



**Skoleleder i ÆOF gjorde som Pippi**

**Vi fornyr os i folkeoplysningen**

**Fora arrangerer bæredygtig sommerlejr**

# Alt er ikke lige godt

Af landsformand Karen Maigaard

Det kongelige Teater får ny chef-dirigent om et par år. Hun er 31 år. Marie Jacquot hedder hun. Hun er uddannet klassisk musiker og har tidligere været toptennisspiller. Hun vælger musikken, fordi her handler det om at skabe noget sammen. I tennis kæmper man mod hinanden. Hun har en utrættelig arbejdslyst og en uimodståelig smittende begejstring, siger folk, der har mødt hende.

Hun afløser Alexander Verdernikov, som vi også havde glæde af i Odense Symfoniorkester. Orkesteret var godt i forvejen, men blev endnu bedre med den russiske dirigent. Han døde af corona i 2020.

Det er ikke ligegyldigt, hvem der leder og fordeler. Om de er fra Frankrig, Rusland eller Danmark. Det har stor betydning for samspillet og samarbejdet. Det gælder i aftenskoler, daghøjskoler og på værksteder. Det gælder i det levede demokrati og i nye projekter. Der er ofte en verden til forskel. Tilgangen og debatten om indhold, tilstede-

værelse, rammer og udfordringer gør forskellen.

Magasinet, du har i hånden, giver gode eksempler. Og der er en stor forskel på, hvordan vi gjorde tingene, da jeg var ung, og hvordan de unge gør det nu.

De næste generationer skal kunne begå sig mange forskellige steder. Både til den klassiske koncert og på diskotekerne. De skal gøre erfaringerne selv i de sammenhænge, det er nødvendigt, de er i. De skal ikke forbruge sig til en mening, men de skal skabe den selv. De skal opleve, at de er frie til at vælge. Der er i sandhed en verden til forskel mellem dem og os. Vi havde en fastnettelefon og blev derfor hjemme hos forældrene, hvis vi ville ha' en invitation til fest lørdag aften. Nu kan vi alle være hvor som helst.

Diskussionen om det hele er vigtig, det er i den, verden rykker sig.

For alt er ikke lige godt.



Fora  
Gammel Kongevej 39G  
1610 København V  
Telefon 3393 0096  
www.fora.dk  
info@fora.dk

Forsidefoto:  
Foras billedbank.

## Redaktion

Bernhard Trier Frederiksen,  
ansvarshavende  
Louise Albers, redaktør

## Layout

Tina Christoffersen / Grafikofetti

## Tryk

Clausen Grafisk

## Oplag

1.000

Alle kan indsende relevante indlæg til medlemsbladet. Redaktionen forbeholder sig ret til eventuelt at forkorte uopfordrede indlæg. De synspunkter, der udtrykkes i bladet, er ikke nødvendigvis Foras.

Fotos er Foras egne, medmindre andet er angivet.

Eftertryk tilladt med tydelig kildeangivelse

## Næste deadline

15. april 2022



Tryksag  
5041 0826  
Scandinavian Print Group

## 2 LEDER: Ikke alt er lige godt

Af landsformand Karen Maigaard

## 4 PORTRÆT: "Jeg gjorde som Pippi og sagde 'det har jeg aldrig prøvet før, så det kan jeg sikkert!'"

Bent Sauer blev ansat som skoleleder i Ældre Sagens aftenskole ÆOF midt i en global pandemi, og på trods af, at det kan have sine udfordringer, ser han en stor mening i at bruge sin tid på et sted, hvor mennesker får og giver så meget til hinanden socialt.



## 8 Fyraftensmøder om bæredygtighed

Fora afholder to fyraftensmøder, hvor vi ser på, hvordan Foras medlemmer kan gøre deres aftenskole eller forening mere bæredygtig.

## 9 NY BOGUDGIVELSE - "Den attraktive forening"

Ny håndbog sætter fokus på ledelse af frivillige og udvikling af foreninger. Store som små. Bogen giver råd til, hvordan man bliver en bedre foreningsleder og skaber en attraktiv forening, der tiltrækker medlemmer, frivillige og samarbejdspartnere.

## 10 Facebook: Side eller gruppe

Hvad skal I vælge? En Facebookside eller en Facebookgruppe - og hvad er forskellen?

## 12 Sommerlejren hvor husflid og bæredygtighed mødes

Young Craft er en sommerlejr fyldt med workshops for unge med interesse i kreative håndværk og bæredygtighed. Fora har talt med to af underviserne, der afholder workshops på Young Craft til sommer.



## 14 "Fix it"

Fiksefredag bliver til Fix it! Skal jeres forening eller skole være med til at afholde workshops, hvor deltagere kan komme og få hjælp til at fikse en ting?

## 16 Vi kan sagtens forny os i folkeoplysningen

Efter flere år med Coronapandemi, har vi erfaret, at Foras foreninger og skoler er gode til at tænke ud af boksen og finde på nye måder at afholde aktiviteter.



## 18 Fumlefigrenes legeplads

The Fiddlery er et fleksibelt tilbud, der skal give kreativiteten frit spil, og de kreative værksteder er en succes. Er der noget, aftenskolerne kan lære af et tilbud som The Fiddlery?

## 20 Hvert et skridt tæller

Det kan være uoverskueligt at skulle til at handle mere bæredygtigt, men måske er I allerede i gang?

## 22 LANDSMØDE: Sæt kryds i kalenderen

## 23 Stort & Småt

## 24 KLUMME: Daghøjskole

Af Louise Marholt, foreningskonsulent, DGI Nordsjælland

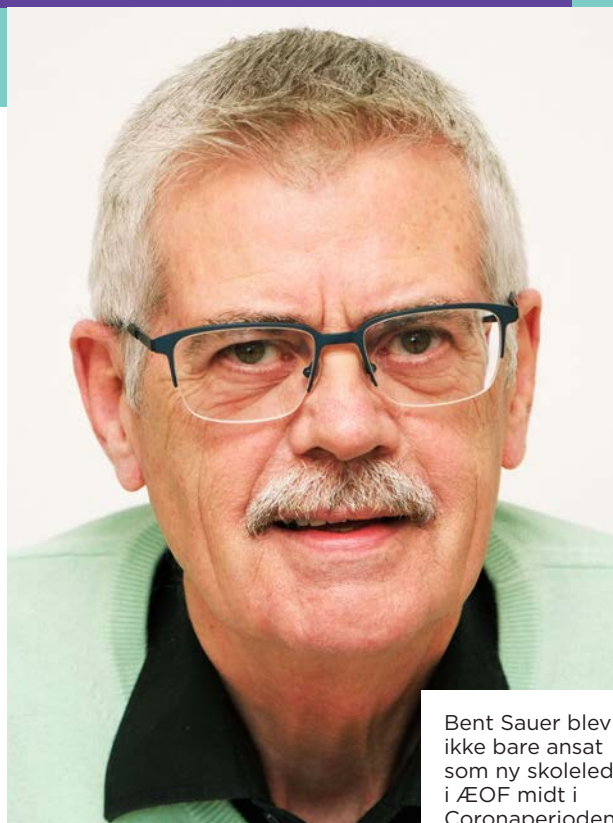
Jeg sagde som Pippi:

**"Det har jeg aldrig prøvet før, så det kan jeg sikkert."**

Som om det ikke var nok at blive ansat som ny skoleleder midt i en global pandemi, påtog Bent Sauer sig på samme tid flere andre roller i aften-skolen ÆOF. Det har siden givet ham nok at lave. Men det frivillige arbejde er det hele værd, når han ser, hvilken betydning det har for både kursister og undervisere at gøre en forskel og få fyldt de sociale lagre op.

*Af Molly Depenau Christensen, kommunikationskonsulent i Fora*

**B**ent Sauer er skoleleder i ÆOF for dets tre afdelinger, Nord, Syd og Midt. Det har han været siden skolens årsmøde i august sidste år, hvor han tog over for den tidligere skoleleder. Før han blev ansat som skoleleder, var Bent aktiv i Ældre Sagen som underviser i bridge, som han stadig står for i dag. Bent har blandt andet fået indført, at de til bridge-undervisningen bruger tablets i stedet for papir og blyant, for så ryger resultaterne direkte fra tablet til computer, hvilket gør det nemmere og sjovere at spille. Den værdi, det personligt giver ham at være en del af bridge-fællesskabet, ved han, at han deler med



Bent Sauer blev ikke bare ansat som ny skoleleder i ÆOF midt i Coronaperioden, han blev samtidig også både formand og kasserer.

mange. Da aftenskolen pludselig stod og manglede en ny skoleleder, meldte han sig på banen:

“Det var ikke fordi, jeg begyndte at kede mig, men da jeg havde undervist i bridge i noget tid, tænkte jeg: nu hjælper vi da også lige ÆOF!”

ÆOF står for Ældre Sagens Oplysningsforbund. Det er det tredjestørste oplysningsforbund i Aarhus. Tidligere købte Ældre Sagen alle sine aftenskoleaktiviteter hos etablerede aftenskoler, men det gav ikke længere mening økonomisk. Derfor oprettede frivillige fra Ældre Sagen aftenskolen ÆOF i 2005. Det er en skole med to typer af aktiviteter: De aktiviteter, der drives af frivillige fra Ældre Sagen, og som kun er for medlemmerne, og så de aktiviteter, der er til for alle, og som afholdes af betalte undervisere. Det er en model, der virker, og ÆOFs aktivitetsudbud spænder bredt. Der er alt fra undervisning i vandgymnastik og line dance til blomsterbinding og mindfulness – og selvfølgelig bridge.

