02 2012 central bladet

Medlemstidning för KFUM Central

02 2012 central bladet

KFUM Central

2. Innehåll
3. Ordförande har ordet
4. Working for Change
6. Strategikonferens

KFUM Central Basket

8. Tajm-Out

KFUM Ängsholmen/Sköna Dar

10. Sköna Dar
11. Utbildningsresa till Norge

KFUM Gymnasterna

12. EM i Truppgymnastik
13. Junior EM

Internationellt

14. Rio +20 och YMCA Dialog

Körer och orkestrar

16. Konsert för flyktingbarn

KFUM Central

18. Notiser

CENTRALBLADET

Nummer 2 2012
Ansvarig utgivare: Bengt Arwén
Redaktion/Layout: Ulrika Alexandersson
Omslagsfoto: YMCA Belarus
Motiv på Nicole Jabroun från Libanon
Tryckeri: KFUM Central
Upplaga: 2.300 exemplar

Centralbladet är en medlemstidning för KFUM Centrals medlemmar. Medlemmar är alla lägerdeltagare och ledare på Ängsholmen, KFUM-gymnaster, spelare och coacher inom KFUM Central Basket, medlemmar inom våra fem körer och två orkestrar, medlemmar i Senior samt direktanslutna medlemmar.

VÄLKOMMEN TILL KFUM CENTRAL

Välkommen att ansöka om medlemskap i KFUM Central. Medlemsavgiften är 50 kronor för barn upp till 16 år, 100 kronor för dig som är 17- 25 år, 200 kronor för 26-65 år och du som är över 65 år betalar 100 kronor. Medlemsavgiften betalas antingen kontant i samband med ansökan eller direkt till vårt bg 623-0056. För mer info kontakta Armineh Karapet, 08-120 114 70 eller armineh@central.kfuk-kfum.se.

ÖPPETTIDER KFUM CENTRAL

Jul och nyårshelgenhelgen 2012-2013

fredag 21 december	08.00 - 15.00
22 december - 6 januari	Café stängt

Begränsade öppettider. Lokalerna öppna för egna verksamheter med ledare.

Ordinarie öppettider fr.o.m. 7 januari

Vardagar	08:00 - 20:30
Helger	10.00 - 17.30

KONTAKT

Reception/bokning:	Annette Spata	08-120 114 00	bokning@central.kfuk-kfum.se
Fax		08-120 114 75	
Kanslichef:	Kerstin ”Kea” Lagerquist	08-120 114 71	kea@central.kfuk-kfum.se
Fastighetsansvarig:	Olle Molin	08-120 114 82	olle@central.kfuk-kfum.se
Verksamhet & information:	Ulrika Alexandersson	08-120 114 73	ulrika@central.kfuk-kfum.se
	John Sternå	08-120 114 78	john@central.kfuk-kfum.se
Ekonomi och fastigheter:	Armineh Karapet	08-120 114 70	armineh@central.kfuk-kfum.se
Café:	Annette Spata & Elena Morini	08-120 114 00	cafe@central.kfuk-kfum.se
Dataansvarig	Björn Henningsson		data@central.kfuk-kfum.se
Ängsholmen:	Klara Söderström	08-120 114 83	klara@angsholmen.org
	Andreas Ekeberg	08-120 114 72	andreas@angsholmen.org
Ängsholmen / Sköna Dar	Sanna Lindström	0768-41 58 98	sanna@central.kfuk-kfum.se
Lägergården Ängsholmen:		08-571 633 94	
Fax lägergården Ängsholmen:		08-571 633 91	
Central Basket:	Victor Sundquist	08-120 114 74	victor@central.kfuk-kfum.se
	Hillevi Stenström	073-664 78 52	hillevi@central.kfuk-kfum.se
KFUM-gymnasterna:	Tova Sörén	08-120 114 76	tova@kfum-ga.se
	Sebastian Löfgren	08-120 114 76	sebastian@kfum-ga.se
Central Gym:		08-120 114 80	info@central-gym.com
Kom Hotel: Receptionen		08-412 23 00	bokningen@komhotel.se

En rörelse som KFUM får aldrig stå stilla, den måste alltid blicka framåt och förändras.

Om vi som förening inte har ett framtidsfokus, riskerar Central att bli ointressant för barn och ungdomar, och så småningom alltmer tyna bort. Det här är en sanning som alla ledare inom Central har att ta som en utmaning.

Temat för årets strategikonferens var just Framtidens utmaningar. Hur vill vi utveckla den verksamhet vi dag har och vad ska vi erbjuda nästa generation för att de ska få en meningsfull fritid? Vilka behov har vi i dag och vilka behov har vi om 10 år? Det var några av dem frågor som ett tjugotal styrelseledamöter och ledare diskuterade en helg i Umeå. Konferensens diskussioner konkretiserades sedan till ett antal punkter som de olika verksamheterna och styrelsen tog med sig hem för att både fundera vidare på och förverkliga. Den här typen av Centralkonferenser är viktiga ur många synpunkter varav jag vill betona vikten och nödvändigheten av samarbete inom Central. Vi har många fantastiska verksamheter som kräver stora insatser av många ideella ledare. Men även det som är bra kan göras bättre och smartare. Öppnar vi upp mer för samarbeten mellan verksamheterna, kanslierna och styrelserna har vi mycket att vinna i form av utbyte av idéer, kunskap och information vilket kommer att leda till en både bättre, effektivare och starkare verksamhet och en ökad gemensam känsla för KFUM Central. Ett led i detta samarbete är att jag kommer att bjuda in alla de som leder de olika verksamheterna till ett ordförandemöte i början på nästa år, ett möte som sen ska återkomma regelbundet. I ett sånt forum kan vi diskutera gemensamma frågor för Central, både frågor som rör pågående verksamhet, men också framtidens. En av våra verkligt stora framtidsutmaningar är Roslagstullprojektet där det är viktigt att alla inom Central känner sig informerade och att vi tillsammans går framåt för Centrals bästa.

Vår strategikonferens i oktober hade vi förlagt hos KFUM Umeå, en förening som har genomfört ett stort förändringsarbete under de senaste åren och nu har ett fantastiskt föreningsliv. Ibland har deras nya verksamheterna inte lyckats som de tänkt, ibland har de fått lägga ner verksamhet, men de har vågat och i många fall lyckats på ett fantastiskt sätt med kreativa lösningar på olika utmaningar.

