

# Inspirera



Studieförbundet  
Vuxenskolan

SV Söderslätt  
Trelleborg, Vellinge, Svedala

*Våga,  
vilja, prova,  
växa...*

**Föreläsning  
Mord i falsterbo  
i Trelleborg**

**11/5**

Sid. 3

**Behöver du hitta din  
nya klädstil eller veta  
mer om vindruvans  
väg till flaskan?**

Sid. 4



**WWW.SV.SE**



## Ett cirkelledarporträtt – Ingrid Malmström

**Ingrid Malmström har varit cirkelledare för sy- och stickkurser på SV Söderslätt sedan 2005. Hennes stora passion är stickning och denna passion delas med många och ibland blir det trångt när alla deltagarna samlas för att ha en trevlig stickkväll tillsammans i lokalerna på Hamng. 22.**

- Det har blivit trendigt igen att sy och sticka, säger Ingrid, som gärna välkomnar nya deltagare till sina kurser. "Jag tror att i vår stressade tillvaro idag behövs något långsamt som gör vi kopplar av. Det gör man med stickning"

Ingrid är en driven person som gärna drar igång en vantstickartävling, vår- och höstmarknader eller det återkommande evenemanget "Gosa med Garn"! Förra året strömmade folk från åldern 25-80 år till Svedala Folketshus. Den 23 april är det dag igen! Utställare från hela Skåne kommer till Folketshus i Svedala och man kan delta i olika workshops, besöka butikstorget eller Stick-Akuten. För att se hela eventet följ "Gosa med Garn" på Facebook. I Ingrids egen ateljé i Hötofta har hon sin syateljé och på galgarna i ateljén hänger egendesignade kläder i glada färger.

Varje vår och höst anordnar hon en marknad i Hötofta med olika utställare av konsthantverk som ställer ut sina alster, försäljning av växter, keramik, hantverk, textil och garn.

I vår har Ingrid och hennes kursdeltagare från stickcaféet haft en uppskattad konstutställning på Molekylen i Trelleborg, "Tant Brun, Tant Grön & Tant Gredelin" där olika sticktekniker visats upp.

Många är de personer under årens lopp som deltagit i Ingrids kurser och många har blivit vänner för livet.

**Läs om Gosa med Garn  
på vår hemsida!**

## Genom folkbildningen ges möjligheter att öka sina kunskaper...

**Britt-Marie Klingborg,  
ledamot i styrelsen för  
Studieförbundet Vuxenskolan.**



**Vad gjorde att du valde att  
engagera dig i Studieförbundet Vuxenskolan?**

- Jag fick en förfrågan om jag var intresserad att engagera mig i SV. Jag har alltid varit intresserad av utbildningsfrågor och jag kände ganska väl till SV sedan tidigare. Efter att ha läst igenom SV:s värdegrunder och funnit att dessa stämde bra överens med mina egna bestämde jag för mig att tacka ja.

**Vad anser du vara folkbildningens viktigaste  
uppgift?**

- Folkbildningen, dvs studieförbunden och folkhögskolorna, är frivilliga utbildningsformer som är öppna för ALLA som vill öka sina kunskaper och sin bildning. Folkbildningen är ett jätteviktigt komplement till det vanliga utbildningsväsendet. Genom folkbildningen ges möjligheter att öka sina kunskaper inom områden som man själv är intresserad av och på en nivå som motsvarar de egna förutsättningarna. Det är egentligen bara fantasin som sätter gränser för vad man kan göra. Jag tror på det livslånga lärandet. Det gäller att hålla både kroppen och knoppen i form.

**Näm en för dig drömcirkel och varför?**

- Jag tycker det skulle vara jätteroligt att få möjlighet att ingå i en amatörteatergrupp. Att få lära mig agera på en scen. Gärna om det dessutom gick att kombinera med mitt historiska intresse. Jag älskar "kostymfilmer" i historisk miljö!

## Återkommande populär föreläsare

Den 28/1 besökte Randi Kibsgård oss och höll sin föreläsning:

### Mår du så bra du kan?

Föreläsningarna med Randi är alltid lika populära, den här kvällen var vi 70 stycken som samlades för att lyssna.