### Mange bolde i luften

At det har været lidt af en ilddåb for Bent i arbejdet som skoleleder, kan man vist roligt sige. For ikke nok med, at han startede på et tidspunkt, hvor landet var præget af nedlukninger og restriktioner grundet den globale pandemi, så har han også påtaget sig flere andre afgørende roller i aftenskolen:

“Det var ikke fordi, jeg begyndte at kede mig, men da jeg havde undervist i bridge i noget tid, tænkte jeg: nu hjælper vi da også lige ÆOF!”

”Vil du også tale med formanden? Det er mig. Kassereren? Jamen, det er også mig. Bookingansvarlig? Så ringer du bare til mig,” griner Bent. “Jeg har rigeligt.”

Det med at jonglere mange bolde og have flere hatte på, er ikke i sig selv noget, der bekymrer Bent, eller som han ser noget problem i. Heldigvis har han følt sig hjulpet og støttet af ÆOF's tidligere skoleleder, Claus Jørvang, igennem processen med at skulle overtage. Men der er alligevel dele af arbejdet, der kræver mere end andet:

“Finansdelen og it-systemet, vi bruger, har jeg ikke prøvet før. Det er helt nyt for mig og et kæmpe arbejde, da jeg skal betjene alle vores tre afdelinger,” fortæller han. “Man skal vænne sig til, at plus er minus og minus er plus.”

Heldigvis har han fået “uvurderlig hjælp” fra FO-Aarhus, som ligger lige i nærheden. “Det er klart bogholderidelen, der er det sværeste at komme ind i, da ÆOF heller ikke har benyttet sig af det før. Men det går fornuftigt, selvom det tager tid. Heldigvis har jeg efterhånden fået styr på at oprette hold og undervisere, og afløn-

Der er mange muligheder for at dyrke sin hobby eller finde en helt ny i ÆOF, der har hold i alt fra akrylmaling og line dance til “mad for mænd” og sprogundervisning.



ningen kører jo automatisk.” Corona har også gjort opstarten anderledes end, hvordan den formentlig ellers havde set ud. Det har været en speciel tid, både at skulle navigere gennem nye og ekstraordinære arbejdsopgaver:

”Vil du også tale med formanden? Det er mig. Kassereren? Jamen, det er også mig. Bookingansvarlig? Så ringer du bare til mig,” griner Bent. “Jeg har rigeligt.”

”Det er ikke blevet nemmere at finde sig til rette i de nye opgaver, når jeg samtidig har skullet sætte mig ind i nye støtteordninger og hjælpepakker hele tiden (statslige kompensationsordninger under COVID-19, *red.*). Og jeg har oplevet, at der forleden kom to undervisere, hvoraf den enes nære familiemedlem lige var død, og den andens søn havde fået corona. Så skal man omstrukturere igen, finde undervisere, der kan tage over osv. Corona har givet nogle helt nye og anderledes udfordringer, jeg har skullet tage stilling til. Men jeg har tænkt som Pippi, at det her har jeg aldrig prøvet før, så det kan jeg helt sikkert!”

### ÆOF

ÆOF drives af ulønnet personale og har derfor ikke lønomskostninger og udgifter til administration. Økonomisk hviler aftenskolen i sig selv, og skal ikke indtjene et overskud, men kun betale undervisere til de hold, der afholdes under ÆOF.

### Ikke en forudsigelig målgruppe

Hvis man nu skulle tro, at der var noget kedeligt ved primært at have at gøre med en målgruppe på omkring 70 år, så kan man godt tro om igen. Det er nemlig ikke til at forudsige, hvad der lige bliver populært i ÆOF.

“Line dance er et stort fag hos ÆOF. Det synes jeg er lidt skægt,” griner Bent. “Deltagerne spænder i alder fra at være i 50erne til den ældste på 92.”

En anden sikker vinder hos kursisterne er foredragsrækkerne, hvor der til den største er tilmeldt næsten 100, 80 på det andet, og 50 på det tredje. Og som noget nyt, har de lige startet mindfulness og yoga op i Generationernes Hus, som også ligger i Aarhus.

“Line dance er et stort fag hos ÆOF. Det synes jeg er lidt skægt,” griner Bent. “Deltagerne spænder i alder fra at være i 50erne til den ældste på 92.”

På den måde er det ikke sådan at sige, at den ældre målgruppe kun vil det ene eller andet, eller de ikke tør prøve nyt. Der bliver både dyrket Qi Gong, svømning og “lunte-fodbold” for ældre mænd i ÆOF. Det hele er populært ligesom IT- og sprogfagene også er det.



Det sociale aspekt spiller en uvurderlig rolle for kursisterne i Ældre Sagen, og at få grint sammen og snakket lidt i pauserne er lige så betydningsfuldt som selve aktiviteten.

Der er mange muligheder for at dyrke sin hobby eller finde en helt ny i ÆOF, der har hold i alt fra akrylmaling og line dance til “mad for mænd” og sprogundervisning.



“Spansk er vores største sproghold. Mange blandt vores målgruppe tager på ferie sydpå om sommeren eller på golfure, og derfor er det smart at komme hos os og få genopfrisket deres spanske.”

“Hvis en kursist på spanskholdet ikke kan møde fysisk op til en time, har vores underviser fortsat undervisningen på Skype,” fortæller Bent.

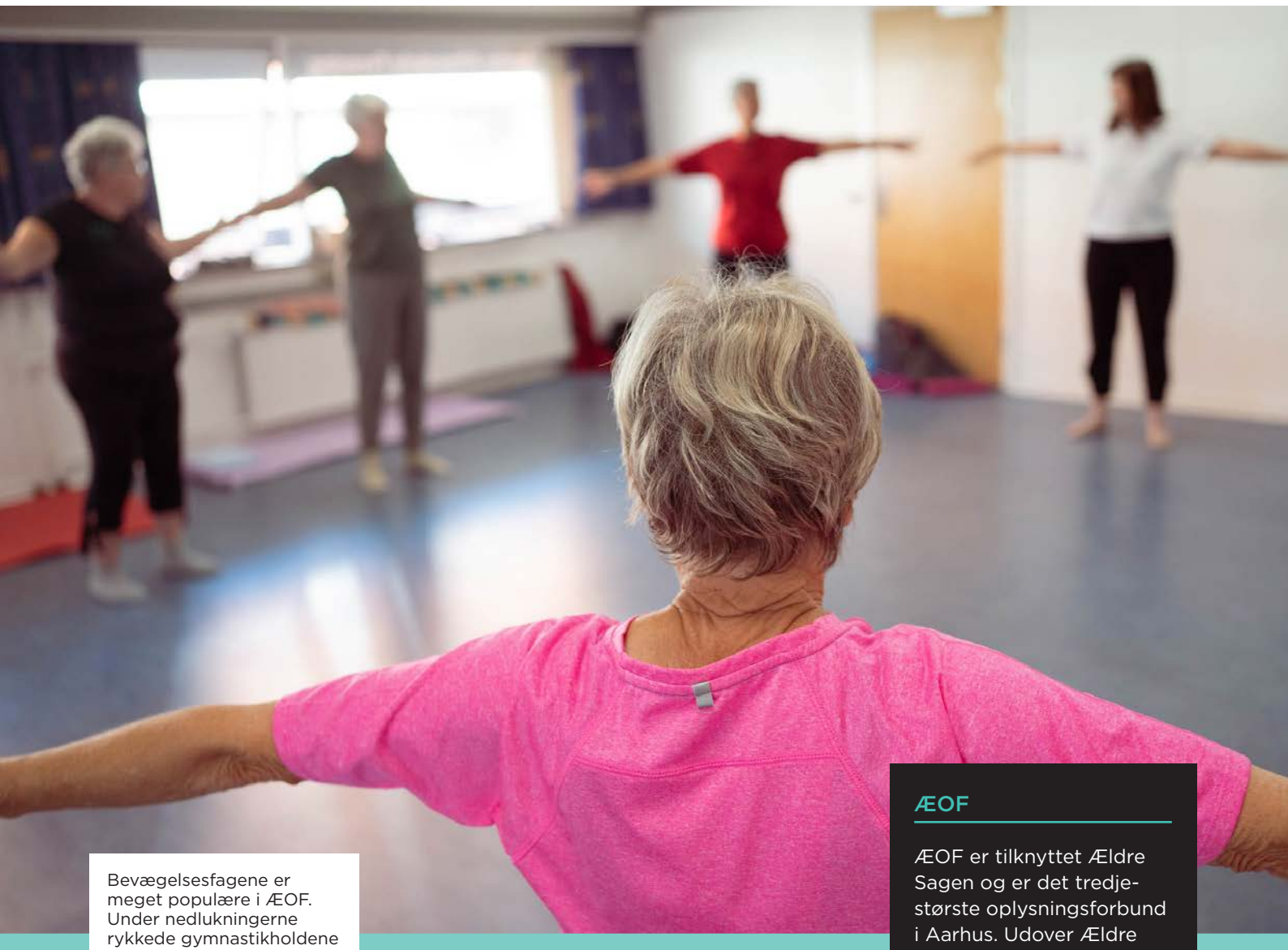
Selvom kursisterne har måttet se langt frem på grund af flyrejseforbud, hvis de skulle planlægge ferie, har det ikke stoppet dem i at deltage i netop spanskundervisningen, der har kørt online med stort fremmøde:

“Hvis en kursist på spanskholdet ikke kan møde fysisk op til en time, har vores underviser fortsat undervisningen på Skype,” fortæller Bent.