Det blev en mycket inspirerande och rolig helg och andan av kreativitet, samarbete, lust och med blicken riktad mot framtiden åkte vi hem. Nu väntar arbetet med att förverkliga delar av det som kom fram under konferensen, allt för att ge våra barn, ungdomar och vuxna en meningsfull fritid.

Bengt Arwén
Ordförande KFUM Central

Tillbakablick på Working for Change 2012

Efter en lång tid av planering och uppladdning så gick den med buller och bång äntligen av stapeln i Augusti på Ängsholmen. Vad för något? Jo, den internationella ledarskapskursen Working For Change 2012 såklart!

Working for Change 2012 hålls som en del i det tio år långa samarbete mellan några av KFUK-KFUM Centrals närmaste samarbetspartners: KFUK-KFUM Palestina, Vitryssland och Libanon. Tillsammans spenderade vi, 18 ungdomsledare, 8 härliga dagar tillsammans på Ängsholmen, inne i stan på Central och ute på studiebesök hos Livstycket i Tensta. Temat på kursen var jämställt ledarskap för förändring. Kursen hölls i sann Body, Mind, Spirit-anda och innefattade förutom interaktiva workshoppar på temat jämställdhet och ledarskap traditionella Ängsholmsaktiviteter såsom Flaggberg, Äventyret, Backklättring, Kanot, Bastu och Bad, barbeque med sång, dans och trummor, och Candlelight.

Intervju med Andreas Axelsson, deltagare från KFUK-KFUM Linköping. Av Miranda Myrberg

Andreas, hur skulle du sammanfatta WFC 2012?

En intensiv kurs som var både informativ, berörarande, spännande och fantastiskt rolig! Kursens upplägg bidrog till att deltagarna verkligen fick chans att lära känna varandra men även sig själva och våra åsikter och värderingar som stöttes och blöttes i många glödande diskussioner. Kursledare Miranda Myrberg

förde med inspirerande entusiasm och kunskap kursen framåt och vägledde gruppen hela tiden trots utmaningar som kan uppstå ur kulturella skillnader.

Vad tycker du var bäst med just den här kursen?

Jag tycker att kursens variation och bredd var en av de viktigaste framgångsfaktorerna till att kursen blev så fantastiskt inspirerande. Workshops och diskussioner varierades med seminarier, studiebesök och gästföreläsningar och alla gjordes delaktiga genom att ansvara för delmoment, en metod som jag anser är oerhört viktig för en levande utbildning!

Det var också otroligt kul och se och höra historier och perspektiv från länder och kulturer annorlunda än den svenska och särskilt på ett område som jämställdhet, där Sverige ofta anses ligga i fronten, men som vi fick se inte alltid stämmer överens med verkligheten.

Vilket är ditt bästa minne?

Ett av de bästa minnena var när i stort sett alla deltagare slöt upp till kvällsbastu, med korvgrillning och nattdopp i havet. Ett minne som jag och de andra deltagarna sent ska glömma.

På vilket sätt har kursen stärkt dig som ledare och som individ?

Framförallt gjorde kursen ett stort intryck på mig som en ögon-öppnare, jag har lättare att se könsmaktsordningar i samhället och maktstrukturer. En medvetenhet jag har med mig i min vardag i skola, arbete och i mitt engagemang i KFUM och inte minst i mitt privatliv. Det finns så mycket att förändra och så mycket som behöver diskuteras och belysas, tråkiga strukturer som varken män eller kvinnor tjänar på. För faktum är det att det är fantastiskt mycket roligare att leva med jämställda värderingar och normer än att tvingas in i fack och över/under-ordning bara för att man föds med ett visst kön.

Vad skulle du säga till andra medlemmar som är intresserade av internationella frågor och ledarskap för förändring av rådande maktstrukturer?

KFUM har en oerhörd potential med dess bredd och internationella spridning. För som med de flesta omvälvande förändringar sker de långsamt och över tid och sprider sig underifrån. Däri ligger KFUM:s sprängkraft – och jag kan bara varmt rekommendera flera att delta i WFC om de får chansen, det är en fantastisk möjlighet att få fördjupa sig i jämställdhet och via sitt engagemang och ledarskap i KFUM förändra vårt samhälle till ett mer öppet och jämställt!

Stort tack, Andreas, och lycka till med dina studier i statsvetenskap i Uppsala!
Tycker du att det skulle vara roligt att engagera dig i liknande projekt? Tveka inte att höra av dig till Kea på Central eller Klara på Ängsholmens kansli.

CENTRALS VERKSAMHET NU OCH I FRAMTIDEN

KFUM Centrals årliga strategikonferens gick i år till Umeå. KFUM Umeå är en av KFUMs storföreningar i likhet med Central och mycket bred verksamhet inom idrott, läger men även med fokus på stor social verksamhet.

Fokus på Stratko 2012 var Centrals verksamhet, nu och i framtiden, med hänsyn till de utmaningar och möjligheter som man står inför bland annat med det möjliga bygget av ett aktivitetshus i Roslagstull och försäljningen av Ängsholmen.

Fredagen ägnades åt studiebesök på KFUM Umeås verksamheter, bl.a Dansstudion, Motorgården, lägergården Nydala samt rundvandring i föreningshuset.

Temat för konferensen var förändring och framtid. Syftet med Stratko 2012 var att se framtidens utmaningar tillsammans, få inspiration till vår verksamhet, öka samhörigheten inom KFUM Central och ge inspel till styrelsens verksamhets- och strategiplan.

> ”Temat för konferensen var förändring och framtid. Syftet med Stratko 2012 var att bl.a se framtidens utmaningar tillsammans”.

Frågor om vad som ligger i pipeline och framtida utmaningar diskuterades under ledning av moderator Daniel Eidhagen.

Ideér som kom upp var bl.a skateverksamhet på Ängsholmen tillsammans med The K., gemensamma utbildningar, kalendarier varumärke och kanslifunktioner inom Central. och musikverksamhet för barn.

Björn Halling, verksamhetschef KFUM Umeå, presenterade deras bredd av verksamheter. Den sociala verksamhet som Umeå har på uppdrag av kommunen

gjorde starkt intryck på deltagarna och återkom flera gånger i samtalen under resten av konferensen.