Många sanningar och påstående om hur många av oss lever våra liv väcktes.

Hur kan vi bli bättre på att följa vårt hjärta och lyssna till vårt inre? Man vet så väl men behöver ibland provoceras i sitt tänk och det blev vi verkligen under kvällen.

Randi är ett känt medium i Trelleborg och hon berättar och föreläser bland annat om hur det är på andra sidan. Randi återkommer till hösten med en ny föreläsning.





## LÄR DIG HITTA DIN RÄTTA PERSONLIGA KLÄDSTIL

På detta introduktionstillfälle kommer stylisten Gun Barreus att informera oss om hur man kommer fram till sin egen rätta personliga stil! Under hösten erbjuder vi en studiecirkel där du tillsammans med Gun får lära dig att hitta din egen rätta personliga stil med utgångspunkt från din kroppsform, kroppsproportioner och din personlighet. Du får även hjälp med att välja ut accessoarer, skor och väskor. Ett sätt att kanske undvika felköp och framför allt spara pengar!

Ons 6/4 | 14.00 | 50 kr inkl. fika | Trelleborg

## WEEKENDVANDRA I SKÅNE

**Pelle Estborn** har många strängar på sin lyra. Han är journalist, redaktör, författare och regissör m.m. Friluftslivet har alltid varit en stor del av hans liv och han har även låtit det bli en del av sitt arbete. Fram till nu har Pelle släppt tre böcker om ämnet och skriver även regelbundet för friluftstidningar. Den ena av böckerna är "Weekendvandra i Skåne" och i den tar han dig med på 13 vandringsturer i Skåne där fokus ligger på att njuta. Glöm allt vad vindskydd och frystorkat heter och ge er själva en lyxig friluftswekend med bekvämt boende och mat från några av Skånes bästa kök.

Mån 25/4 | 19.00 | 100 kr | Trelleborg

## TEMA RÖTTER

– ett samarbete med biblioteken i Trelleborgs kommun

### KALLT MEN SNÄLLT

Studieförbundet Vuxenskolan visar upp en bok som skrivits under vintern 2015 och vi pratar om och diskuterar våra resor till den plats vi befinner oss på just nu. Boken innehåller historier och bilder kring olika människor och deras resa till det nya landet Sverige. Personer som kommit till Sverige, som inte är födda i Sverige berättar sina historier. Kom du från Syrien för ett halvår sen? Från Chile på 80-talet? Som krigsbarn från Finland på 40-talet? Hur är din historia?

Mån 25/4 | 18.00 | Anderslövs Bibliotek

**MANNEN SOM FÖRSVANN** - *Ett emigrantöde*  
Föreläsning med Ted Rosvall från SVTs "Vem tror du att du är?"

Mån 9/5 | 19.00 | Trelleborgs Bibliotek

### VEM TROR DU ATT DU ÄR

Ted Rosvall, känd från SVTs "Vem tror du att du är?" kåserar om släktforskning och kändisar.

Tis 10/5 | 15.00-16.30 | Gratis | Höllviken Bibliotek

## MORD I FALSTERBO

Micke Hansen och Christina Olséni är författarparet som gjorde succé med humordeckaren "Mord i Falsterbo: Badhytten". Under den här kvällen kommer de att berätta om sin uppföljare "Fågelskådaren" och vägen dit.

Den första boken i deras serie har letat sig in på nationella topplistor och även kunnat läsas som följetong i Skånska dagbladet under förra sommaren. Boken "Fågelskådaren" som släpps några veckor innan vår föreläsning kommer alltså i princip direkt från tryckeriet. Det kommer att finnas möjlighet att köpa båda böckerna under kvällen.

