av terminen, en gång i början, en gång i mitten och en gång i slutet. Repcoachen kan hjälpa till med att få gruppen att fungera, att ge tips om hur låtar kan spelas, vad man ska tänka på vid en konsert m.m.

I alla studiorna finns en grundutrustning. Musikerna har med sig sina egna instrument och trumpingar. Bland de sju replokalerna finns det en som är digital. Där får man göra sina egna inspelningar. Fredric berättar att man har ett kortsystem som gör att gruppen kommer in i lokalen den reptid som man har bokad men inte på andra tider. Man kan se på hemsidan vilka tider som är bokade och vilka som är lediga.

Under dagens öppna hus var det underhållning på scenen. En namnlös trio spelade finstämd jazzmusik.

### *Mer information:*

*Fredric Thomsen, projektledare  
Studieförbundet Bilda Öst  
08-727 18 24, 0767-66 20 02  
fredric.thomsen@bilda.nu*



*Namnlös trio bjöd på finstämd jazz*

# VÄRLDEN FÖRÄNDRAS SNABBT

**Under senare år har många människor med somalisk bakgrund sökt sig till Sverige. Somalier är driftiga och stolta - men behöver liksom andra grupper av invandrare kämpa med en rad svårigheter i mötet med det nya landet. - Vi i Sverige behöver gå in i det mötet med kunskap och öppet sinne, säger Massood Mafan på ABF.**



*Åhörare vid seminariet i Rinkeby Folkets hus den 19 februari om hur man kan hjälpa invandrare med somalisk bakgrund.*

Den 19 februari arrangerades därför ett seminarium för att diskutera hur man på olika sätt kan möta och hjälpa denna grupp in i det svenska samhället. Arrangörerna Björn Gardarsson på Rinkeby Folkets Hus, Massood Mafan ABF Stockholm, Shahab Feyzi från Samsol och Farah Abdi från Somaliska Riksförbundet berättade om idéerna bakom seminariet. Seminariet öppnades av Susanne Tengberg med information om stadsdelen Rinkeby-Kista.

Sulaiman Arales föreläste om Somalia igår och idag med ett historiskt/kulturellt perspektiv. Andra föreläsare var bl.a. Per Karlsson från SIDA och Benny Carlsson från Lunds universitet. Deltagarna fick bl.a. ta del av klimatets, språkets och kostens påverkan, skillnaderna mellan somaliernas situation i Minneapolis och Sverige.

Per Karlsson från Sida redogjorde inledningsvis för den svåra humanitära situationen i Somalia. Fortsatta väpnade konflikter, torka och översvämningar, samt hyperinflation har under de senaste åren medfört att stora delar av det somaliska samhället nu är mycket fattigt och beroende av humanitär hjälp. En

fredsprocess mellan regeringen och en stor oppositionsgrupp lyckades emellertid nå resultat under 2008. Parterna har gemensamt kommit överens om ett nytt parlament, som valt en ny president. Det finns nu en viss försiktig optimism om att han och hans nya regering ska lyckas förbättra säkerhetsläget och skapa stabilitet i landet. Sverige och det internationella samfundet stödjer aktivt fredsprocessen både politiskt och med bistånd. Förutom fredsfrämjande insatser så ger Sverige även humanitärt bistånd, liksom stöd till lokal demokratisering och till hälso- och utbildningsprogram i de områden där det är möjligt.

Frågor som uppstod var naturligtvis varför somalier i de gamla svenskbygderna i Minneapolis lyckades bättre än i Sverige. I Minneapolis är andelen sysselsatta dubbelt så hög. Svaret ligger i att de där erbjuds somalierna god social service och bättre ekonomiska förutsättningar. Viktiga delar i ett integrationsarbete, enligt Benny Karlsson, är att sprida kunskap om det "gamla" landet, om det "nya" landet och diskutera vad som händer i gruppen och möten med de som är somalier som är födda i landet.

Information om hälsoproblemen bland somalier gavs av Ubah Robleh som jobbar med projektet HYVIS på Karolinska Institutet. Hon berättade om sin somaliska bakgrund men att hon var född och uppväxt i Sverige. Då hon har en hörselskada har hennes engagemang för hörselfrågor gjort att hon nu arbetar som projektledare i en hörsselförening. Syftet med projektet är att bryta isoleringen och sprida information om hörselfrågor och fadderverksamhet för invandrare med hörselskador. Extra svårt är det för nyanlända invandrare med hörselskador att lära sig det nya språket. Många går SFI-utbildning utan att veta om att de har problem med hörseln.