Värdegrunden och Centrals strategiska dokument gicks igenom och gav riktning i framtidsdelen av konferensen. Arbetet fortsatte med två ”ice breaker-lekar” för att värma upp hjärnan att tänka mer kreativt. Deltagarna fick under kort tid rita av varandra och hitta nya sätt att använda en penna. Sen satte visionsdelen av arbetet igång. Deltagarna delades in i fyra grupper och fick i uppgift att skapa ett tidningsuppslag från framtiden som beskriver KFUM Centrals verksamhet. Uppslaget skulle innehålla bilder, texter och intervjuer som skapar en bild av vad Central skulle kunna vara om 10 år. Daniel framhöll att utgångspunkten för allt visionsarbete är att lyfta blicken och sikta så högt som möjligt för att nå så långt som möjligt i sitt arbete.

”Utgångspunkten för allt visionsarbete är att lyfta blicken och sikta så högt som möjligt för att nå så långt som möjligt i sitt arbete”.

Generellt präglades gruppernas arbete av det uttalade syftet med konferensen, att hitta synergier mellan verksamheterna samt utifrån inspiration av KFUM Umeå. Tillsammans skapade uppslagen en fin bild av ett framtida KFUM Central som bland annat lyckats med ex. att bygga ett aktivitetshus vid Roslagstull, köpa Ängsholmen, hotellet utvecklar sin verksamhet, musikverksamheten för barn tar plats i Central och den nya konserthallen i Roslagstull, KFUM Central står värdar för VM i gymnastik, kulturen tar större plats i föreningen, ny restaurang i Roslagstull samt Centrals café går med vinst.

Söndagens morgonsamling leddes av Jesper som hade med sig tacksamhetsstenar som man uppmanades att ha i fickan som påminnelse för det man är tacksam för.

Konferensen fortsatte på söndagen och tillsammans producerades över 200 idéer som bearbetades till ett antal teman. Nästa steg blev att deltagarna fick i uppgift att välja de teman som de brann mest för och utveckla. Några exempel som kom fram var bl.a gemensam almanacka, kansliadministration, öppna träffar inom Central, nytt hotell, expandera Ängsholmen, skapa Kulturskolan och gemensamt KFUM Central medlemskort .

Centrals ekonomi presenterades. Fokus sattes på var pengarna kommer ifrån och hur de går vidare till verksamheterna. Parkerade frågor från konferensen lyftes och diskuterades. Bl.a K:et i KFUM och i särskild relation till hur man presenterar det för kommuner och andra samarbetspartners, miljö och miljöcertifiering av de olika verksamheterna, framförallt caféet och Ängsholmen, fortsatt underhåll av lokalerna samt krisberedskap.

Syftet var att se framåt, få inspiration, öka samhörighet och lägga grund för ny strategiplan. Med tanke med allas engagemang och delaktighet i konferensen blir det spännande att följa KFUM Centrals framtida arbete. ***Dokumentationen för Strategikonferensen 2012 finns på www.central.kfuk-kfum.se***

Deltagare i konferensen: Bengt Arwén (ordförande KFUM Central), Svante Bengtsson (basket), Thomas Lycke (MUSK), Torbjörn Brown (Kom Hotel), Matilda Rosén (Ängsholmen), Daniel Eidhagen (moderator), Annette Spata (Centrals café), Henrik Feldhusen (KFUM Central och bolagsstyrelserna), Anders Håkansson (MUSK), Sophie Degenne (gymnasterna), Michael Lagerkvist (KFUM Central), Jacob Degenne (gymnasterna), Kajsa Carlsson (KFUM Central), Jesper Fröberg (The K), Kea Lagerquist (KFUM Central), Karolina Lagerquist (Ängsholmen), Tamim Mirzad (Kom Hotel), Ulla Mårtensson (Senior), Sanna Lindström (Ängsholmen), Anki Ericson (KFUM Central), Lena Rydhäll (KFUM Central), Elena Morini (Centrals café) och Ulrika Alexandersson (KFUM Central).

TAJMOUT

PRMO-EDITION

KFUM CENTRAL BASKETS MEDLEMSTIDNING. #2 2012/2013

Sportlife
MAKES YOU FEEL GOOD

Erbjudande!

Sportlife Tegnérgatan erbjuder KFUM Basket träning till kanon pris. Sportlife är idag en Sveriges snabbast växande friskvårdkedjor. Träna på 11 klubbar i Stockholm, drygt 70 st i Sverige, Gruppträning Gym och Kondition med 30%* rabatt på våra GULD kort.

Bli medlem från 298 kr / månaden!
Kontant Guld 12 månader 3570 kronor (ord. Pris 5100 kr) klubbavgift 100 kr tillkommer. Autogiro Guld 12 månader 298 kronor* / månad (ord. Pris 425 kr) Klubbavgift 295 kr.

Erbjudandet gäller med uppvisande av KFUM kortet.

* Se hemsida www.sportlife.se för fullständiga avtalsregler. Detta erbjudande gäller autogiro med 12 månaders bindningstid. Kortet går att frysa max två månader vid ett tillfälle till en kostnad av 100 kr. Två månaders uppsägningstid. Gäller region Stockholm, Göteborg, Skåne, Halland och Jönköping.

Nina är ny i Central men har spelat basket i 16 år varav 4 på Collage. Hon har spelat i 08 Stockholm men gick till Central för att trappa ner lite och spela basket med kompisar och ha roligt.

-Jag har aldrig riktigt haft någon förebild, men mina föräldrar är nog det närmaste man kan komma. Collage har hjälpt mycket, men mest mentalt. Man måste ta hand om allting själv och man kan inte ge upp.

Nina fick erbjudanden från utlandsklubbar i hela Europa när hon kom tillbaka från Collage men hon ville trappa ner så hon tackade nej. Idag säger hon att det kanske hade varit roligt att spela utomlands några år men hon ångrar inte sitt beslut.

Hennes bästa tips för att bli bättre är att titta på äldre som spelar, och ta hjälp av de med mer erfarenhet.

KOMMER INOM KORT TILL EN HEMSIDA NÄRA DIG! WWW.KFUMCENTRAL.SE

1952 bildades basketsektionen inom KFUM Central. Idag är vi en bit på vägen och ser framemot minst 60 år till! Som en av Sveriges tre äldsta basketföreningar så passade vi på att fira lite den 22 september. Dagen började med jubileumsturnering, mingel och annat på KFUM, innan vi möttes upp under kvällen på Mariatorget.

Det var en fantastisk dag och natt med över 300 unga som gamla centralare möttes upp och pratade minnen, vissa var med och lirade i jubileumsturneringen på KFUM och andra minglade. Många gamla medlemmar dök upp för att kolla in de, för dem, nya lokalerna och för att träffa sina gamla lagkamrater. Det blev mycket skratt, utbyten av minnen och nya bekantskaper!