### Værdien i at nogen har brug for en

Det store engagement i fællesskabet har stor betydning for de mennesker, der kommer i ÆOF, hvad end de er kursister eller undervisere, er Bent overbevist om.

“Vores typiske underviser bliver hængende hos os. De er typisk også selv lidt oppe i årene, måske på efterløn eller pension. De synes, det er rart at have en eller to dage om ugen, hvor de laver noget aktivt,



Bevægelsesfagene er meget populære i ÆOF. Under nedlukningerne rykkede gymnastikholdene udenfor på terrassen, hvor fremmødet stadig var stort.

og hvor folk har brug for dem. Det tror jeg virkelig, at de fleste sætter pris på. Der er ikke noget bedre end at nogle har brug for en. At man gør nytte.”

Det gælder ikke bare underviserne, men også kursisterne, at de bliver ved med at komme på holdene hos ÆOF. Og det handler selvfølgelig om aktiviteten, men i endnu højere grad handler det om det sociale, oplever Bent: ”Vi har en flok kursister på et EDB-hold, som kommer igen år efter år. Indholdet på kurset er det samme hvert år, men de hygger sig sammen, og der er kaffe, kage og snak. Det er det sociale, der er vigtigt for dem.”

Generelt er Bent ret overbevist om, at Danmark ville have et problem, hvis det

ikke var for Ældre Sagen og ÆOF. Han fortæller, at han flere gange har oplevet især mænd, der finder Ældre Sagen i en periode, hvor de står i et vadeded i livet:

”Det er typisk, at vi får ældre mænd ind, som efter at være gået på efterløn eller pension er flyttet væk, fra hvor de boede, for eksempel for at være tæt på børnebørnene. Men så pludselig tænker de: ’Hvad fanden skal jeg nu?’

Og så finder de os, og starter til en aktivitet, og finder venner og fællesskab. I løbet af et halvt år, kan jeg godt sige dig, så blomstrer sådan en mand bare op; får en omgangskreds og hygger sig i hverdagen,” siger Bent og slutter: ”Det skaber et stort socialt netværk – hvis man vil.” ■

## ÆOF

ÆOF er tilknyttet Ældre Sagen og er det tredje største oplysningsforbund i Aarhus. Udover Ældre Sagens afdeling på Frederiksberg, er det kun Aarhus, der har en aftenskole tilknyttet. De fleste af ÆOF's aktiviteter kræver medlemskab af Ældre Sagen, mens de resterende er åbne for alle.

## FAG OG KURSER

ÆOF udbyder en række af forskellige foredrag, kreative fag, sprog, IT-fag og bevægelsesfag. Se holdene via Ældre Sagens hjemmeside [www.aeldresagen.dk](http://www.aeldresagen.dk) og læs mere om ÆOF på [www.aeof.aftenskole.dk](http://www.aeof.aftenskole.dk)

# FYRAFTENSMØDE

Kom til fyraftensmøde om bæredygtighed som redskab til at få nye frivillige og kursister. Mødet afholdes både i Jylland og på Sjælland.

På fyraftensmødet har vi inviteret Dan Holt Højgaard, som er chef for lokal grøn omstilling hos DeltagerDanmark. Han vil fortælle om, hvordan bæredygtighed og rekruttering kan spille sammen. Efter oplægget byder vi på en let og lækker aftensmad samt et glas vin. Herefter får I mulighed for at komme med input til, hvordan vi kan arbejde med bæredygtighed i Fora, så vi styrker foreningerne ved at få flere og nye med.

## TID & STED

25. marts, Vestsjælland

1. april, Midtjylland

Mere  
info  
følger





## NY UDGIVELSE

# DEN ATTRAKTIVE FORENING

Ny håndbog sætter fokus på ledelse af frivillige og udvikling af foreninger. Store som små. Bogen giver råd til, hvordan man bliver en bedre foreningsleder og skaber en attraktiv forening, der tiltrækker medlemmer, frivillige og samarbejdspartnere.

Af Louise Albers, kommunikationskonsulent i Fora

Lige før årsskiftet udkom Torben Stenstrups bog "Den attraktive forening", som er en håndbog skrevet af en ildsjæl – til ildsjæle. Forfatteren driver Foreningsudviklerne, som er en konsulentvirksomhed, der understøtter lokalforeninger, landsorganisationer og kommuner med projektudvikling, udvikling af partnerskaber, ledelse af frivillige og fundraising. Torben Stenstrup skriver på baggrund af mange år som frivillig sparringspartner, rådgiver og har desuden været aktiv som spejder i næsten 40 år. Han er i øvrigt projektmager og formand for Næstved Kommunes Fritidsudvalg.

Bogen kan bruges som opslagsværk og er bygget op i tre dele. Første del definerer, hvad god foreningsledelse er og giver en udførlig baggrundsviden om foreningers mekanik. Anden del opstiller en model med 12 aspekter, der kendetegner den attraktive forening. Tredje del anviser otte ledelsesmæssige tilgange, man selv kan benytte til at udfølge god ledelse i sin forening.

I bogen inddeler Torben Stenstrup første del af bogen om foreningsledelse i tre hovedområder. Det handler om at understøtte og udvikle foreningens *formål*, *fællesskab* og *rammer*. I attraktive foreninger er *formålet* den kerneaktivitet eller sag, som medlemmerne er samlet om og inviterer nye målgrupper med ind i. Derudover handler foreningsledelse også om at kunne facilitere et frivilligbaseret *fællesskab*, som giver mening, er demokratisk og som bygger på et interessebaseret arbejdsfællesskab. Slutteligt handler ledelse af foreningen om at udvikle foreningens *rammer*; at sikre optimale faciliteter, den rette organisering, god økonomi, effektiv



administration og kontakt til omverdenen. Særligt her er der mange spændende pointer at hente for jer, der søger at udvikle jeres forening og tiltrække nye medlemmer og kursister.

Det kan godt mærkes, at forfatteren er en erfaren praktiker med stor indsigt i det mangfoldige foreningsliv i Danmarks mere end 100.000 foreninger.

"Den attraktive forening" er spækket med erfaringer, pointer og et solidt teoretisk afsæt, der formidles i øjenhøjde til trænere, ledere, ildsjæle og bestyrelsesmedlemmer inden for det folkeoplysende, frivillige sociale eller øvrige foreningsliv. Bogen indeholder mange konkrete forslag til, hvordan man kan styrke sin egen praksis som leder af en forening og skabe udvikling i foreningen.

## OM BOGEN

"Den attraktive forening - En håndbog om ledelse af frivillige og udvikling af foreninger" udkom i november 2021. Bogen er på 400 sider og er udgivet af Foreningsforlaget.

Du kan læse det første kapitel gratis ved at besøge: [www.foreningsudviklerne.dk](http://www.foreningsudviklerne.dk)

## ANDRE BØGER AF FORFATTEREN

Forandring i forening (2015)  
Tak for donationen, Hr. Fond (2011)

## FAKTA

Torben Stenstrup gæstede Foras Fleksibel Workshopdag i 2015, hvor han gav råd til, hvordan man søger penge fra fonde og puljer.

# FACEBOOK

## Side eller gruppe?

Hvad er forskellen på en Facebook-side og en Facebook-gruppe, og hvornår skal man vælge den ene frem for den anden?

Af Louise Albers, kommunikationskonsulent i Fora.

Foto af Tirachard

Facebook er et af de medier, som danskerne bruger mest tid på. Det gør det attraktivt for aftenskoler og foreninger at være til stede på Facebook, men ofte bliver jeg som kommunikationskonsulent spurgt, hvad forskellen er på Facebooks sider og på Facebooks grupper, og hvilken en, I skal vælge.

Det korte svar er, at de kan forskellige ting, så om I vælger at have en side eller en gruppe, afhænger af, hvad I vil på Facebook. Vil I skabe synlighed over for nuværende medlemmer? Vil I rekruttere nye medlemmer eller kursister? Vil I annoncere kurser eller aktiviteter? Vil I fremme det sociale sammenhold mellem medlemmerne? Når I kan svare på det, er det nemmere at vælge mellem siden eller gruppen.

### Facebooksiden er ansigtet udadtil

Facebooksiden er oplagt til ekstern promovering og synlighed, og er i høj grad skabt

til kommunikation fra jer, der "ejer" siden, til modtagerne. I melder noget ud, og andre kan derefter reagere på det. At I derefter sørger for at indgå i dialog, bør altid være et mål, for ellers ender I med ikke at udnytte, hvad Facebook kan: At skabe samtaler med og mellem folk. Det er et medie, der er oplagt til at kommunikere mere direkte med jeres målgruppe.