Ons 11/5 | 19.00-21.00 | 100 kr | Trelleborg

11/5

Bildtext: Christina Olséni och Micke Hansen



# Välkommen till SV!



Film, historia & samhällskunskap	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
<i>Povel Ramel</i>	Trelleborg	Pågående, går bra att hoppa in i cirkeln när som helst.				
<i>Hasse &amp; Tage</i>	Trelleborg	Lottie Hüllert	8	14.00-15.45	*	795
<i>Zombies</i>	Svedala	Lottie Hüllert	8	17.30-19.15	*	795
<i>Quentin Tarantino</i>	Svedala	Lottie Hüllert	8	16.00-17.45	*	795

Odling	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
<i>Medelhavsväxter - Från frö till planta</i>	Trelleborg	John Rogers	3	18.30-21.00	06-apr	495
<i>Ekoliv - Från jord till bord</i>	Hammarlöv	Mikael Lingehag	4	18.30-20.45	14-apr	670
<i>Medelhavsväxter - Skötsel</i>	Trelleborg	John Rogers	3	18.30-21.00	11-maj	495
<i>Höns i trädgård</i>	Hammarlöv	Mikael Lingehag	4	19.00-21.15	12-maj	820
<i>Hällåkra vingård - Ett vinår<sup>2</sup> NY</i>	Hällåkra	Håkan Hansson	10	15.00-18.00	15-maj	2.000

Köksskolan	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
<i>Vegetariska köket</i>	Trelleborg	Ingrid Guillermo	5	*	*	795
<i>Marsipankurs - Häst för stora fr 9 år</i>	Vellinge	Helena P. Hansen	1	18:00-21.00	24-maj	300

Hälsa & Wellness	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
<i>Makeuptrender</i>	Trelleborg	Christel Larsen	1	18.30-20.30	31-mar	395
<i>Att hantera sin flygrädsla</i>	Trelleborg	Ingvar Nordesparr	4	18.30-20.45	04-apr	495
<i>Gravidyoga</i>	Trelleborg	Pernilla W Lindström	5	18.00-19.30	04-apr	695
<i>Senioryoga</i>	Trelleborg	Anna Brus	8	15.30-16.30	05-apr	1.495
<i>Samasthiyoga</i>	Trelleborg	Anna Brus	8	17.30-19.00	05-apr	1.745
<i>Makeup för den mogna kvinnan</i>	Trelleborg	Christel Larsen	1	18.30-20.30	07-apr	395
<i>Makeuptrender</i>	Svedala	Christel Larsen	1	18.30-20.30	14-apr	395
<i>Din rätta personliga klädstil<sup>1</sup> NY</i>	Trelleborg	Gun Barreus	3	14.00-17.00	18-apr	790
<i>Makeup för den mogna kvinnan</i>	Svedala	Christel Larsen	1	18.30-20.30	21-apr	395
<i>Gravidyoga</i>	Trelleborg	Pernilla W Lindström	5	18.00-19.30	11-maj	695

Dans och Musik	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
<i>Capoeira NY</i>	Trelleborg	Andréia B. D. Jesus	12	18.00-19.30	7-apr	1.295
<i>Rounddance NY</i>	Trelleborg	C. Lundahl-Ekholm	2	10.00-16.00	11-maj	0
<i>Aukustisk gitarr - Kreativt spelande</i>	Trelleborg	Frans Backlund	3	19.00-19.45	*	595

Klär du dig efter din kroppsform? Köper du för stora kläder för att dölja skavanker?  
Gå på vår förlängda workshop<sup>1</sup> för att hitta din nya rätta klädstil!

Kanske vill du ha bättre koll om hur man gör vin? Följ med på vår studiecirkel där du  
får se och lära om hela processen från druva till vin!<sup>2</sup>

sv.se/soderslatt  
soderslatt@sv.se  
010-703 08 40

Hundkurser	Ort	Träffar	Tid	Start	SEK
Fortsättningskurs 2	Svedala	6	19.45-20.45	6-apr	600 kr
Hundmöte/Socialisering	Svedala	3	18.30-19.30	6-apr	300 kr
Lydig med långlina	Svedala	5	18.30-20.00	7-apr	700 kr
Lydnad i olika miljöer	Svedala	4	*	17-apr	500 kr
Agilityträning	Svedala	4	09.00-11.00	23-apr	200 kr
Nosaktivitet	Svedala	2	10.00	8-maj	500 kr
Inkallning/kontaktövning	Svedala	2	18.30-19.30	18-maj	200 kr