På kvällen var det dags för fest! Royal Big Band och gamla centralaren DJ Patti stod för underhållningen i en lokal som fullständigt skrek Centralandan med matchlinnen och gamla bilder som prydde väggarna! God mat och dryck, ett väl genomfört tal av Herr Claes Britton gjorde det lilla extra.

Vi vill tacka våra partners som gjorde kvällen möjlig: KOM Hotel, KFUM Central, Areim, Equator, Christer Gardell, Triumf glass, Willy Ohlssons eftr., Compricer, A1 arkitekter och Solsidan öl.

KFUM Ängsholmen/Sköna Dar

VILL DU ÅKA PÅ LÄGER MED SKÖNA DAR?

Vill du komma på läger med Sköna Dar? Gå då in på www.skonadar.se eller kontakta Sanna Lindström på sanna@central.kfuk-kfum.se eller 0768-41 58 98.

Under höstlovet höll Sköna Dar läger ute på Ängsholmen. Under två härliga höstdagar var grupper ute på ön och fick klättra på backar, delta i äventyret och gå hörhöjdsbana. Tack alla deltagare och ledare för fina skärgårds-dagar med mycket skoj!

TILLBAKABLICK PÅ SOMMAREN PÅ BJÖRNÖ

Utbildningsresa till KFUK-KFUM i Norge

Den 19-21 oktober anordnade Ängsholmens utbildningsgrupp en resa till Norge. 19 ledare från Ängsholmen och Sköna Dar deltog.

Resan inleddes på fredagen med ett studiebesök till Ronningens folkhögskola i Oslo, som ägs av KFUK-KFUM. Vi var där för att lära oss mer om Ten Sing, som är KFUK-KFUM Norges största verksamhet. Först fick vi prata med några elever på Ten Sing Norway-linjen (ettårig utbildning inom Ten Sing), därefter såg vi deras genrep av en stor show.

Man behöver verkligen inte åka långt för att bredda sina perspektiv på KFUM! Mötet med Ten Sing blev en ögonöppnare för många, eftersom K:et är så mycket starkare i Norge. Senare på kvällen, när vi kommit fram till lägergården Knattholmen, hade vi ett intressant diskussionspass kring skillnaderna mellan norska och svenska KFUM.

Lördagen bjöd på en omfattande och intressant rundvandring på lägergården. Därefter hade vi två olika aktivitetspass: Flottbygge och Kjempehuske. Kvällen ägnades åt ett diskussionspass om medlemsrekrytering.

På söndagen knöt vi ihop alla trådar, innan det var dags för avresa. Helgen blev mycket givande. Denna gång var många unga ledare med, vilket var värdefullt. Under helgen kläcktes många bra idéer, nya kontakter knöts och arbetsgrupper skapades.

Vi tackar Central för det generösa bidraget till denna utbildning!

Klara Söderström
Lägerkonsulent Ängsholmen

KFUM Gymnasterna

EM I TRUPPGYMNASTIK

Oktober 2012 och det är Europa Mästerskap i truppgymnastik för både seniorer och juniorer. I seniorklassen representerades Sverige av landslag vilka togs ut i början på året. I juniorklassen var det klubblag som kvalificerat sig till detta. Tyvärr hade inte Sverige något herrlag med, varför vi då ansökte om att sätta ihop ett Sverigelag.

I juli fick jag klartecken om att detta lag fick representera Sverige så tiden var knapp. Jag ansvarade för projektet och därmed för Sveriges juniorherrlag. 25 killar från 11 olika föreningar runt om i landet deltog i projektet. 2st av gymnasterna som deltog, Edvin och Albin, kom från KFUM-gymnasternas juniortrupp.

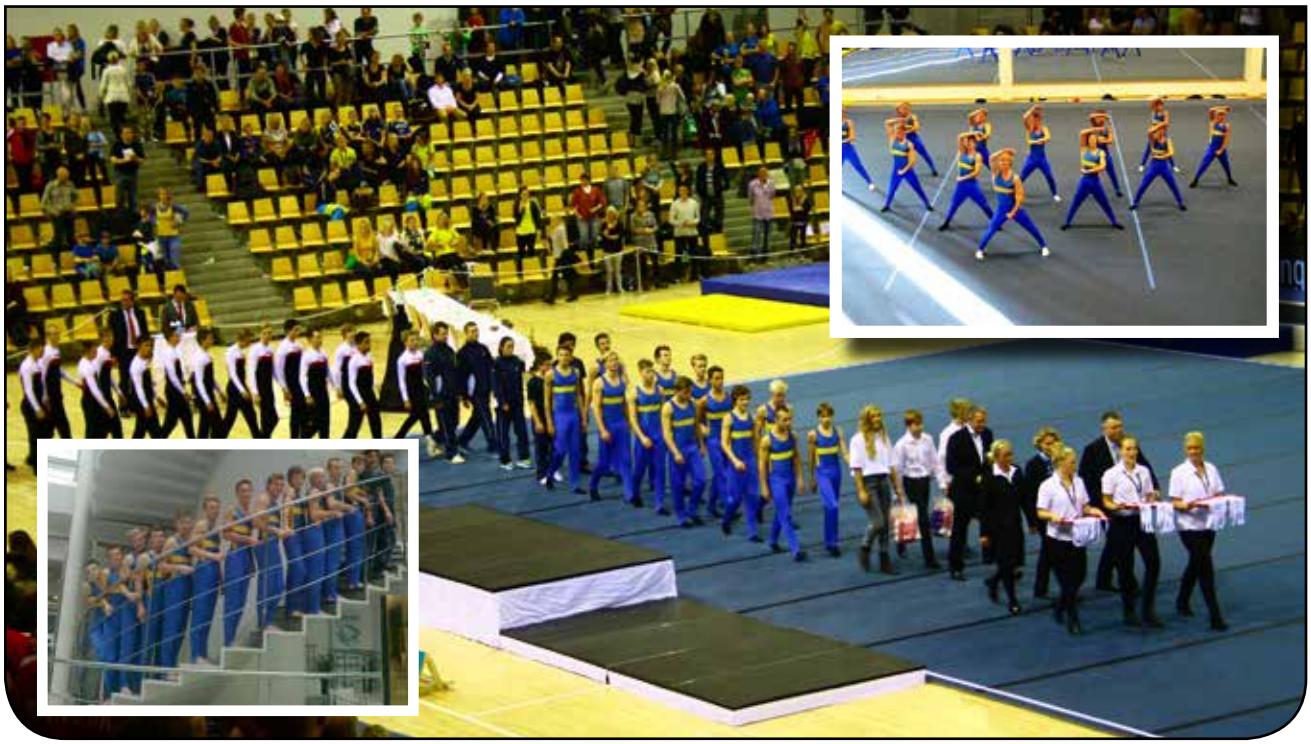
Vi lyckades få till 4 läger då vi kunde träna tillsammans. Däremellan tränade grabbarna hemma i sina klubbar. Fristående övade de på egen hand utifrån en video som alla kunde titta på. Intensiteten på lägren var hög. Vi hade mycket som skulle hinnas med att gås igenom och tränas på under varje tillfälle. Det blev långa dagar men stämningen och viljan var god. Gymnasterna kämpade bra, ledarna var ambitiösa och stämningen var alltid på topp.