Med en Facebookside har I større kontrol med indholdet, fordi det er jer, der bestemmer, hvad der skal publiceres. Det vil kun være administratorer eller redaktører af siden, der kan lave opslag.

Facebooksiden giver mulighed for at lave annoncer eller "booste" opslag, hvilket betyder, at I kan betale for at komme ud til en bredere målgruppe. På den måde er siden fin at bruge til at finde nye kursister eller medlemmer og kan være god i den mere eksterne type af kommunikation.

Med Facebooksiden har I også mulighed for at bede folk om at tjekke ind og anbefale jeres forening eller skole.

Facebooksiden er nem at bruge, fordi I har mulighed for at planlægge opslag – det vil sige, at opslagene kan skrives på forhånd og sættes til at blive offentliggjort automatisk på bestemte tidspunkter. Det letter arbejdet med at være aktiv og synlig på Facebook.

### Gruppe til medlemskommunikation

Gruppen er god, hvis I primært ønsker jer et sted, hvor I kan kommunikere mere internt. Her er der mulighed for at være mere "private" og skabe et trygt forum til samtaler og deling af indhold. En gruppe kan have forskellig størrelse fra den lille gruppe for bestyrelsen eksempelvis til fx en stor gruppe for folk med en fælles interesse.

Når I opretter en gruppe, skal I invitere de medlemmer, I gerne vil have med i gruppen til at følge den. Det kan gøres direkte fra Facebook, hvis I ved præcis, hvem de er, eller I kan sende et link til gruppen med ud i en mail, når folk fx tilmelder sig kurser. I kan også linke til jeres facebookgruppe på jeres hjemmeside.

Med gruppen er muligheden for at nå ud til nye kursister eller medlemmer begrænset, og I kan eksempelvis ikke oprette en annonce. Nye medlemmer af gruppen kommer primært til ved direkte invitation.

Tidligere var det kun på Facebooks sider, hvor det var muligt at planlægge et opslag, men den mulighed er der nu også ved Facebooks grupper.



Alle medlemmer i en Facebookgruppe har mulighed for at lave opslag på lige vilkår, og de udgives i forfatterens eget navn. Det kan give en god dynamik mellem medlemmerne, ligesom ansvaret for aktivitet i gruppen naturligt hviler mere ligeligt på alle medlemmer, selv det vil være naturligt, at initiativtagerne er blandt de mest aktive.

I kan vælge at have en offentlig gruppe, som alle kan finde frem til og blive medlem af og her kan man uden at være medlem se, hvad medlemmerne har skrevet. I kan også vælge at gøre gruppen enten privat eller hemmelig. Hvis den er privat, kan ikke-medlemmer stadig finde frem til den ved at søge på navnet, men man skal så bede om at få adgang til gruppen. Indstiller I gruppen til at være hemmelig, kan den ikke findes ved søgning. ■

## FACEBOOKKURSER

Fora afholder jævnligt kurser i Facebook. Hold øje med Foras nyhedsbrev eller på Foras hjemmeside. Har I brug for hjælp til Facebook, så har I også mulighed for at kontakte kommunikationskonsulenterne Molly Christensen [molly@fora.dk](mailto:molly@fora.dk) eller Louise Albers [louise@fora.dk](mailto:louise@fora.dk)

Foras facebookside:  
[www.facebook.com/fora\\_folkeoplysning](http://www.facebook.com/fora_folkeoplysning)

Foras gruppe for medlemmer:  
[www.facebook.com/groups/medlemaffora](http://www.facebook.com/groups/medlemaffora)





## - Sommerlejren, hvor husflid og bæredygtighed mødes

Til sommer løber ungelejren Young Craft af stablen. Kender du nogen, der er begejstret for de kreative håndværk? Så er Young Craft helt sikkert noget for dem.

*Af Molly Depenau Christensen, kommunikationskonsulent i Fora*

Den 29. juni til den 3. juli afholdes Young Craft, som er en sommerlejr for unge mellem 16-22 år, der er interesserede i at få indblik i et kreativt håndværk og samtidig lære mere om bæredygtighed. I løbet af de fire dage kan de unge deltage i workshops, der kombinerer husflid og bæredygtighed. Workshopsene inkluderer smedning, guldsmedning, rya, vævning, genanvendelse af gamle jeans til nye ting, dekoration af snoede rør og at snitte grydeskeer i træ.

### Dansk bidrag med smedning og guldsmedning

Danske Jonas og Thorbjørn deltager begge i Young Craft som undervisere i henholdsvis smedning og guldsmedning. De glæder sig til at prøve at undervise en ung målgruppe, der er ældre end de børn, de før har undervist på efterskolen i Skjern, hvor de begge har gået for nogle år siden.

Thorbjørn Laursen er 19 år og går til daglig på skolen NEXT, hvor han læser til sølv- og guldsmed. Lige nu er han i lære hos en guldsmed i Østjylland. Han glæder sig til, som del af sin workshop på Young Craft, at vise deltagerne, hvor bæredygtigt guldsmedning egentlig kan være og fortæller: "Der, hvor jeg er i lære nu, bruger vi rigtig meget gammelt guld til at lave ting, og det er jo 100% genbrug. Når man arbejder med ædelmetaller i det hele taget, er der en høj grad af cirkulation og et meget lille svind. Det er egentlig meget minimalistisk."

Jonas Danielsen, som også er 19 år, er ved at uddanne sig til klejnsmed, som med hans egne ord er en "moderne smed". Derudover arbejder han som frivillig hos smeden i Den Gamle By i Århus, hvor han blandt andet er med til

Jonas skal undervise i smedning på årets Young Craft. Han glæder sig til at vise de unge deltagere på hans workshop, hvor mange forskellige ting, man egentlig kan lave med metal, og hvor mange muligheder der er i materialet.





at lave hestesko og økser: "Det er sjovt, fordi man kommer tilbage til grundteknikkerne indenfor smedning og lærer at gøre det på den måde, de gjorde i 1850'erne, hvor man kun brugte varme og en hammer," siger Jonas.

I sin workshop på Young Craft er det netop den traditionelle smedning, Jonas kommer til at undervise i, og han glæder sig til at vise de forskellige tilgange til materialet og muligheder med det: "Hvis deltagerne har lyst til at lave brugsgenstande, kan de det, og har de lyst til at lave kunst, kan de også det. Det er egentlig kun fantasien, der sætter grænser, for materialet tillader det hele. Man kan lave alt fra blomster til økser og knive."

I forhold til det bæredygtige aspekt af sommerlejren, er der den faldgrube ved traditionel smedning, at man for at opvarme materialet, brænder kul af: "På den måde er det ikke bæredygtigt," forklarer han.

På den anden side, er der flere andre bæredygtige aspekter ved den moderne måde at smede på: "Her samler man en masse små klumper jern og smeder dem sammen. Og så er

der rigtig meget materiale, man kan genbruge, eksempelvis bladfjedre og kuglelejer fra biler," fortæller Jonas.

"I den moderne industri smider man ekstremt mange kuglelejer ud, fordi de hurtigt bliver dårlige, når de har stået stille lidt tid. Så dem bruger vi mange af, når vi smeder knive og økser." ■

Thorbjørn skal holde en workshop i guldsmedning på Young Craft, hvor bæredygtigheden er et oplagt aspekt at komme ind på. "Når man arbejder med ædelmetaller er svindet meget lille og graden af cirkulation generelt høj", fortæller han.



Noget af det dejlige ved de fire dages sommerlejr er, at man får lov til at være en masse udenfor, mens man er kreativ.



Der er også plads til leg og fjol på sommerlejren. Her er en glad stund på Young Craft 2018 forevigt.

Knivene, Jonas har lavet, i damaskusstål har flere fine og særlige detaljer og er et godt eksempel på, noget af det, man kan lave med smedning.



På Thorbjørns workshop i guldsmedning bliver der rig mulighed for at afprøve forskellige teknikker, når man laver smykker.



## MERE OM YOUNG CRAFT

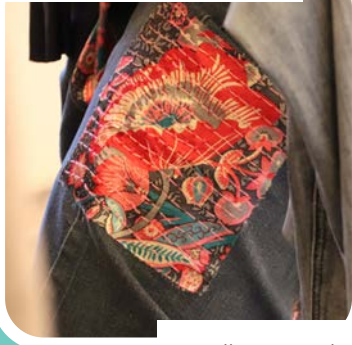
Young Craft foregår fra den 29. juni til den 3. juli 2022 på Den danske Design- og Håndværks-efterskole i Skjern. Unge mellem 16-22 år fra Danmark, Sverige, Norge, Finland, Estland, Færøerne og Island kan deltage uanset erfaring og niveau.

Find program og tilmeldingslink til Young Craft på [www.fora.dk/young-craft](http://www.fora.dk/young-craft).

Tilmeldingsfristen er den 15. april. Workshops fyldes op i den rækkefølge tilmeldingerne kommer ind. Betalingslink udsendes efter tilmelding.

## Fotos fra Fiksefredag 2021

Man kunne prøve kræfter med den japanske broderiteknik "Sashiko" i Holbo Herreds Væverforening. En teknik, som for eksempel bruges, når der skal syes lapper på tøj.