Projektledare Maryam Osman berättade om RAJO (som betyder HOPP på somaliska), ett projekt för att skapa förutsättningar och möjligheter för somalier att starta företag både i Sverige och i Somalia.

Seminariet avslutades med en paneldebatt med ungdomar kring frågor hur de unga ser på somalier i Sverige och sina möjligheter till arbete, studier, jämställdhet och religion.

*Mer information: Massood Mafan, ABF Stockholm 08-621 05 15 [massood.mafan@abfstockholm.se](mailto:massood.mafan@abfstockholm.se)*

# SCENSKOLAN ALBY FEJM EN SUCCÉ ÄVEN EFTER 25 ÅR!

**ABF Botkyrka-Salem startade 1984 Scenskolan Alby Fejm för barn och ungdomar. Botkyrka kommun är positiv till verksamheten och stöttar den med ekonomiskt bidrag.**

Samtidigt som den populära tv-serien Fame visades för så där 25 år sedan började Therese Sallhed, som trettonåring, intressera sig för sång och dans. Hon var inte ensam om det intresset. I Botkyrka finns många barn och ungdomar och många med olika kulturell bakgrund som behöver meningsfulla och roliga aktiviteter på fritiden.

## **Lockar både ung och gammal**

Therese, som arbetar på ABF Botkyrka-Salem, blev sedan föreståndare för Scenskolan Alby Fejm som arrangerar cirklar i sång, dans och teater för alla åldrar. "Idag har vi cirka 250 deltagare i våra cirklar varje år", säger Therese. Det är en populär verksamhet.

Deltagarna är indelade i olika grupper. Förutom Fejmgrupper för de mellan 14-20 år finns Minifejm 10-13 år och Microfejm 7-9 år. Maxifejm kallas de som fyllt tjugo år. Dessa "unga vuxna" är förebilder för de yngre eleverna och tar även hand om de yngre "fejmare" på fritiden. De äldre hjälper de yngre med stöd, råd och tips. Ungdo-

marna skriver själva bl.a. text och musik till olika shower och uppträdanden.

Efter Fejmtiden söker sig många vidare till olika estetiska gymnasier. "Ingen vill egentligen sluta på Fejm", säger Zenya Kilickiran, som nu är arton år. Zenya berättar speciellt om hur det var när hon var yngre, hur hon såg upp till de äldre Fejmarna och hur lycklig hon var då en av dem tog hand om henne och de gjorde resor in till stan. "Och nu är jag själv en förebild för många unga", säger hon och ler.

PRO firade nyligen 50 års-jubileum i Botkyrka och tillsammans med Alby Fejm gjorde de en tidsresa 50 år tillbaka. Konferencierer var Kurt Sjölander från PRO och Zenya Kilickiran från Alby Fejm. Det blev ett mycket uppskattat samarbete. Nu finns t.o.m. tankar på att starta en grupp PRO-fejmare.

## **Idag är de vida kända**

Ett stort arrangemang var en show i ett fullsatt Globen då ett

företag ville ha lite underhållning. Det blev mycket uppskattat och var en stor upplevelse för alla barn och ungdomar som deltog i ensemblen.

Även TV har hört av sig och Scenskolan Alby Fejm medverkade i SVT:s "Eftersnack" i våras.

Kommunala tjänstemän och fritidspersonal från andra kommuner har gjort studiebesök för att lära mer. Alby Fejm åker runt i landet på turne och spelar föreställningar, framförallt hos många ABF-avdelningar. Syftet är att sprida kunskap kring hur man bygger upp verksamheter av detta slag. Idag har liknande verksamheter startat på andra håll i landet för att just samla ungdomar till roliga och meningsfulla sysselsättningar på fritiden. Till hösten har Scenskolan Alby Fejm 25 års-jubileum. Det firas med stor show. Håll utkik på Alby Fejms hemsida om mer info.