Det blev långa dagar men stämningen och viljan var god.

Med den korta tid som laget hade tillsammans är vi mycket stolta över det som presterades på tävlingsgolvet. Laget gjorde mycket bra ifrån sig. Både våra KFUM gymnaster tog en plats i tävlingslaget och var med och tävlade. Det har varit mycket slit men med stor glädje som jag drivit projektet JEM 2012 för herrar.

Sverige åkte hem från EM med medalj i samtliga 6 tävlingsklasser. KFUM-gymnasterna fanns inte bara representerade i juniorherrlaget utan även i seniorklassen där vi hade Niklas med i herrlandslaget och Hampus, Zakaria och Tobias med i mixlandslaget.

/ Tova Sörén



JUNIOR-EM 2012

Jag är alltid nervös, väldigt nervös, inför och under tävlingar. Ibland är jag så nervös att när jag springer så känner jag inte mina ben. Men den här gången var det annorlunda.

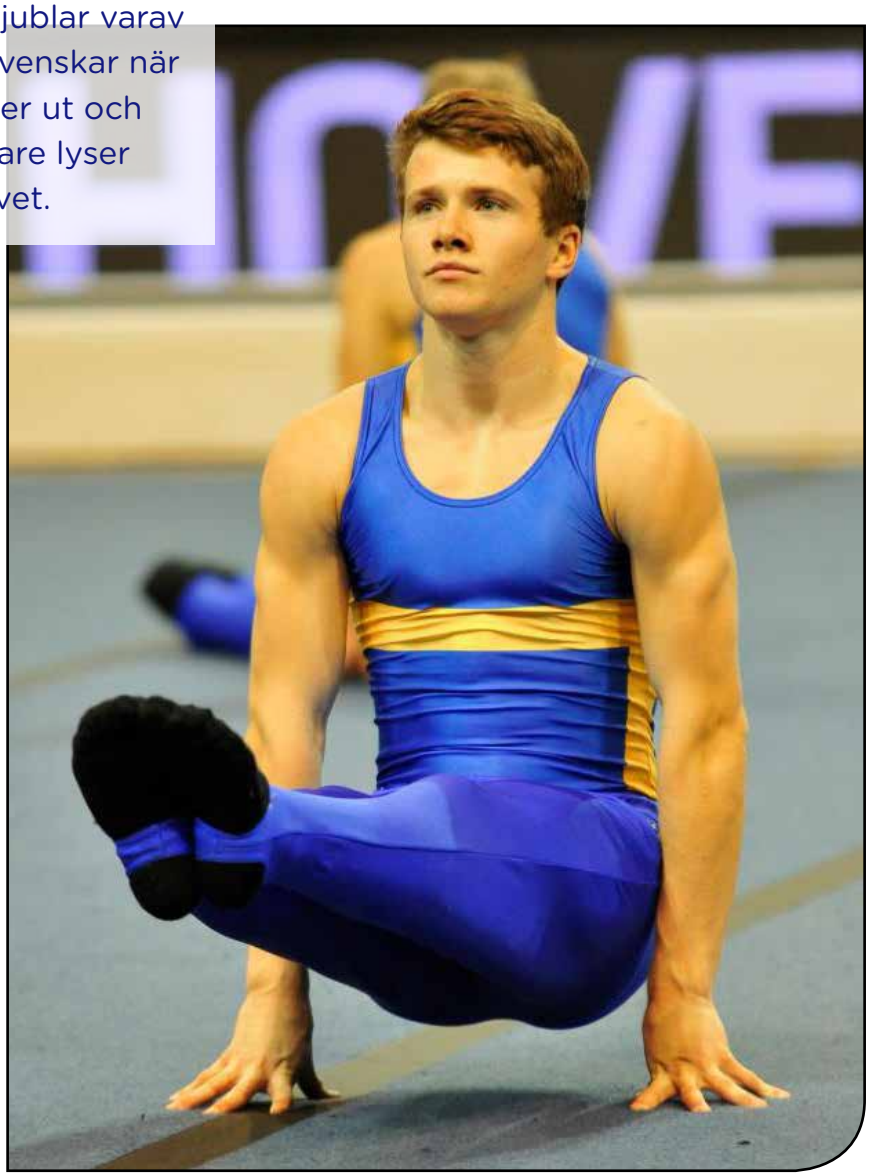
Vi var från början 25 grabbar som var med i laget, vi skulle bli 14 som ingick i tävlingslaget. Vi kom från olika delar av Sverige: Skåne, Stockholm, Falun, Västerås m.m. Under månaderna vi tränade tillsammans blev vi ett lag och jag fann mig själv i gruppen väldigt snart. Vi hade inte lång tid innan vi skulle åka till Danmark men vi hann träffas vid 4 tillfällen för att träna ihop. Sista gången vi sågs tränade vi 3 dagar i rad för att sen åka över Öresundsbron till Århus i Danmark. Jag var nervös som jag brukar vara, även fast jag var säker på det jag skulle göra på tävlingsgolvet. För varje timme som gick stegrades nervositeten.

Tills vi kom till tävlingsdagen, när vi stod i tunneln ut till golvet och det var 3 minuter till vår tur att springa ut till ”Thunderstruck” med AC/DC. Jag var inte nervös längre, istället för att vilja springa för livet och gömma mig under en säng ville jag ut, jag ville tävla!

5000 åskådare på läktaren jublar varav många svenskar när vi springer ut och strålkastare lyser över golvet. När Isac ställer sin överslag sträckvolt med 1,5 skruv på sista trampettvarvet på stiger publikens jubel och vi joggar ut efter att gjort en bra tävling, kanske mitt livs bästa tävling, åtminstone den roligaste jag tävlat! Vi förlorade silvret till Norge även fast vi slog dem i kvalet, det var surt men jag var ändå stolt över vår insats.