Se hemsida för mer information, anmälan och anmälningsvillkor gällande dessa kurser

IT & Teknik	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
Gör din vardag enklare - data	Trelleborg	Ingrid Lindberg	3	15.00-18.00	*	595
Bygg din egen blogg	Trelleborg	Ingrid Guillermo	5	13.00-15.30	*	795
Mac för nybörjare	Trelleborg	Ingrid Guillermo	5	*	*	795
Photoshop Elements grund	Trelleborg	Ingrid Guillermo	3	*	*	595
Photoshop Elements fortsättning	Trelleborg	Ingrid Guillermo	3	18.30-20.45	*	595
Surfplatta grund	Trelleborg	Dan Östergaard	3	17.00-19.30	*	535
Att använda iPad fortsättning	Höllviken	Dan Östergaard	3	12.30-15.00	01-apr	535
Att använda iPad grund	Bara	Dan Östergaard	3	13.30-16.00	04-apr	535
Gör din vardag enklare - data	Klågerup	Ingrid Lindberg	3	10.00-13.00	11-apr	595
Att använda iPad fortsättning	Trelleborg	Dan Östergaard	3	13.30-16.00	02-maj	535
Att använda iPad fortsättning	Skanör	Dan Östergaard	3	12.30-15.00	06-maj	535
Teknik Drop-in	Trelleborg	Dan Östergaard	1	09.30-11.30	27-maj	0

Släktforskning - Hitta dina rötter!	Ort	Ledare	Träffar	Tid	Start	SEK
Släktforska i Danmark	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	3	18.30-20.45	*	475
Arkiv Digital steg 1	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	18.30-20.45	*	550
Arkiv Digital steg 1	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	13.30-15.45	*	550
Arkiv Digital steg 1	V. Ingelstad	Britt-Mari Ridell	4	16.00-18.30	19-apr	550
Arkiv Digital steg 2	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	18.30-20.45	*	550
Arkiv Digital steg 2	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	13.30-15.45	*	550
Arkiv Digital steg 2	Höllviken	Britt-Mari Ridell	4	12.30-15.00	22-apr	550
Arkiv Digital steg 2	Skanör	Britt-Mari Ridell	4	12.30-15.00	08-apr	550
Arkiv Digital steg 3	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	18.30-20.45	*	550
Arkiv Digital steg 3	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	13.30-15.45	*	550
Arkiv Digital steg 3	Höllviken	Britt-Mari Ridell	4	12.30-15.00	20-maj	550
Arkiv Digital steg 4	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	18.30-20.45	*	550
Arkiv Digital steg 4	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	13.30-15.45	*	550
Disgen nybörjare	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	18.30-20.45	*	550
Disgen nybörjare	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	4	12.30-15.00	*	550
Tema - Domstolsforskning	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	3	18.30-20.45	*	475
Tema - Disgen fördjupning	Trelleborg	Britt-Mari Ridell	3	18.30-20.45	*	475

\* = se hemsida för mer information och anmälningsvillkor

Vi reserverar oss för tryckfel

Idétorka till Morsdag 29 maj?  
Köp ett presentkort på valfritt belopp!

Vi uppdaterar ständigt vår hemsida med fler kurser och evenemang!  
Du kan meddela oss om du vill ha vårt nyhetsbrev.

010-703 08 40 | www.sv.se/soderslatt | soderslatt@sv.se



# Projektet Hopp ger Familjehopp!

I Svedala och Skurup driver Kiriakos Backis ett projekt som heter Hopp. Syftet är att ge hopp, skapa en mötesplats och stötta människor som har någon form av psykiska ohälsa.

Studieförbundet Vuxenskolan har ingått ett samarbete med projektet där vi hjälper till att utbilda deltagare i projektet till cirkelledare och vi skapar studiecirkelar. Alla har olika kunskaper och erfarenheter och att arbeta i studiecirkelform är ett perfekt sätt att dela med sig av detta till andra. En av studiecirkelarna som har kommit igång har fått namnet Familjehopp.