*Mer information:*

*Therese Sallhed*

*ABF Botkyrka Salem 08-599 075 22*

*therese.sallhed@abf.se*

*www.albyfejm.se*



*Zenya Kilickiran, hängiven Alby Fejmare och Therese Sallhed, ABF Botkyrka-Salem och föreståndare för Alby-Fejm.*

## NYA VÄNNER SPELAR IN “DEN NYA VÄNSKAPEN”

**Elvis och Snurre Sprätt står i korridoren och fajtas och Leo fittar på. Anna och Göran kommer förbi och sätter sig i en soffa. Elvis blir svartsjuk för han tror att Göran flörtar med hans flickvän. Han börjar mucka gräl.**

Det är måndag eftermiddag och jag besöker Filmverkstan – en kurs som arrangeras av Medborgarskolan Stockholm inom ramen för sociala projekt. I Kulturamahusets filmlokaler spelar just nu fem kursdeltagare in scen 2 i manuset till “Den nya vänskapen”. Efter varje tagning bryter applåder ut.

– Ni är oerhört duktiga, berömmar Göran Molin, kursledare för Filmverkstan. Egentligen behöver vi inte ta några klippbilder till den här scenen för den är så bra redan, men vi gör det för säkerhets skull.

När de är klara med filmning av scen 2 samlas de igen i lektionssalen. Alla är uppsluppna och nöjda med sin insats.

Varje kurstillfälle börjar med en genomgång av vilka scener som ska filmas under eftermiddagen.

Göran delar ut manus och ritar upp scenens olika bilder på tavlan.

– 3:1 betyder första bilden i scen 3, förklarar han. Hur ska vi placera rollfigurerna i den här bilden och vilken blir första kameraställning?

Alla kommer med förslag och snart tar bildmanuset form på tavlan. Tillsammans diskuterar gruppen manuset. Frågor som kommer upp och behöver lösas är bland andra hur man kan förenkla tårtexplosionen i scen 7 och hur man egentligen gör när det finns olika tolkningar av en manustext?

– Kom ihåg att manuset inte är filmen. När vi tolkar manus på olika sätt kan vi filma två olika versioner och sedan ta den som blir bäst vid klippning, föreslår Göran.

Snart är alla överens om hur nästa scens olika bilder ska se ut och från vilka vinklar bilderna ska filmas. Göran påminner dem alla om att hojta till så fort de får lust att



*Göran instruerar Karolina (Jessica), Viktor (Elvis) och Morgan*

göra något – filma eller regissera, till exempel. Morgan känner sig sugen på att filma scen 3 som utspelar sig i ett klassrum.

Under kursen får alla prova på en filmproduktions olika moment – att skriva manus, regissera, agera, filma och klippa. När jag undrar vilket moment som är roligast kommer svaret blixtnabbt från en enad skara – att vara skådespelare!

Idén till Filmverkstan kommer från Eva Levin, verksamhets- och utvecklingschef för Folkbildningen i Stockholm. Hon upplevde att det saknades bra och stimulerande aktiviteter för ungdomar i särskolan. Efter att ha ansökt om finansiering till projektet från Medborgarskolan Sverige gick hon ut med ett erbjudande till särskolorna direkt riktat till ungdomarna – “Är du mellan 15 och 18 år och går i särskolan? Vill du göra film med andra? Då är det här kursen för dig!”

Det är ingen tillfällighet att kursen genomförs i Kulturamas lokaler: – Där finns professionell filmutrustning och jag tror att det

upplevs som mycket stimulerande och inspirerande att vistas i en sådan miljö.

Kursledaren Göran Molin har filmarbakgrund och undervisar i film på Kulturamas gymnasium- och vuxenutbildningar.

– Utmaningen har varit att hitta fram till rätt nivå i projektet. Jag är glatt överraskad över att alla idag tycks trivas så bra framför kameran!

Det har blivit kväll och det är snart dags att gå hem. Alla antecknar noga vilka kläder de ska ta med sig till nästa gång när filmens slutscen ska spelas in:

– Det vore kul om filmen visas på bio sedan, drömmer Morgan och de andra instämmer. Karolina säger att om det inte blir bio, så kanske det blir YouTube och det skulle också vara kul!