/ Edvin

5000 åskådare på läktaren jublar varav många svenskar när vi springer ut och strålkastare lyser över golvet.



Edvin är 16 år och har varit gymnast i KFUM i 5 av de åren.

Bom día!!

”Genom möten med Sveriges nationella delegation ökade vi även vår förståelse för Sveriges mål i förhandlingarna, EU:s övergripande arbete och de konkreta problem som uppstått under processen i Rio de Janeiro”.

Tidigare i sommar åkte jag tillsammans med tre övriga svenskar (Marcus Gustafsson, Sofia Widén och Annika Hagberg) till samban och fotbollens Mecka, själva ste Guds stad – Rio de Janeiro, Brasilien. Syftet var att delta i FN:s toppmöte kring hållbar utveckling; Rio+20, samt en YMCA Dialogue. Nedan följer ett utdrag och en mindre omskrivning av den gemensamma rapport vi skrivit om vår fantastiska resa.

Som en del av idén att utveckla KFUM i en riktning mot omfattande aktivt arbete för socialt-, ekonomiskt-, och miljömässigt hållbar utveckling skickades en delegation bestående av jag och tre till personer till Rio i Brasilien, för att delta i en dialog i World Alliance of YMCAs (WAYs) regi med ca 30 andra delegater från sju länder (16-19 juni), samt delta i FN-konferensen Rio+20 (20-22 juni).

Syftet med resan var att öka vår kunskap och erfarenhet kring YMCA som världens största ungdomsorganisation; hur man kan få YMCA att vara en föregångare och en stark röst i arbetet med att främja hållbar utveckling; få insikt i hur FNs arbete för hållbar utveckling fungerar och hur vi bäst kan påverka det genom att stärka ungdomars röst under förhandlingarna; samt knyta kontakter med de andra delegaterna och därigenom främja ett aktivt globalt nätverk för hållbar utveckling.

I Brasilien bodde vi en bit utanför citycentrat på en ö som hette Ilha do Governador, hos ACM Ilha (KFUM) föreningsanläggning.

> ”Intressant att barnen i Brasilien ställer exakt samma frågor som barnen här hemma; Hur lång är du? Hur hög är korgen? Kan du dunka? Hur länge har du spelat”?

Första dagen lärde vi känna varandra genom teambuilding och sightseeing i Rio de Janeiro; samt besökte People’s Summit, en alternativ världskonferens som pågick samtidigt som Rio+20.

Andra dagen innebar hjärnarbete; vi tillbringade hela dagen i YMCA Ilhas kapell som fick tjäna som konferensrum. Alla länders delegationer turades om att berätta vad deras lokala och nationella YMCA gör, samt vilka de huvudsakliga hållbarhetsutmaningarna är i deras hemländer. Vi i den svenska delegationen berättade bl.a. om Y Climate Action och vårt internationella arbete vid klimatförhandlingarna (COP15-17). Därefter diskuterade vi i smågrupper och framförde idéer för hur den globala YMCA-rörelsen skall kunna arbeta för hållbar utveckling. Under eftermiddagen ansvarade vår delegation för ett antal presentationer kring Rio +20:s bakgrund och dess viktigaste dokument och diskussionspunkter, vilket var mycket uppskattat av övriga deltagare.

Tredje dagen innebar praktiskt arbete och vi besökte ett grannområde till YMCA Ilha för att plocka skräp i deras mangroveträsk. Ett kommunalt stöttat projekt har lett till att mangroveträsket vuxit avsevärt de senaste 20 åren, blivit mycket renare och därmed lockat tillbaka djurlivet till de lokala fiskarnas glädje. På eftermiddagen besökte vi en lokal skola och svarade på barnens frågor om vilka vi var, om Rio+20 och varför konferensen var så viktig. Väl inne klassrummen passade jag på att ”impa” genom att köra min presentation rakt igenom på portugisiska, till alla elevers förvåning. Tyvärr kunde jag inte svara på följdfrågorna och fick återgå till tolk. Att jag spelade basket var väldigt hett, vilket betydde att de flesta frågorna handlade om det. Intressant att barnen i Brasilien ställer exakt samma frågor som barnen här hemma; Hur lång är du? Hur hög är korgen? Kan du dunka? Hur länge har du spelat? Har du tjej?

Under de påföljande tre dagarna (20-22 juni) pågick FN:s konferens med regeringschefers deltagande. Vi fick goda insikter både vad gäller FN:s system och de många utmaningar som politiker och civilsamhället står inför i dagens läge.

Genom möten med Sveriges nationella delegation ökade vi även vår förståelse för Sveriges mål i förhandlingarna, EU:s övergripande arbete och de konkreta problem som uppstått under processen i Rio de Janeiro.

Under samtliga dagar uppdaterade vi vår blog (yclimateaction.blogspot.com), Twitter och flera Facebook grupper. Från svensk sida organiserade vi dessutom YMCA:s 90 minuter långa sido-event i konferensbyggnaden den 21 juli. Vi hade bjudit in två miljöministrar, Sveriges miljöambassadör och en FN-representant till en panel-debatt kring ungdomsdeltagande och konferensens kärnfrågor. Dessutom hölls tal från varje representerat land i KFUM Dialogen och eftersom Argentinas delegat var 40+, kände han inte för att prata i ett utpräglat ungdomslett event, vilket ledde till att jag fick hålla talet istället. Sido-eventet som helhet förlöpte mycket väl och tillät oss knyta värdefulla kontakter, framföra vårt eget budskap till politiker och bidrog starkt till att öka YMCAs närvaro vid konferensen.

I det stora hela så var resan till Brasilien en fantastisk upplevelse och ett oförglömligt minne. Jag har fått delta i ett fruktansvärt stort världsevent, träffat engagagerade ungdomar från alla världsdelar och skapat nya vänner. Jag har också fått uppleva en av jordens mest spännande städer där jag dansat samba på Copacabana och blickat över staden från Jesustatyn. Eller vad sägs om en riktigt svensk midsommar på taket av Marriiott hotel vid Copa tillsammans med representanter från utrikesdepartementet och riksdagen….

Saudáde! Philip Aluko

Centrals symfoniorkester Pro Musica för Syriens barn

Ohyggliga upplevelser präglar de hundratusentals syriska barn, som nu bor i flyktingläger. Pro Musica vill med sin julkonsert samla resurser för att lindra och hjälpa.