I Holbo Herreds Væverforening var der hjælp at hente for en deltager, der gerne ville lære at strikke.



På Hørvævmuseet brugte man gamle lagener til nye, fine kimonoer.



De fremmødte i Kreativt Håndværk - Egense Husflid havde selv taget blomster, blade og snor med til at binde og fik hjælp til at lære at lave flotte blomsterkranse.



I foreningen Kreativt Håndværk - Egense Husflid blev der blandt andet lavet krans af naturens egne materialer.

## VÆR MED TIL FIX IT!

Vil jeres forening høre mere om Fix it eller om, hvordan I kan være med?

Så send en mail til foreningskonsulent på [henriette@fora.dk](mailto:henriette@fora.dk) eller kursuskonsulent på [lotte@fora.dk](mailto:lotte@fora.dk), så får I en mail om et infomøde i den nærmeste fremtid.

I Verringe Husflid blev der lavet en masse lækker og bæredygtig mad.



I Fora Fritid blev der lappet tøj og lavet småreparationer.

## NU KAN I FIKSE NÅR I VIL

Er Fix it det samme som Fiksefredag? Vi forstår godt, hvis I er lidt forvirrede.

Efter feedback fra de foreninger, der deltog i Fiksefredag, har vi valgt at åbne konceptet op, så I kan holde jeres fiksedag(e), når det passer ind for jer. For at tydeliggøre den ændring valgte vi samtidig at ændre navnet til Fix it.

# FIX IT!

Sidste år afholdt flere af Foras foreninger og skoler Fiksefredag. En dag, hvor man, i stedet for at bidrage til køb-og-smid-væk-kulturen, tog en ting med, der var i stykker, og fik hjælp til at lære at fikse den selv. Nu forvandler Fiksefredag sig til Fix it! Konceptet er det samme, men er blevet mere frit, så det er nemmere for jer at tilrettelægge – nu kan I nemlig holde Fix it-workshops lige så ofte I vil, og når det passer ind i jeres kalender.

*Af Molly Depenau Christensen, kommunikationskonsulent i Fora*

Foras foreninger og skoler huser et væld af viden og færdigheder, som en masse mennesker kan nyde godt af, når de skal reparere ting, der er i stykker, eller som har brug for en kærlig hånd. Som vi erfarede, da vi holdt Fiksefredag i 10 foreninger og skoler på Black Friday i november 2021, var der hjælp at hente for de fremmødte, hvad enten de kom med et stykke tøj, der skulle lappes eller have en ny lynlås, en computer, der skulle genoplives, eller hvis de ville prøve kræfter med at omdanne et gammelt lagen til en unik kimono. Dét og en masse andet blev fikset til Fiksefredagene rundt omkring og generelt var der begejstring for konceptet.

Efter evaluering af projektet efterfølgende har vi dog erfaret, at det med at afholde Fiksefredag på en fast dag, i nogle tilfælde har været besværligt eller begrænsende, i forhold til at organisere arrangementet og aktiviteterne som I ønskede.

Derfor har vi nu udvidet konceptet og givet det et nyt navn – Fix it! Fix it har samme formål som Fiksefredag, nemlig at vi sammen øver os i at reparere og genbruge frem for at købe nyt hele tiden, men nu kan konceptet bruges af jer mere frit, og I kan afholde det, når det passer jer – og hvor ofte det passer jer. ■



Initiativet Grøn Puls hos Fora Gladsaxe har været fyldt op fra start, og derfor har aftenskolen valgt at fortsætte med konceptet.

I Verringe Husflid var de hurtige til at rykke flere bevægelsesfag udendørs så snart samfundet lukkede ned.



# Vi kan **sagtens** forny os i folkeoplysningen

Efter gentagne perioder med nedlukninger og restriktioner er mange af Foras foreninger og skoler blevet mestre i at tænke ud af boksen, når det kommer til at finde på alternative måder at afholde undervisning, og det har vist sig, at vi både kan - og er gode til - at forny os.

Af Molly Depenau Christensen, kommunikationskonsulent i Fora

“Nød lærer nøgen kvinde at spinde,” lyder det gamle ordsprog, men aktualiserer man det lidt, kunne det måske oversættes til: “Corona lærer folkeoplysningen at tænke i nye baner”. Det er selvfølgelig sat på spidsen, for folkeoplysningen har altid været nyskabende og fuld af ideer, men pandemien har alligevel betydet, at foreninger og skoler over hele landet har måttet finde på nye løsninger i et mere eller mindre rask tempo og ikke altid med de store erfaringer at falde

tilbage på. I de fleste tilfælde er det heldigvis gået godt, og én ting er sikkert: Vi i folkeoplysningen har lært en masse om os selv, vores muligheder og rolle i samfundet i løbet af de sidste to år. Fora har talt med en række af vores foreninger og skoler om erfaringen med at skulle forny sig midt i en Coronatid.

## Digitale kompetencer er blevet boostet

I 2020 og 2021 blev online-undervisning pludselig normalen og det, vi gjorde, når vi nu ikke kunne mødes i virkeligheden. Det har betydet, at foreninger og skoler har afprøvet nye ting digitalt og har fundet ud af, hvad der endda fungerer særligt godt at gøre online.

I aftenskolen Fora Fritid på Falster brugte de støtte fra Foras pulje til at opgradere deres kompetencer indenfor digital undervisning, så de nu kan tilbyde online deltagelse i alle ikke-manuelle fag. Chris

McKay, der er skoleleder i Fora Fritid fortæller, at dette særligt har været velkomment hos de deltagere, der på et tidspunkt har været ramt af COVID-19 og har måttet gå i selvisolation:

“På den måde kunne de deltage i aktiviteten, og endnu vigtigere, i fællesskabet hjemme fra soveværelset, sommerhuset eller stuen,” udtaler han. De fokuserede også på at gøre det nemt for underviserne, der fik mulighed for selv at bestemme, hvilke platforme undervisningen skulle foregå på. Det har for eksempel været over Zoom, Teams eller i lukkede Facebookgrupper.

Generelt er Chris af den opfattelse, at pandemien har givet dem endnu flere strenge at spille på, og at den: “både i administrationen og i undervisningslokalerne har vist dem, at der er mange veje til en løsning, bare man er villig til at gå lidt omveje en gang imellem.” I Fælles Fritid i Beder var de også hurtigt





ude og tilbyde at afholde bevægelseskurser digitalt. Ligesom i Fora Fritid valgte de at være fleksible, så det var både nemt og attraktivt for deltagerne at være med.

Underviserne var både live på Zoom og optog undervisningen, så den kunne ses efterfølgende, og i andre fag blev der optaget lydfiler, man kunne høre

over den online tjeneste Sound Cloud eller lavet videoer, der blev delt i Facebook-grupper. "Underviserne var selvfølgelig med til at hjælpe kursisterne med at finde ud af det hele og komme godt fra start med at følge med online," fortæller Birgit Christensen, der blev skoleleder i Fælles Fritid. Der var også en underviser på et malehold, der gav feedback på kursisternes malerier over Zoom: "Vores underviser lagde et kæmpe arbejde i det. Hun gav kursisterne opgaven online og bad dem sende deres færdige billeder til hende, hvorefter hun ringede til dem og gav dem feedback."

## Ture i det fri giver både fysisk og socialt velvære

Tilbage i foråret 2020, da pandemien var i sin begyndelse og samfundet netop var blevet lukket ned, blev FO Gladsaxe tvunget til hurtigt at tænke i nye baner og måder, hvorpå de kunne holde undervisningen i gang, selvom de ikke kunne samles indendørs. Derfor startede de initiativet "Grøn Puls", hvor man hver torsdag kunne møde op ved Bagsværd Sø og motionere med andre - uanset niveau. Inge Lindqvist, der er skoleleder i FO Gladsaxe fortæller, at konceptet, som er et partnerskab med Gladsaxe Kommune, har haft stor tilslutning fra start og bliver ved at køre lige så godt nu, hvor de igen må samles indendørs.

"Jeg tror, det har at gøre med, at vi har tilrettelagt det sådan, at alle vitterligt kan være med. Om man vil lunte eller løbe, så er der plads til det. Vi inddeler i små grupper, der passer til deltagerne forskellige niveauer. Bagefter strækker vi ud i fællesskab."

Det sociale aspekt spillede en stor rolle ved projektets opstart, da folk hungrede efter at komme ud blandt andre mennesker, og det er til stadighed den største grund til, at der bliver ved at være fyldt op nu, hvor "Grøn Puls" starter sit tredje forløb, fortæller Inge.

I Verringe Husflid rykkede de flere af deres bevægelsesfag udendørs under nedlukningerne. Til yoga fandt de for eksempel på at slå et stort telt op udenfor, hvor de kunne slå siderne op, så de var ude, men med overdækning. Deltagerne var rigtig glade for, de kunne dyrke yoga på trods af nedlukningen, fortæller Bente Eriksen, der er skoleleder i Verringe Husflid.