*Text och foto: Linda Arrué,  
Medborgarskolan*

*Mer info: Eva Levin*

*Medborgarskolan*

*08-457 57 37*

*eva.levin@medborgarskolan.se*



## MÖTESPLATS FÖR KUNSKAPSTÖRSTANDE 55+

**Rekordgenerationen eller rock'n-roll-generationen – fyrtiotalisterna beskrivs ofta med epitet som signalerar trendbrott.**

När de nu börjar gå i pension söker nya seniorer en aktiv och utvecklande vardag utanför arbetslivet. För att möta den moderna pensionärens önsknings- och förväntningar på folkbildningen startade ABF och PRO Seniorprojektet under 2006.

ABF seniorakademin, är projektets namn inom ABF Norra Stor-Stockholm. Seniorakademin erbjuder kunskap, bildning och kultur på dagtid, främst för personer över 55 år som lämnat det yrkesverksamma livet. Verksamheten finns i Sundbyberg, Järfälla/Upplands-Bro, Upplands Väsby och Sigtuna. 2007

hade Seniorakademin 200 medlemmar och nu är antalet snart uppe i 600.

Ett programhäfte presenterar varje termins program med cirklar, föreläsningar, kulturvandringar, konstguider, museibesök och resor. De flesta cirklar blir fulltecknade, föreläsningarna är populära, och att få intellektuell stimulans på hemmaplan och inte behöva åka till Stockholm, uppskattas av många.

Exempel på välbesökta arrangemang är datacirklar, författarbesök, konstvisningar, resor och opera, direktsänd via satellit från Metropolitán i New York.

Ett Seniorforum genomförs varje år, där alla ABF Stor-Stockholms medlemsorganisationer bjuds in till en eftermiddag med samtal och kulturprogram.

Syftet med projektet är att inventera och kartlägga den nya generationens pensionärs utbildnings- och utvecklingsbehov samt att bygga nätverk för ett fördjupat samtal mellan ABF och PRO och andra viktiga medlemsorganisationer.

*Mer information:*

*Birgitta Engstrand, 070-375 65 20  
ABF Seniorakademin  
birgitta.engstrand@telia.com*

## POPSTOCK 2009



**Den 28 februari var det dags för Popstock 2009 i Kulturhuset i Stockholm. Studieförbundet arrangerar Popstock för att skapa en mer meningsfull fritid för personer med intellektuell funktionsnedsättning/utvecklingsstörning.**

Banden som kom från hela Sverige "körde järnet" för att underhålla publiken. Det var band från Skåne, Uppsala och Stockholm som verkligen tyckte att detta var ett jättebra arrangemang och initiativ från Studieförbundets sida.

Under Popstock 2009 fick besökarna också prova på att spela musik i Studieförbundets tysta replokal som tillfälligt hade flyttats till kulturhuset. Många besökare blev helt sålda på att spela musik och stod och drog gitarriff flera gånger under kvällen.

Både besökarna och den medföljande personalen var mycket nöjda med dagen. Det Studieförbundet i Stockholm ville tillsammans med kultur – och idrottsförvaltningen



*Spelsugen deltagare*

var att skapa ett evenemang som skiljer sig från det som brukar göras för målgruppen och inspirera till nya intressen.

Popstock arrangeras av Studieförbundet och föddes som ett

komplement till de många dansbandskvällar som ordnas för målgruppen.

- Stora spelningar med pop- och rockmusik riktad till målgruppen saknades tidigare. Innan Popstock bildades fanns nästan ingenting i Stockholm. När vi insåg det bestämde vi oss för att göra en förstklassig klubb med de bästa banden i Sverige på en scen med proffsig ljud och ljus. Det är det som idag kännetecknar Popstock, förklarar Emma Heimersson, Studieförbundets.

*Mer information:*

*Emma Heimersson,  
Studieförbundet, 08-555 352 40  
emma.heimersson@studieforamjandet.se  
Sebastian Björkman, 08-555 352 45  
sebastian.bjorkman@studieforamjandet.se*

# MEDBORGARSKOLANS KULTURVECKOR PÅ LIDINGÖ

En utställning på ca 600 m<sup>2</sup> var förlagd i entréhallen i Lidingö Stadshus under tiden 4 - 25 april. Det var Medborgarskolan som arrangerade utställningen KONST&HANTVERK som avslutades i samband med kulturnatten på ön då stadshuset var öppet ända till midnatt.

Lidingö Stad hälsade alla välkomna genom kulturintendent Louise Schlyter.

Medborgarskolans förbundsrektor Carl Johan Östh invigningstalade. Han gratulerade till Medborgarskolans första 65 år på Lidingö.