Foto: Jonathon Burch resp. Gunnar Wesley

Konflikten i Syrien skapar en obeskrivlig tragik. Den kanske största skadan drabbar barnen, som finns i olika flyktingläger. Eftersom de är barn är konsekvenserna på längre sikt oöverskådliga. Barn som sett sina föräldrar mördas, som själva utsatts för misshandel och tortyr och som skadats av direkta krigshandlingar - hur kommer de att utvecklas till vuxna?

Det senaste året har hundratusentals barn och unga tvingats fly från kriget i Syrien för att söka skydd i olika flyktingläger. Det är barn som inte bara ryckts upp från hem, familj och vänner, utan även förlorat sin bild av hur en trygg framtid skulle se ut.

Centrals egen symfoniorkester Pro Musica har nu tagit ett initiativ för att lindra och hjälpa. Tillsammans med organisationen Clowner utan Gränser, solist och kör spelar och sjunger man den 15/12 en julkonsert – Jul utan Gränser - där behållningen går till att ge de syriska flyktingbarnen drömmar, hopp och glädje. Clowner utan Gränser använder humor och lek i sitt arbete med krigsdrabbade barn runtom i världen, för att upprätthålla människovärdet och som ett sätt att ge barnen möjligheter att utvecklas. Det är en djärv satsning av orkestern, men kombinationen av ett fantastiskt program och det angelägna syftet har skapat extra entusiasm i orkestern.

Under ledning av Glenn Mossop samlas mer än hundra musiker, sångare och artister. Vår symfoniorkester Pro Musica med sitt sextiotal skickliga och

engagerade fritidsmusiker strålar samman med Helene Sureborgs Kammarkör, som utgörs av alumni från Kungsholmens Musikgymnasium, och Hillevi Martinpelto, som är en av våra främsta operasångerskor. Clowner utan Gränser bidrar de med akrobater, ekvilibrister och magiker.

Kännetecknande för Pro Musica är den höga ambitionsnivån, och det gäller också programmet. Tillsammans med kör och solist bjuder Pro Musica på en musikalisk resa genom tid och rum. Clowner, akrobater och andra artister framträder till musiken ur Nötknäpparen och tar på sig en röd näsa tillsammans med renen Rudolf. Under konsertens 60-70 minuter avlöses uppsluppna symfoniska fantasier av stillsamma sångstycken.

Drömmar, hopp och glädje är aldrig så viktiga som just nu. Att påminnas om hur det känns att sprudla av skratt och överväldigas av fantasi kan förändra så mycket. Att ge 40 syriska flyktingbarn ett möte med clowner, akrobater och magiker kostar så lite som 200 kronor, men kan vara en upplevelse som förändrar livet. Bjud någon du tycker om på en musikupplevelse utöver det vanliga. Samtidigt skapar du förutsättningar för ett möte som kan förvandla krigets kaos till magi.

– Jul utan Gränser - där behållningen går till att ge de syriska flyktingbarnen drömmar, hopp och glädje.

Konserten äger rum i Gustav Vasa kyrka 15 december. För att många skall få möjlighet att komma, spelas två föreställningar, kl 15 respektive kl 18.
Biljetter till detta arrangemang kan du boka genom www.biljettnu.se. Konserten är lämplig från cirka 7 år. Sprid gärna information om konserten genom att gilla Symfoniorkestern Pro Musica och konserten på facebook och bjuda in dina kompisar!

Läs mer om konserten på julutangranser.com. Där finns även en kort film som visar hur intäkterna används (fliken trailer).

Anders Hjerpe, ordförande Pro Musica

NOTISER

Världens Barn
Radiohjälpen 90 1950-6

INSAMLINGEN FÖR VÄRLDENS BARN GAV 78,5 MILJONER

lördagen den 13 oktober kulminerade insamlingen för Världens Barn 2012. För stadsdelen Norrmalm samlades det totalt in 112.680 kronor. KFUM Central har en aktiv del i insamlingsarbetet i stadsdelen tillsammans med IOGT-NTO, Röda Korset, Rädda Barnen, UNICEF, Föräldrarlösa barn/Adobtionscenter, Svenska kyrkan, Lions samt ett flertal enksilda personer. Från KFUM Central deltog enskilda personer, KFUM Ursus Kammarkör genomförde en konsert till förmån för Världens Barn och Kom Hotel hade insamling. Ett stort tack till er alla som ställde upp!

KFUM Ursus Kammarkör

Glada insamlare på Rosengatan

THE K

Nu har The K 50 barn som är aktiva medlemmar och glädjande nog en har en handfull tjejer hittat till KFUM Central på fredagskvällarna.
KFUM Centrals styrelse har beslutat att The K fortsätter under hela vårterminen 2013

Morgongymnasternas verksamhet

Morgongymnasternas verksamhet behöver bli mer känd. Den äger rum i gymnastiksalen och omfattar bl.a följande:
Vi promenerar, joggar och springer som inledande uppvärmning. Pianomusik leder oss rytmiskt genom hela gymnastikprogrammet. I stående position tränas kroppens olika muskler från topp till tå. I det så kallade golvpasset följer en rad specialövningar och i vissa skeden av programmet sjunger vi olika visor till övningarna. Det sista övningspasset äger rum vid ribbstolarna.
Det är ett mycket väl genomtänkt gymnastikprogram. Alla gör övningarna efter bästa förmåga beroende på ålder och möjlighet. Efter gymnastiken står bastu och dusch till förfogande. Gruppen består för närvarande av 13 deltagare, damer såväl som herrar. Träningen äger rum tisdagar och fredagar kl. 07.30 - 08.15
Nya deltagare vill vi morgongymnaster gärna hälsa välkomna och vi är övertygade om att den här gymnastiken är viktig för såväl ande, själ och kropp.
Kontaktman: Folke Larsson 08-649 37 55
Vårterminen börjar den 11 januari 2013

JULKONSERT

Onsdag 19/12 kl 19 i Klara kyrka, Klara Östra Kyrkogata 7

JULFEST

med KFUK-KFUM Central Senior
Torsdagen den 13 december 2012 kl. 12.00 i Spelgelsalen
Som vanligt håller vi på traditionerna och börjar med Luciatåg av elever från Backebo skola. Tillsammans sjunger vi några av julens sånger under ledning av Inga Tobiasson.

Så får vi njuta av sång och musik av sångare från KFUM-kören och Ronney Magnusson. Naturligtvis blir förtäringen gröt, skinksmörgås, kaffe och pepparkakor. Lotteri!
Kostnad 60 kronor. Ta gärna med vänner.