Også i Fora Fritid har de haft stor succes med at rykke udenfor, da muligheden for indendørs kurser blev udelukket. Line dance undervisningen rykkede ud på parkeringspladser, der blev dyrket gymnastik i underviserens baghave, og

bevægelsestræningen blev til "bevægelse med høj til loftet", der er vokset i sin egen ret og vil fortsætte i det nye format udendørs, fortæller Chris McKay, fra Fora Fritid.

I Fælles Fritid fandt man også på en finurlig løsning med maleholdene. Da det var forsvarligt at gå udendørs, rykkede underviserne ud og hjem i kursisternes have på skift. ■

## LYST TIL FORANDRING

Den store overskrift i Foras nuværende strategi er "Lyst til forandring". Et berømt citat fra romanen "Leoparden" lyder: "Alting må forandres, for at det kan forblive det samme." Og det er netop det, Foras foreninger har vist gennem de seneste år med gentagne nedlukninger: At vi har viljen og evnerne til at forandre os, når det virkelig gælder.



Digital undervisning har vundet ind i mange foreninger og skoler under de mange nedlukninger.

## INTERVIEW

The Fiddlery har værksteder med navne som The Arthub, The Knitcave og The Clayground.



The Fiddlery består af en række værksteder, som man kan benytte, hvis man er medlem. Som medlem kan man også tage kurser i de forskellige fag, hvis man gerne vil være bedre til for eksempel keramik. Meget minder om aftenskolen, og flere af deres undervisere har også undervisningserfaring fra aftenskolen, men de er ikke under folkeoplysningsloven, for Sebastian og Peter ville gerne have lov til at gøre tingene på deres egen måde. Derfor er de en virksomhed, men kan vi alligevel i aftenskolen blive inspireret af nogle af de elementer, The Fiddlery har?

#### Hvem står bag The Fiddlery? Og hvorfor har I startet det?

Det gør vi, Peter Zinck og Sebastian Helth. Vi er venner tilbage fra gymnasietiden og nu har vi slået pjalterne sammen i drømmen om at skabe nogle gode, kreative rammer for folk. Vi har startet The Fiddlery, da vi tror på, at alle har gavn af at udforske, styrke og udfolde deres kreativitet. Det gør vi ved at skabe et rum uden bedømmelse og ved at tilbyde forskellige kreative aktiviteter inden for keramik, billedkunst, strikning, smykker og papirkunst til mennesker på alle niveauer. Vi har gjort det legende let at kaste sig ud i. Vi tror på, at mennesket grundlæggende er et kreativt væsen, som får tilfredsstillelse af selv at være skabende og aktivt, for i den kreative proces findes det, som vi kalder "det nødvendige besvær", der er med til at personificere succesfølelsen og som er meget meningsgivende.

#### Hvor længe har I været i gang?

Vi har været i gang med at arbejde på The Fiddlery lige siden 1. december 2020. Meget symbolsk åbnede vi dørene første gang 1. december 2021, og nu åbner vi så for alvor 1. marts 2022.

# Fumle- fingrenes legeplads

The Fiddlery er et frirum for skabende sjæle, hvor man kan slippe kreativiteten løs. Fora Magasinet har mødt Sebastian og Peter, som har stiftet The Fiddlery.

Af Louise Albers, kommunikationskonsulent i Fora.

Fotos af Oliver Bohr.

#### Hvor mange medlemmer har I, og hvor mange er der plads til?

Vi har plads til flere end 500 medlemmer, men 500 var det, vi valgte som det første loft for ikke at blive overrendt og for at sikre, at alle har en god oplevelse - både ansatte, medlemmer og gæster. Vi har i skrivende stund mere end 350 aktive medlemmer og regner med snart at blive fyldt op.

#### Hvem er det, I helst vil tiltrække som medlemmer?

Vi vil have alle som medlemmer. Det er et folkets hus uden bedømmelse og med plads til alle. Et kreativt frirum. Den eneste begrænsning, vi har, er, at børn under 14 år skal ledsages af en voksen.

## HVORDAN FUNGERER MEDLEMS- ORDNINGEN HOS THE FIDDLERY?

Man kan blive fast medlem af The Fiddlery for 299 kroner pr. måned eller for 499 kr. pr. md. med sit barn, eller man kan vælge at købe dagspas for 149 kr. pr. md.

Medlemskabet giver adgang til alle værksteder. Man har som medlem mulighed for at tilmelde sig kurser inden for billedkunst, keramik, papirfoldekunst, tegning, strik, hækling, broderi og meget mere.

### *Havde I lavet en undersøgelse af jeres ønskede målgruppe, før I gik i gang?*

Ja, det havde vi. Der er dog generelt ikke mange tilgængelige data indenfor kreative håndværk, hvilket var en udfordring. Dog gjorde vi fodarbejdet ved blandt andet at undersøge lignende tilbud, ventelister på værksteder og lignende.

### *Har I annonceret eller gjort noget for at promovere The Fiddlery?*

Indtil videre har vi fokuseret særligt på at annoncere på Facebook og Instagram. Vi er dog i gang med flere spændende tiltag, som man forhåbentligt vil kunne se på forskellige medier inden længe.

### *Hvilken type medlemskab sælger I flest af?*

Vi har solgt flest almindelige medlemskaber indtil nu (et almindeligt medlemskab koster 299 kr. for en voksen pr. md., red.). Medlemskabet til voksen + barn var et, vi introducerede senere, da vi også ønsker at tilgodese børn – udover, at vi også ser på at indgå partnerskaber med skoler og lignende i København. Grundlæggende er det dog et kreativt værksted til voksne, da vi har følt, at der ikke har været lige så mange tilbud målrettet voksne.

### *Har I eller jeres undervisere kendskab til aftenskolen eller har undervist der?*

Peter og jeg (Sebastian, red.) underviser ikke selv, men har tilknyttet 10 dygtige professionelle kunsthåndværkere med undervisningserfaring indenfor alt fra keramik til smykker. Derudover har vi en masse dygtige værter, som også kan svare på diverse praktiske spørgsmål. Nogle af vores kunsthåndværkere har erfaring med at undervise på aftenskoler.

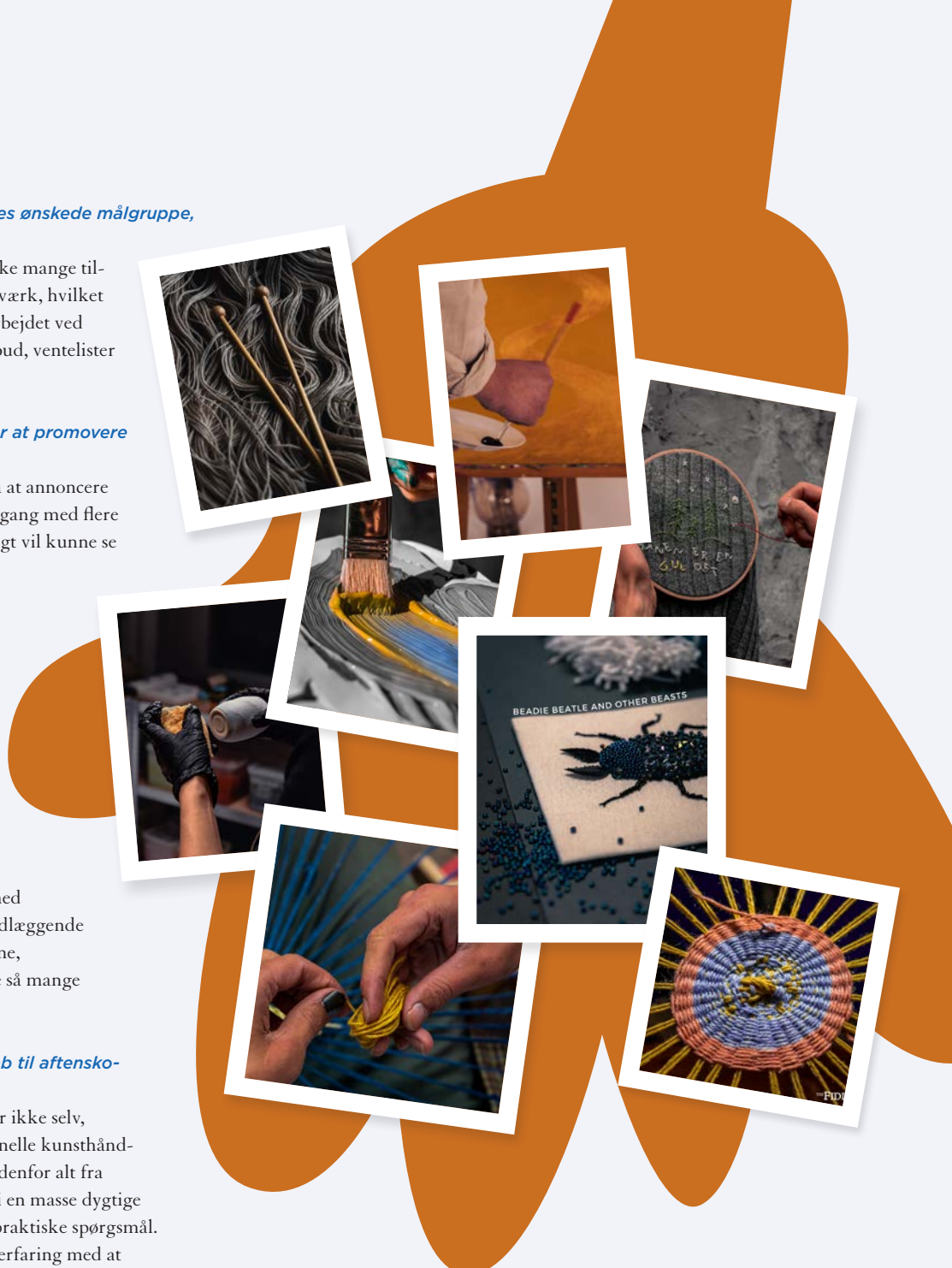
### *Hvilke fag kan I se, at der er størst interesse for?*