”Hos oss går man hela livet, med start i mammas mage på gravidyoga ända tills man är 90 år och har ärvt barnbarnens dator och går en kurs i datorhantering. Medbor-

garskolan borgar för att hålla hälsan på topp med vår verksamhet, inte bara med muskler utan även med all kultur och konst. Det är något speciellt med våra kursledare. Utan alla våra kompetenta, engagerade, glada och positiva ledare skulle vi inte kunna erbjuda denna breda verksamhet.”

Det kom många besökare till stadshuset dessa veckor. Cirkelledare visade besökarna hur man kan måla, sy och slöjda. Utställningen visade många tavlor, snickerier och handarbeten.

Syftet med utställningen var bl.a. att visa på den bredd och fördjupning som Medborgarskolans cirklar har inom olika studieämnen.

På kulturnatten den 25 april gavs tre föreställningar på Millesgården. Musikprogrammet bestod av Lars-Erik Larssons ”Förklädd Gud” med text av Hjalmar Gullberg. Skådespelaren Björn Granath var recitator.

Vi anordnade samma kulturnatt även en VÄVMARATON, i våra egna lokaler den röda stugan, då man vävde en trasmatta från kl 12-24 Sedan fick besökarna gissa hur lång mattan blev.

*Mer information:*

*Gun Bråkenhielm, 08-767 27 57*

*Medborgarskolan*

*lidingo@medborgarskolan.se*



*Louise Schlyter*



*Carl Johan Östh*



*Ett par av Medborgarskolans speciella ledare instruerar sina deltagare. I mitten syns en del av utställningen i entréhallen på Lidingö stadshus.*

Forts. från sid 1

## Kulturens betydelse...

t.ex. dans påverkar minnesförmågan, tillfrisknandet hos patienter och vi lever längre. Rehabilitering med hjälp av kulturupplevelser och eget skapande ökar minnescellerna i hjärnan. Musik används på strokpatienter och speciellt den egenvalda musiken gav bättre resultat än talböcker.

Hjärnans plasticitet är grunden för att lära nya saker tills vi dör. (Plastos = omformbar). En miljö med sinnesstimulans förändrar beteendet positivt och samverkan mellan yttre och inre stimulans hjälper både unga och äldre människor att utvecklas till ett bättre liv. Viktiga komponenter för rehabilitering är social samvaro, fysisk aktivitet, varierande utmaningar, trygghet, välbefinnande, nyfikenhet och inläring enligt dessa professorer. Även fysiska skador läker bättre. Det är viktigt att röra på sig varje dag. Det har t.ex. visat sig att motion och svettning påverkar intelligensen. Läs mer på [www.koh.org.gu.se](http://www.koh.org.gu.se)

### Nya grepp i riksdagen

Kulturminister Lena Adelsohn Liljeroth och socialförsäkringsminister Christina Husmark Pehrsson berättade att i Skåne-regionen används kulturen systematiskt i rehabiliteringsarbetet. Kulturutredningen pekar på aspektpolitiken, d.v.s. att samarbeta med andra politikområden, då det gäller frågor kring utanförskap, sjukdomar, ohälsa mm. Därför kommer nu ett ökat samarbete ske mellan olika departe-



Christina Husmark Pehrsson

ment och en miljon kronor kommer att satsas på att finna samverkansformer för de som aktivt vill arbeta med kulturen som rehabiliteringsmetod. Detta projekt kommer att pågå ett år framåt. Förhoppningsvis ger detta ringar på vattnet.

Christina berättade att kultur- och hälsogruppen i riksdagen kommer att samarbeta med forskare inom området kultur och hälsa.

”Alla politiker borde börja dagen med att dansa salsa på torget” var Christinas recept för att de skall må bra och samtidigt förstå betydelsen av kultur som hälsofaktor.



Lena Adelsohn Liljeroth

### Kultur på recept

Det är redan etablerat att läkare kan skriva ut motion på recept. ”Nästa stora steg är att skriva ut kulturupplevelser på recept” var Lena Adelsohn Liljeroths vision inför framtiden. ”Steget dit bör inte vara långt. Att uppleva kultur är viktigt men att delta själv tillsammans med andra är ändå viktigare för hälsan. Om man själv deltar i olika kulturaktiviteter och utvecklas tillsammans med andra ökar självkänslan och tillhörigheten vilket främjar hälsan.”