Vi kommer att ha försäljning av vårt nya julkort, fredsljus, böcker, scoutalmanacka m.m.

Anmälan senast tisdagen den 11 december, till KFUM Central: 08-120 114 70 eller armineh@central.kfuk-kfum.se

Varmt välkomna ! /KFUK-KFUM Central Seniors stvrelse

YMCA EUROPE FESTIVAL
4-10 AUGUST 2013
PRAGUE / CZECH REPUBLIC

Den tredje YMCA festivalen äger rum i Prag mellan den 4-10 augusti 2013, tema ”Love to live”. En festival som förväntas dra upp emot 10 000 deltagare och besökare och som erbjuder konserter, workshops, föreläsningar, sportevenemang, nya aktiviteter mm mitt i centrala Prag. Festivalerna som tidigare har ägt rum 2003 och 2008 har besökts av 350 -500 svenska medlemmar och totalt ca 4000 -6000 ungdomar från hela Europas YMCA-föreningar. Festivalen är för alla men målgruppen är framförallt ungdomar. KFUM Central har förbokat 50 st. biljetter till festivalen, som omfattar kost, logi och entrébiljett under festivalens alla dagar. Resan tillkommer. Biljetterna fördelas främst på Ängsholmen, Basket, Gymnaster och MUSK. Ett antal biljetter finns även till övriga medlemmar inom Central.
Är du intresserad av att åka och även att vara med i planeringen av Centrals resa eller till och med bidra med något i festivalen? Då hör du av dig till Kea Lagerquist eller Ulrika Alexandersson.

TILL FÖRSÄLJNING I JULETID

**NU ÄR ÅRETS NYA JULKORT HÄR.
STÖD KFUM CENTRALS INTERNATIONELLA ARBETE I FRAMFÖR ALLT BELARUS.
MED MOTIV AV ZANDRA LAVERACK**

FINNS ATT KÖPA I RECEPTIONEN PÅ ROSENGATAN 1

B

SVERIGE

PORTO BETALT

STÖD VÅRT INTERNATIONELLA ARBETE I ÖSTEUROPA!

Vår julinsamling i år går till vårt internationella arbete i Ukraina och Vitryssland, där YMCA och YWCA förebygger kriminalitet, missbruk och utanförskap.
Genom scouting, idrottsaktiviteter, socialt arbete och internationella utbyten utvecklas unga människor till modiga och aktiva medborgare. Vårt stöd är viktigt!
Sätt in en gåva på PG 901855-7
eller sms:a KFUM till 72970
och ge 50kr.

KFUM

FEST I ADVENT

TISDAGEN DEN 11 DECEMBER

KFUK-KFUM Centrals internationella kommitté inbjuder till en härlig fest för alla åldrar.
Julsånger, fiskdamm, uppträdande för barnen, pyssel, lotterier med fina vinster samt lite försäljning.
Det serveras Tomtegröt, värmande glögg, hembakade lussekatter, läckrasmörgåsar, julmust och kaffe.

Maten ingår i inträdet;
100 kr/vuxen (inkl. 1 barn), därefter 25 kr/barn.
Tid: 16.30 - ca. 19.00 Spegelsalen,
Rosengatan 1, Sthlm
Ingen föranmälan. Alla är välkomna!

KFUM

Välkommen till KFUM-körens

ADVENTS - OCH JULKONSERT

Lördag 8 december 2012 kl 15.00 och 18.00
i Maria Magdalena Kyrka
Bellmansgatan 13, hörnet Hornsgatan, T-Slussen

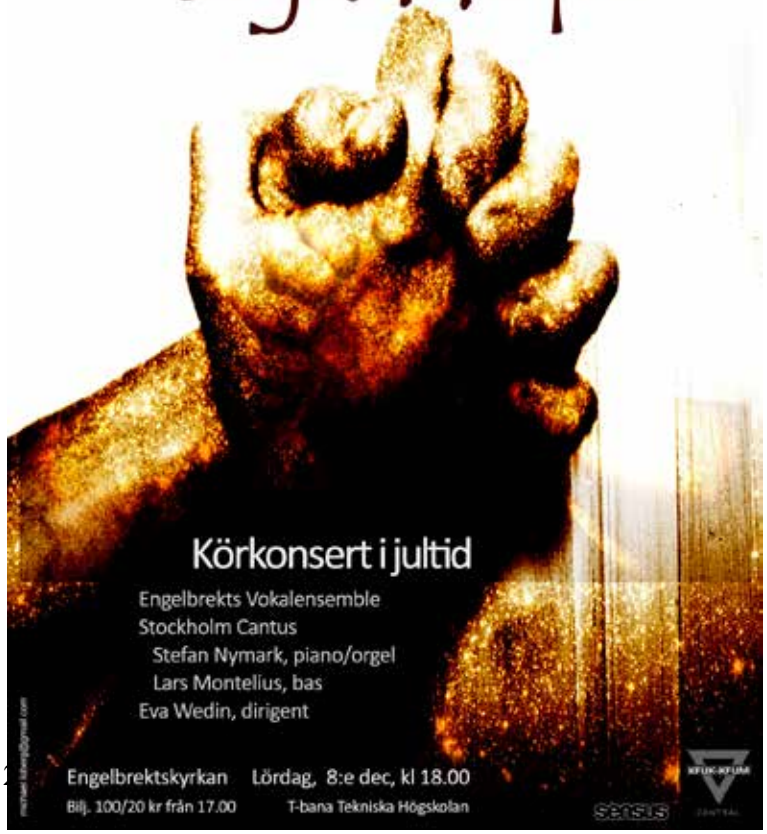
Rebecca Rasmussen, sopran
Magnus Billström, baryton
Mathias Kjellgren, dirigent

Instrumentalister
Claes Brodda, sax
Erik Dahlberg, vibrafon
Arne Wilhelmsson, bas
Hasse Carlsson, trummor
Johannes Skoog, orgel

Biljetter 150 kr
beställ via e-mail: biljetter@kfumkoren.se
eller betala vid entrén

arrangeras av KFUM-kören i Stockholm. Sponsras av Kom Hotel och Sensus Studieförbund.
Reservation för ändringar i programmet.
KFUK-KFUM Central Rosengatan 1, 111 40 Stockholm Tel 08-412 23 70 Fax 08-412 23 75

sensus

BEST WESTERN KOM HOTEL

Kom Signade jul