Indtil nu har særligt keramik været populært, hvilket også særligt skyldes, at dette værkstedsareal var mest færdigt, da vi havde åbent i december. Blandt andet har vi jo flest kammerovne i Danmark samlet et sted. Men vi har mærket en stor interesse for vores andre discipliner også, som vi glæder os til at sparke rigtigt i gang. ■



## **NYSGERRIG?**

Læs mere om The Fiddlery på [www.thefiddlery.dk](http://www.thefiddlery.dk)



### **KAN DET INSPIRERE?**

- The Fiddlery har forskellige typer medlemskaber, som fx voksen+barn-medlemskab.
- The Fiddlerys værksteder har sjove navne som The Knitcave og The Clayground.
- Stifterne sigter efter at indgå lokale partnerskaber.
- På deres hjemmeside præsenteres alle deres undervisere.

# Hvert skridt tæller

Der er meget at sige om bæredygtighed, og man kan nemt få en oplevelse af, at det er meget uoverskueligt at komme i gang med at handle mere bæredygtigt i sin hverdag. Men det er det ikke, for hvert skridt tæller. Måske er du allerede i fuld gang med at handle bæredygtigt på flere måder - bare uden at kalde det bæredygtigt?

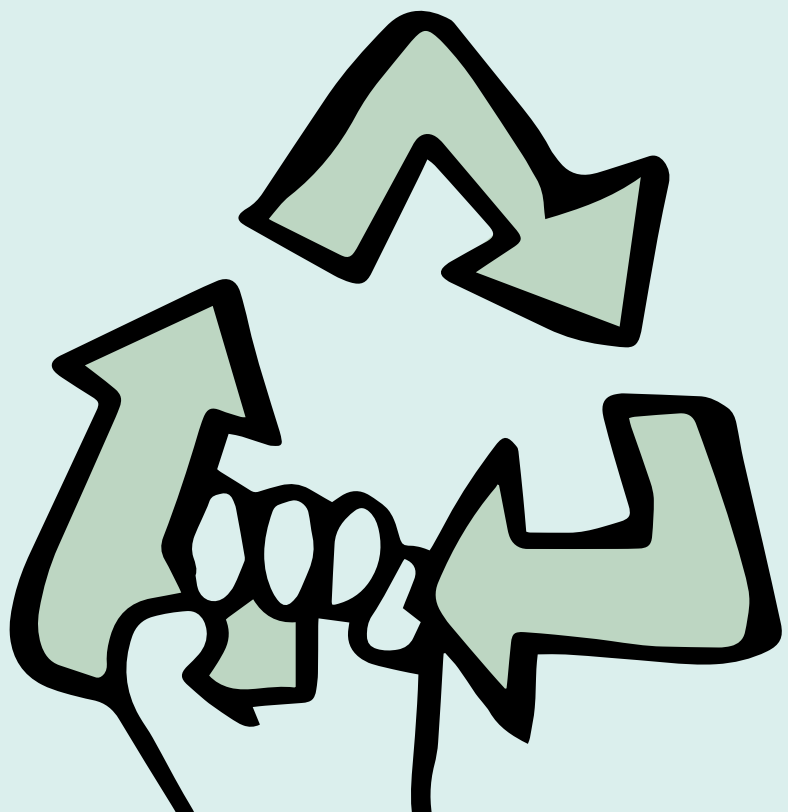
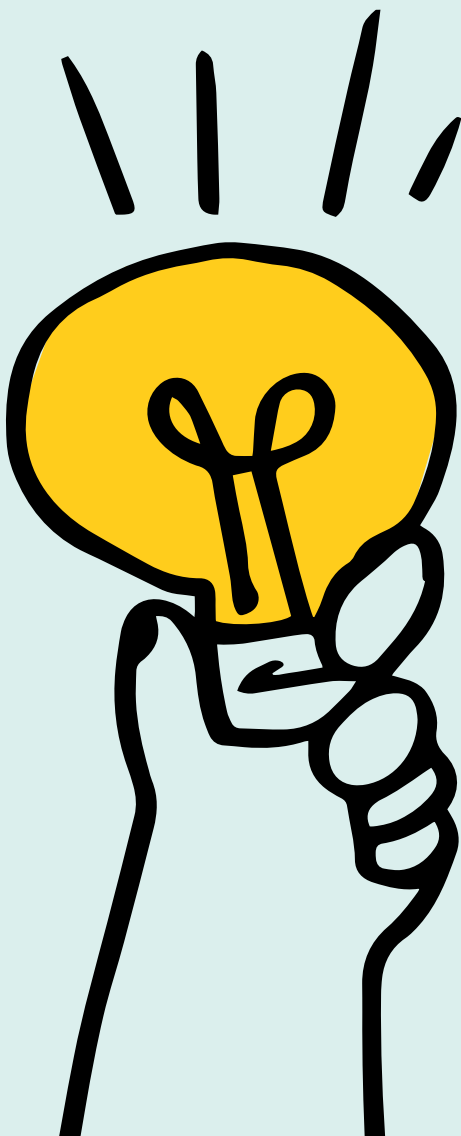
Af Laura Nielsen, konsulent i Fora. Illustration af Rawpixel

## Ikke så bøvlet

De af jer, der har hørt om, eller endda arbejdet med, FN's verdensmål, kender måske oplevelsen af at blive en lille smule forpustede over de mange mål og delmål. Men det kan egentlig siges ret enkelt: Vi arbejder med bæredygtighed for, at vores børn og børnebørn kan få en god og tryk verden at vokse op i. Det behøver ikke være særlig bøvlet, og man behøver i hvert fald ikke at være ekspert i verdensmålene for at gøre en indsats lige der, hvor man er – om det er hjemme, i foreningen, på arbejdet, når man handler og så videre.

## Vi gør det allerede

Bæredygtighed er alle vegne i Foras medlemsforeninger og -skoler, men det er ikke altid, vi lige får øje på den. Bæredygtighed gemmer sig i de ting, vi gør og altid har gjort. Bæredygtighed handler om klima og miljø, men også om, hvordan vi har det sammen – og hver for sig. På den måde hænger bæredygtighed og folkeoplysning uløseligt sammen. Nu er øvelsen at stille skarpt på det bæredygtige, så vi kan gøre endnu mere af det. Hvis I vælger at arbejde med bæredygtighed, kan det være med til at tiltrække nye til foreningen og skolen: Både kursister, frivillige og undervisere, samtidigt med at det er godt for vores samfund og planet. Der er meget at vinde, og i Fora er der allerede meget bæredygtigt arbejde i gang på forskellige måder. Her følger nogle eksempler:



### > Mental bæredygtighed

Fora er fællesskaber. I de fællesskaber kan den mentale sundhed findes, vedligeholdes og vokse. Vi fordyber os sammen. Vi ser den enkelte på vores hold. Vi mestrer nye sprog, håndværk og bevægelser. Også dét giver mental bæredygtighed, på den måde, så vi som individer styrkes og styrker hinanden i samværet og via fællesskabets kraft.

### > Social bæredygtighed

Mange foreninger og skoler løfter sociale opgaver. Rundt om i landet møder vi foreninger og skoler, der tager hånd om dem, som har mistet ægtefæller, dem som er fysisk begrænsede, de mentalt udfordrede, og vi oplever også foreninger, der hjælper mennesker, som har svært ved at få råd til medlemskaber og kurser. Andre hjælper arbejdsløse i job. Det er alt sammen eksempler på, at vi i Fora er socialt bæredygtige.

### > Klima og miljø

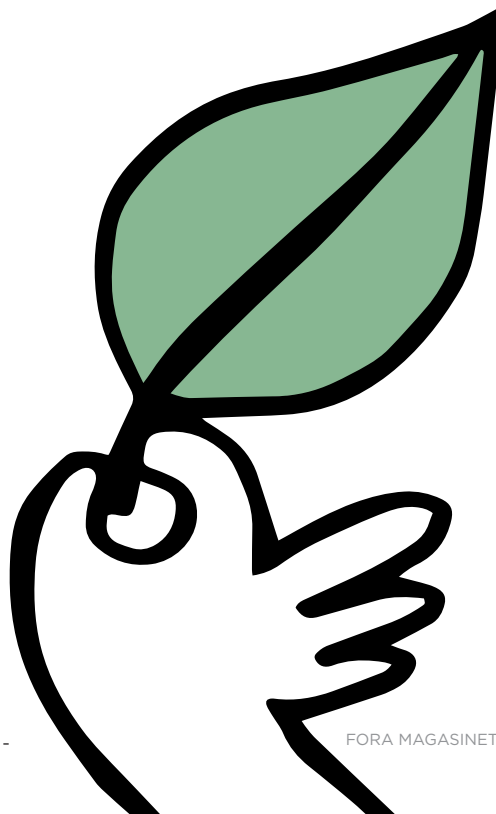
Også klima- og miljømæssig bæredygtighed indgår allerede i aktiviteter og kurser landet over. Der bygges fuglekasser, så de små flyvere har tilflugtssteder og de fældede træer i haven skæres op, tørres og bruges på værkstederne. Stof- og garnrester genanvendes og indgår i fantastiske værker; der arrangeres debatarrangementer om klima og bæredygtighed og meget mere.