Syftet med den här studiecirkeln är att ge tips och råd till varandra i sitt familjeliv. Det kan vara så att man själv har en psykisk ohälsa samtidigt som ens barn eller parter har någon sorts problematik. Cirkelledaren säger att i den här studiecirkeln finns det inga nybörjare och det finns inga experter som det kan finnas i tex en matlagningscirkel. Alla här har erfarenhet av att leva i en familj på ett eller annat sätt. Saker som har hänt en deltagare för 10 år sedan kan komma till nytta här och nu för en annan. Saker som diskuteras är tex gränsättning, konflikthantering, hur gör jag för att orka eller hur hanterar jag omgivningens blickar och tyckande.

Alla människor har kunskap och förmågor på ett eller annat sätt. Men ibland kan vårt samhällssystem sätta käppar i hjulen eller en sjukdom gör att man inte kan prestera så som samhället tycker att man ska göra. Cirkelledaren i den här cirkeln har varit sjukskriven sedan 1998. Hon kom med i Projekt Hopp och det ledde till ett utökat nätverk. Att ha blivit cirkelledare, säger hon, har gjort att min nyfikenhet på livet har väckts igen. Jag är nu inte bara mamma. Den ger mig energi. Jag går hem och plockar fram fakta från ledarskapsutbildningar jag gått på för länge sedan, som jag aldrig hann använda innan jag blev sjuk.

Att vara cirkelledare eller deltagare i en studiecirkel kan vara en del i rehabiliteringen för de som drabbas av psykisk ohälsa.

Text: Malin Josefsson





## Integration i studiecirkel ger många möjligheter!

**Yddingestränd är ett flyktingboende i Svedala Kommun. Det ligger jättefint vid stranden. Men idag, en dag i början på mars, är det småregigt och rugigt.**

Jag är här för att besöka en av våra duktiga cirkelledare som jobbar ideellt med att introducera/undervisa människor i det svenska språket. I det här fallet är det Ingrid som är ombudsman på Lärarnas riksförbund till vardags.

Ingrid är en av 8 personer som är engagerade i flyktingboendet med hjälp av Studieförbundet Vuxenskolan. Det finns många fler människor och organisationer som på olika sätt

engagerar sig i det här boendet. Det är fantastiskt att veta att det finns så många som vill göra skillnad där de kan. Jag tycker att det är ett lysande exempel på vad civilsamhället kan åstadkomma.

I tidigare samtal med Ingrid om varför hon valt att engagera sig har hon sagt att hon var nyfiken och ville bidra. Hon ville också undervisa eftersom hon är språklärare i botten, men i arbetet som ombudsman finns inte så många tillfällen till det. När jag pratade med henne märkte jag att hon lite, nästan ursäktande, konstaterade att hennes engagemang för svenskgruppen hade blivit något som hon inte hade väntat sig. Hon är van vid att undervisa i skolklass och där

intar man en tydlig roll som lärare och man är styrd i undervisningen eftersom man har en läroplan och riktlinjer att följa. Här har Ingrid rollen som cirkelledare och kan låta deltagarna styra mer efter sina behov. Jag som till vardags jobbar med folkbildning vet mycket väl att studiecirkeln som pedagogiskt verktyg är något helt annat än den undervisningen som du får i skolan. Den ger helt andra möjligheter. Det blir på något sätt ett lärande och erfarenhetsutbyte som går åt båda hållen.

Till en början hade deltagarna många grammatiska frågor, men nu har inriktningen blivit mer konversationsträning kring olika ämnen. Ingrid säger att hon har lärt känna dem som vänner. Hon berättar att hon brukar ta med sig något typiskt svenskt att äta varje gång. Så det har bjudits på, fastlagsbullar, kaviar och idag hade hon med sig tunnbröd och messmör.

Ingrid reflekterade lite kring integration. Hennes tankar var att vi måste sluta att tänka på människor som en grupp. Om man ska lyckas med integration behöver vi börja se människorna och skapa bra möten. Ingrid, har hittat en möjlighet att bidra till integration och hon hoppas att hon har kunnat göra något som deltagarna har nytta av både på lång och kort sikt.