Docent Fredrik Ullén från Karolinska Institutet berättade att musikalisk träning påverkar hjärnan och gör att vissa områden i hjärnan blir större än hos barn som inte musicerar i tidig ålder. Musik förbättrar den kognitiva förmågan och drama förbättrar den sociala förmågan.

Benny Marcel från Kulturrådet berättade att många regioner re-

dan börjat arbetet med att använda kulturen för att förbättra hälsan. Frågan ligger på den politiska dagordningen ute i landet. Allmänna arvsfonden har också varit aktiv och kommer att främja kulturen bland unga funktionshindrade och för nyskapande kultur. Där finns pengar att söka.

Riksdagsledamoten Maria Lundqvist och Eleanor Bodel från Umeå kommun presenterade generationskören från Umeå. Studieförbunden i Umeå arbetar med generationskören och övrig kultur för seniorer.

Dagens föreläsningar och diskussioner varvades med kulturella inslag som musik, körsång, drama och dans. Publiken fick ömsom sjunga med, klappa takten eller stå upp i bänkarna och dansa både afrikanskt och salsa.

En grupp teateramatörer berättade varför de börjat spela drama i vuxen ålder. Några av dem hade tidigare känt sig stå utanför p.g.a. arbetsskador och funktionshinder.

”På det här sättet går det att påverka sin egen hälsa.” ”Om man spelar amatörteater och klarar det blir man så hög. Det skulle alla pröva på - då behöver man inga droger.” ”Då man spelar teater fösvinner alla krämpor.” ”Alla arbetsgivare borde betala sin anställda en kulturutbildning, t.ex. teaterkurs eller annat.” ”Utan skapande hade sjudomen fått starkare fäste.”

### Studieförbundens viktiga roll

Under seminariet nämndes flera gånger studieförbunden, folkrörelserna och föreningslivet som viktiga i detta hälsoarbete, både i det förebyggande arbetet men också vid rehabilitering.

Studieförbundens verksamheter med konst och musik, dans och teater påverkar livsglädjen och den personliga och fysiska utvecklingen. Deltagare i studieförbunden är både unga och äldre personer och de med olika slag av funktionshinder.

Britt Lindmark

## Föreningen Skyddsvärnet och ABF Stockholm

Inbjuder till seminarium

# *Hur förebygger vi kriminalitet? - och minskar nyrekryteringen till kriminella gäng*

- Datum:** Tisdag den 10 november 2009  
**Plats:** ABF-huset (Kata-salen) på Sveavägen 41 i Stockholm  
**Kostnad:** Gratis  
**Anmälan:** Senast den 2 november till [nilla@skyddsvarnet.se](mailto:nilla@skyddsvarnet.se)  
**Bekräftelse:** Bekräftelse skickas inte ut men om Du inte får plats kommer Du att informeras  
**Frågor:** Nilla Helgesson 08-729 17 33 eller [nilla@skyddsvarnet.se](mailto:nilla@skyddsvarnet.se)

### Program

- 13.00 Inledning**  
*Gunnar Engström, ordförande i Föreningen Skyddsvärnet i Stockholm*
- 13.05 Förebygga ungdomsbrottslighet**  
*Företrädare för utredningen "Ungdomsbrottslighet" som är ett delprojekt inom projektet "Brottsbekämpning och ett effektivt rättsväsende"*
- 13.45 Ungdomstjänst - hur funkar det?**  
*Inge Odstam, verksamhetsledare*
- 14.30 Kaffe**
- 14.50 Behandling ger bättre resultat än straff**  
*Kerstin Söderholm Carpelan, projektledare IMS vid Socialstyrelsen*
- 15.30 Enkelt, snabbt och effektivt ungdomsarbete vid förstagånganmälningar**  
*Jannica Svärd, polisinspektör*  
*Lena Lundin, socialsekreterare Skärholmen*  
*Sara Bågmark, socialsekreterare Skärholmen*
- 16.00 Avslutning**



*Stockholms läns Bildningsförbund  
önskar alla en riktigt skön sommar!*

*Har ni synpunkter på detta nummer eller vill ni själva skriva något, ta kontakt med oss. Nästa manusstopp är den 25 augusti. Redaktionen*