



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Inbjudan till mervärdeskonferens för cirkelledare, föreningsfunktionärer och

Boka in lördagen den 13 november eller tisdagen den 16 november!

Sv Skaraborg bjuder på ett fullspäckat program med inspiration, information, workshops och föreläsningar.

Se program för dagarna på nästkommande sidor.

De flesta workshops leds av verksamhetsutvecklare från SV.

Det är ett begränsat antal platser så här gäller det att vara snabb för att inte missa tillfället.

Anmälan senast fredagen den 5 november-21

Klicka på dagen du vill anmäla dig till så kommer du till sidan för din anmälan.

Lördag 13 nov 9:00 -16:00 Kulturhuset

Tisdag 16 nov 17:30 - 21:15 SV Skövde, Rådmansgatan 24

eller ring och anmäl dig via kundtjänst: 0502-100 58

Du kan välja att gå en av dagarna eller båda.

Program lördag hittar du på nästa sida



9.00 registrering, val av workshops och kaffe

9.30 Välkommen Presentation av SV Skaraborg och dagen

9.45 Hållbart föreningsliv och Hållbara mötesplatser med Peter Wallén.

Peter är en uppskattad föreläsare, som hjälper företag och organisationer att utveckla hälsoarbete med fokus på teamwork och ledarskap.

I denna föreläsning är syftet att inspirera till ett hållbart föreningsliv och hållbara mötesplatser. Med sin förmåga kommer Peter att med humor förmedla ämnet på ett intressant sätt som du inte vill missa.

-Hur mår Dr Google? -om konsten att se runt hörnen i hälsolabyrinten.

-Så skapar man en hållbar arbetsmiljö i föreningar och på arbetsplatser!

- Så känner jag skillnaden mellan "Sjuk" eller en "förvånad kropp"!

- Hur hjälper jag människor att förstå skillnaden mellan "psykisk ohälsa" och "naturlig livskris".

11.00 bensträckare

11.15 Workshops

1. Fyll i din e-lista och arbetsplan - För dig som inte har kommit igång med att använda e-lista eller precis har startat. Vi lär ut steg för steg i lugn takt. Här är inga frågor för dumma. Ta med din telefon/smartphone eller surfplatta.

2. Livestreaming- För dig som vill veta mer om Livestreaming. Vad menas med Livestreaming, hur gör man? När kan man Livestreama? Vart kan man se det som man spelat in?

3. Digital ledarpedagogik - Lisa Nilsson, SV Sjuhärad

Hur är en bra ledare vid digitala träffar? Vad är viktigt att tänka på? Hur får man deltagarna trygga. Men inte att somna!? Hur är man inspirerande, pedagogisk och når fram genom skärmen? Lisa Nilsson kommer hålla i utbildningen och en digital cirkelledare kommer berätta vad denne tyckte har gått bra, vad som varit utmaningar och vad man ska tänka på i första hand. Vi hoppas att du kommer känna dig bekvämare i rollen som digital mötesledare efter utbildningen och kanske våga på att prova nya idéer eller inriktningar!

12.15 Sv bjuder på lunch

13.00 Prova på.

1. Yoga – Prova på lite enklare yoga med Maja Lindvall. Nyttigt för både kropp och själ.

2. Falbygdens släktforskarförening presenterar hur man söker sina rötter och genom Arkiv digital. En möjlighet för dig som vill lära mer om släktforskningen är att anmäla sig till Vuxenskolan cirklar.

3. UFO - Vem har inte en massa ofärdiga saker i gömmorna?

Kanske en tröja som är påbörjad men som aldrig blir klar.

Den där duken som det fattas några stygn på, en virkning där trådarna behöver fästas.

Vid det här tillfället får ni se lite exempel på olika sorters hantverk man kan pyssla med.

4 Fyll i din e-lista och arbetsplan - För dig som inte har kommit igång med att använda e-lista eller precis har startat. Vi lär ut steg för steg i lugn takt. Här är inga frågor för dumma. Ta med din telefon/smartphone eller surfplatta.