### Sammen kan vi nå langt

Vi har et fantastisk stærkt fundament for at arbejde med bæredygtighed i Fora, hvor både hånd og ånd får plads, og hvor fællesskaberne er stærke lokalt. Hvert år deltager op mod 100.000 danskere i aktiviteter i en Fora-forening eller –skole - Det er et svimlende højt tal! Tænk, hvor langt vi kunne komme, hvis en kvart million danskere kunne blive inspireret til at leve bare lille smule mere bæredygtigt i hverdagen. Alle de lavthængende frugter er også vigtige: Sluk lyset og spar på energien, fyld bilen op med ekstra passagerer, lad dele af græsplænen vokse vildt, så der bliver plads til flere insekter. Der er mange måder at løfte med på. Hvert skridt tæller - og hvis vi er mange nok, der går med, får det en væsentlig betydning. ■

#### NYT NETVÆRK PÅ VEJ

Ingen kan alt, men alle kan noget. Foras medlemmer har hver især fat i forskellige løsninger på de udfordringer, som kalder på mere bæredygtighed. Derfor er vi ved at oprette et netværk for foreninger og skoler, som har lyst til at tage nogle skridt – små eller store – i en mere bæredygtig retning. Vil du følge med i netværket og måske også være med til at forme det? Så send en mail til [laura@fora.dk](mailto:laura@fora.dk). Vil du inspireres til, hvordan I kan gøre noget i jeres forening, eller hvordan I får jeres lokalområde med, så tag med på ét af de to fyraftensmøder, som du kan læse mere om på side 8.



# LANDSMØDE

7.-8. MAJ | AARHUS

Vi varmer op til landsmøde 2022 under temaet “Folkeoplysning til alle”, og er i gang med at planlægge et spændende program med besøg af inspirerende oplægsholdere, besøg på inspirerende steder, lokale fortællinger, dejligt samvær, fælles skridt i en bæredygtig retning, valg til Foras bestyrelse og kåring af årets ildsjæl.

**SÆT KRYDS I KALENDEREN X**

# Stort & småt



## Solveig stopper

Foras sekretariatssekretær, Solveig Heldt, som har været ansat på Foras sekretariat i næsten ti år, stopper. Solveig er blevet nødt til at søge nye udfordringer, men har fundet en fuldtidsstilling, hvor hun starter 1. marts.

## Nye medarbejdere på sekretariatet

Molly Christensen er blevet fastansat som kommunikationskonsulent 30 timer om ugen. Andreas Kristensen er blevet ansat i en 18 timers stilling som IT-konsulent. Tine Will er nyt ansigt på sekretariatet. Hun skal overtage en del af de opgaver, som Solveig tidligere har siddet med og vil være på sekretariatet otte timer om ugen.

Tine Will



## Mangler der ikke noget?

Foras årsberetning plejer du at kunne læse i årets første nummer af Fora Magasinet, men i år har vi valgt at sadle om og lade årsberetningen trykke særskilt. Beretningen udkommer i foråret. Nærmere information følger.

## Hvem er den største ildsjæl?

Nu er der snart ikke længe til, at Foras ildsjælspris skal uddeles på landsmødet den 7.-8. maj i Aarhus. Derfor er det godt, hvis I allerede nu begynder at tænke på, hvem, I mener, skal indstilles til årets pris. Mere information følger.

## Udviklingsmidler

Lokalforeningspuljen åbner i 2022 med to ansøgningsrunder, hvor den første er den 15. marts kl. 12. Se retningslinjer og ansøgningsskema på Foras Intranet. Yderligere information fås hos Henriette Corvinus - henriette@fora.dk



## KALENDER 2022

### Fora

Landsmøde  
7. - 8. maj  
Aarhus

### ASA-kurser

Se aktuelle ASA-kurser på  
asakursus.fora.dk

### Fora Fagkursus

Læs mere om det enkelte kursus på [www.fagkursus.dk](http://www.fagkursus.dk)  
Er du underviser i en af Foras medlemsforeninger, kan du søge særlig støtte til Fora Fagkursus.

### Fora Fagkursus Kreative Håndværk

#### Klassisk Knipling - modul 1

Tilmeldingsfrist: 02.03. 2022  
02.-03.03. 2022  
Linda Olsen  
Horsens

#### Strik 2 - Mønster og teknik

Tilmeldingsfrist: 08.04.2022  
07.-08.05. 2022  
Anne Marie Nielsen  
Nyborg

#### Tekstilfarvning med planter - modul 2

Tilmeldingsfrist: 25.04.2022  
21.-22.05 2022  
Anne Marie Nielsen  
Nyborg

#### Strik 3 - Materialer

Tilmeldingsfrist: 20.05. 2022  
18.-19.06. 2022  
Anne Marie Nielsen  
Nyborg

### Fora Fagkursus Bevægelsesfag

#### Pilates

Tilmeldingsfrist: 01.04. 2022  
11. -13.03 2022  
Terricka Thomas  
Fokus Fitness, Aalborg

#### Anatomi og hensyntagende undervisning

Tilmeldingsfrist: 20.03. 2022  
29.04.-01.05. 2022  
Laima Mimo  
Yoga Huset, Aalborg

## KLUMME

# Bæredygtighed i foreningslivet – et valg eller en nødvendighed?

Af Louise Marholt, Foreningskonsulent, DGI Nordsjælland



”Ingen kan gøre alt, men alle kan gøre noget.” Sådan lyder budskabet i DGI’s guide om bæredygtighed, hvor fokus er på miljø, klima og menneskelige ressourcer. Bæredygtighed er en af de seks megatrends, som Institut for Fremtidforskning og DGI peger på vil påvirke vores fremtid de næste år. Og netop derfor er det vigtigt at se på, hvad bæredygtighed kan dække over i foreningsregi.

Ligesom jeg, tænker du nok mest på grønne løsninger, genbrug og affaldssortering, når du hører ordet bæredygtighed. Og selvfølgelig er det vigtigt, at foreninger har fokus på at bruge færre plastikkrus til arrangementer, reparere udstyr, så det kan leve længere og se på forbruget af vand og el på faciliteterne – men disse tiltag giver lidt sig selv, gør det ikke?

Bæredygtighed i foreningslivet handler også om at tilstræbe langtidsholdbare løsninger, optimal brug af frivillige kræfter samt social og økonomisk ansvarlighed. Men tiltag som disse kan være sværere at gå i gang med. For hvordan skaber man langtidsholdbare løsninger samtidig med, at man sørger for driften af

en forening med medlemmer, kontingentbetalinger, halbookinger og stævnetilmeldinger?

Som frivillig i en mindre gymnastikforening har jeg ofte stået med følelsen af at have for mange ideer og for få hænder, og udvikling tilsidesættes ofte for den daglige drift. Ja, det ville være oplagt at spørge andre om hjælp, men hverken jeg eller de andre frivillige har overskuddet eller overblikket over foreningens mange opgaver. Og det gør det svært at finde og spørge de rigtige personer. Samtidig gør det foreningen sårbar, for hvis én af de nuværende frivillige stopper i morgen, så står vi andre med håret i postkassen og mangler en plan for, hvordan vi får fat i en ny frivillig.

Så hvordan kommer vi egentlig i gang med at være en bæredygtig forening?

Først og fremmest kan det være en fordel at se på foreningens strategi. For hvis foreningen kun fokuserer ét år frem ad gangen, kan det være svært for de frivillige at holde retning og fortsætte engagementet. Når retningen så er sat og skibet er klar til at sejle, skal det fyldes af et mandskab med de rette

kompetencer og masser af energi. Og her kommer frivillighedsstrategien ind i billedet. En strategi der fortæller, hvordan foreningen vil arbejde med rekruttering og fastholdelse af frivillige – både nu og på længere sigt.

Med en foreningsstrategi og en frivillighedsstrategi i hånden vil foreningen have gode forudsætninger for at bruge de menneskelige ressourcer bedst muligt, og måske endda frigøre ressourcer, så der løbende er overskud til at følge med tiden og udviklingen. Men strategier kan hurtigt bare blive ord på et stykke papir. Derfor er det væsentligt at skue til adfærdsdesign og arbejde med konkrete handlinger, der gør det let for foreningen at gennemføre både store og små forandringer.

Og så er vi tilbage ved de grønne tiltag, plastikrusene og affaldssorteringen. For når man alligevel gennemgår foreningsstrategien, er det oplagt at indarbejde bæredygtige aftaler og nedskrive konkrete tiltag, der fremmer foreningens bæredygtighed.

For ingen kan gøre alt, men hvis vi alle gør noget, så skal vi nok nå i mål. ■