Text och bild: Malin Josefsson



## UTSTÄLLNINGAR PÅ SÖDERSLÄTT

### SILVERSMIDE

Vernissage 6 april 15.00-16.00  
Molekylen, Hamngatan 22, Trbg  
Pågår 7 april - 6 maj

### GALLERI ESTESIO "UPPSTART"

Vernissage 9 april | 11.00-17.00

### BARNENS EGNA KONSTUTSTÄLLNING

Vernissage i maj,  
se hemsida för mer info.  
Biblioteket Trelleborg

### BART VAN BELKOM

Vernissage 11 maj | 15.00-16.00  
Molekylen, Hamngatan 22, Trbg  
Pågår 10 maj - 17 juni

### GALLERI ESTESIO "KIHLMANX2"

Vernissage 18 juni | 14.00-17.00

 **Studieförbundet  
Vuxenskolan**

[www.sv.se/soderslatt](http://www.sv.se/soderslatt)

# B



Studieförbundet  
Vuxenskolan



John Rogers visar upp några av sina små Trelleborgspalmer

## Från nördig fritidsodlare till seriös företagare med odling av Medelhavsväxter som specialitet

*Hur startade ditt intresse för just Medelhavsväxter?*

Inspirationen till vår Medelhavsinspirerande trädgård har vi fått från våra många resor kring

Medelhavet – i första hand Spanien. Sedan några år tillbaka har jag fått möjlighet att utveckla min stora passion ytterligare och idag är både trädgård, uterum, förråd och växthus under större delen av året fyllda med våra drömmar – att få fram Medelhavsväxter som normalt inte odlas på våra breddgrader. För ett år sedan startade jag företaget Rogers Plantshop för att idag kunna arbeta med detta på heltid.

*Du ska ha två kurser under våren om Medelhavsväxter. Vad kan man som deltagare förvänta sig?*

**Medelhavsväxter - från frö till planta:** Det är kul att odla. Speciellt när man lyckas med lite ovanliga sorter. Här får deltagarna lära sig olika tips och trix för att dra upp egna frön från Medelhavsväxter

till plantor. Vad behöver man tänka på kring jord, värme, ljus osv för att få fröna att gro och växa till sig?

**Medelhavsväxter - skötsel:** I denna cirkel kommer deltagarna att få lära mer om hur man med enkla medel får Medelhavsväxterna att trivas hos oss och utvecklas till stora träd och buskar. Det gäller att ge plantorna förutsättningar som så långt det är möjligt liknar deras naturliga växtplats. För att kunna få glädje av växterna under många år framåt får du tips på hur du kan vinterförvara dom. I båda cirkelarna kommer vi också att försöka oss på att föröka med sticklingar från olika Medelhavsväxter.

*Hur fick du kontakt med SV första gången?*

Jag är medlem i Lions Club sedan många år och kontaktade för något år sedan avdelningschefen Josefin Holmberg på SV för att höra vilka möjligheter vi hade till olika former av samarbete. Det var ett mycket positivt möte som ledde till en informationsträff med SV för att kunna utveckla ett samarbete mellan SV och Lionsklubbarna i sydvästra Skåne.

### NÄMN DIN DRÖMKURS!

Min drömkurs skall både innehålla lärande med ny kunskap i ämnet, men lika viktigt är social gemenskap och utbyta nya erfarenheter...

Oj, vad jag själv vill lära mig mer om - det är så mycket - hur man bygger vidare på hemsidan, lära sig använda alla finesser på sin iPhone, lära sig ännu mer om växtodling, osv.



**Kontaktuppgifter SV Söderslätt:**

**Trelleborg • Svedala • Vellinge**

Besöksadress:  
Hamngatan 22  
231 42 Trelleborg

Postadress:  
Box 22  
231 21 Trelleborg

010-703 08 40  
soderslatt@sv.se  
www.sv.se/soderslatt

Öppet mån-tors i Trelleborg:  
09.00-12.00 och 13.00-16.00  
www.facebook.se/svsoderslatt