14.00 Workshops

1. Teknikutbildning hur hanterar du kameran som är installerad i SVs lokaler?

Nu finns behovet av att genomföra studiecirklar och föreningsmöten där några av deltagarna deltar fysiskt i rummet och några deltar digitalt. I de flesta av SV Skaraborgs större lokaler finns en kamera installerad så att du som ledare ska kunna genomföra dessa "hybrid"-möten. I denna workshop får du en genomgång av hur du använder kameran och datorn, då du leder mötet/studiecirkeln.

2. Videoplattformar på egen laptop/platta

Vid denna workshop kommer vi att gå igenom de grundläggande funktionerna i videoplattformar och hur du kan använda dem för möten, cirklar, kurser och liknande. Vi jämför också två alternativ av videoplattformar. Jitsi och Zoom.

3. Lär dig mer om digital marknadsföring - Lillie Drugge SV Sjuhärad som går igenom hur man ska tänka kring sociala medier och speciellt facebook.

4. Fyll i din e-lista och arbetsplan - För dig som inte har kommit igång med att använda e-lista eller precis har startat. Vi lär ut steg för steg i lugn takt. Här är inga frågor för dumma. Ta med din telefon/smartphone eller surfplatta.

15.00 kaffe, tårta och musikunderhållning med ett av SV:s band.

15.45 Vinstutdelning och sammanfattning av dagen

Program tisdag 16 nov på nästa sida



17.30 registrering, val av workshop och kaffe

18.00 Välkommen info om SV Skaraborg och kvällens program

18.15 Workshops

1. Hur använder du kameran som är installerad i SVs lokaler?

Nu finns behovet av att genomföra studiecirkel och föreningsmöten där några av deltagarna deltar fysiskt i rummet och några deltar digitalt att efterfrågas. I de flesta av SV Skaraborgs större lokaler finns en kamera installerad så att du som ledare ska kunna genomföra dessa "hybrid"-möten. I denna workshop får du en grundlig genomgång av hur du använder kameran och datorn, då du leder mötet/studiecirkeln. Ledare: Lars Carling Avdelningschef och Jörgen Bolmstad Teamledare och Gustav SuperUser SV Skaraborg

2. Videoplattformar på egen laptop/platta

Vid denna workshop kommer vi att gå igenom de grundläggande funktionerna i videoplattformar och hur du kan använda dem för möten, cirkel, kurser och liknande. Vi jämför också två alternativ av videoplattformar. Jitsi och Zoom. Verksamhetsutvecklarna Cindie Andersson, Alexandra Larsson och Linda VIberg.

3. Lär dig mer om digital marknadsföring - Lillie Drugge SV Sjuhärad

Lillie Drugge går igenom hur man ska tänka kring sociala medier och speciellt facebook. Exempel på vad vi går igenom; Vad kan man göra med sociala medier? Vad vill man uppnå? Vilka målgrupper använder olika sociala medier? Vad för strategi behöver man ha? Hur ska man göra för att inlägg ska spridas så mycket som möjligt?

4. Fyll i din e-lista och arbetsplan Linda, Cindie, Alexandra

För dig som inte har kommit igång med att använda e-lista eller precis har startat. Vi lär ut steg för steg i lugn takt. Här är inga frågor för dumma. Ta med din telefon/smartphone eller surfplatta. Ledare: Verksamhetsutvecklarna Cindie Andersson, Alexandra Larsson och Linda Viberg.

19.15 Smörgåstårta och samtal

20.00 Självförsvar med Jan Fallkvist

Vi börjar med en kortare teoridel; grundläggande självförsvar och hur kan du förebygga och hantera hot och våldssituationer. Vi pratar lite om riskbedömning, bemötande och förhållningssätt. Efter teorin provar vi olika självförsvarstekniker. Övningarna görs på kursledaren eller två och två.

21.00 Vinstutdelning och sammanfattning av dagen

Varmt välkomna!

