01 2014 central bladet

ÄNGSHOLMEN
BASKET
GYMNASTIK
MUSIK
INTERNATIONELLT
SENIOR

Medlemstidning för KFUM Central

01 2014 central bladet

KFUM Central

2. Innehåll
3. Ordförande har ordet
4. Information från KFUM Central
6. Sommarens möjligheter

KFUM Ängsholmen/Sköna Dar

8. Utbildningshelg, Miljöcertifiering

KFUM Gymnasterna

10. Riksmästerskap, Ledarresa

KFUM Central Basket

12. Ledarresor

Internationellt

14. Med hjärta för internationella relationer
16. Världsrådsmötet i Klippiga Bergen
18. Reseberättelse Guatemala
20. Olive Tree Planting
22. Mitt livs häftigaste upplevelse

KFUM Central

24. Modigt ledarskap
25. Karin Olsson - ny generalsekreterare
26. Möjlighet till nytt internationellt utbyte
    KFUK-KFUM Central Seniors vårutfärd

Körer och orkestrar

27. Camilla Gölstam ny körledare

CENTRALBLADET

Nummer 1 2014
Ansvarig utgivare: Bengt Arwén
Redaktion/Layout: Ulrika Alexandersson
Omslagsfoto: Ulrika Alexandersson
Peder Winblad och Oscar Israelsson vandrar Lagunvägen på Ängsholmen
Tryckeri: KFUM Central
Upplaga: 2.500 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 sex 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

Avikande öppettider:

Fredag 6 juni (Rose café stängt)	09:30 - 17.30
Fredag den 20 juni	Stängt
Lördag den 21 juni	Stängt
Söndag den 22 juni	Stängt
23 juni - 15 augusti; vardagar	10.00 - 16.00
23 juni - 17 augusti; helger	Stängt
Rose café 19 juni - 17 augusti	Stängt

Ordinarie öppettider

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

KONTAKT

Reception/bokning:	Leila Siivola	08-120 114 00	reception@central.kfuk-kfum.se
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
Verksamhetskoordinator:	Nils Haag	08-120 114 73	nils@central.kfuk-kfum.se
Verksamhet & information:	Ulrika Alexandersson	08-120 114 73	ulrika@central.kfuk-kfum.se
Körledare barnkör	Camilla Gölstam		camilla@central.kfuk-kfum.se
Ekonomi och fastighet:	Armineh Karapet	08-120 114 70	armineh@central.kfuk-kfum.se
Dataansvarig	Björn Henningsson		data@central.kfuk-kfum.se
Ängsholmen:	Katarina Granander	08-120 114 83	katarina@angsholmen.org
	Andreas Ekeberg	0736-54 00 57	andreas@angsholmen.org
Ängsholmen / Sköna Dar	Sanna Lindström	08-120 114 72	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
Rose Café	Tamim Mirzad	08-412 23 01	tamim@komhotel.se
Kom Hotel: Receptionen		08-412 23 00	bokningen@komhotel.se

Vi erbjder meningsfull fritid för barn och vuxna

”Målet för vår verksamhet är att skapa en meningsfull fritid för såväl unga och vuxna och låta våra medlemmar växa som människor. Så kan man sammanfatta KFUM:s målsättning i en mening.”

Uppfyller vi då dessa mål? Ja, jag skulle tveklöst svara ja på den frågan. Läser man årsberättelsen, där all vår verksamhet från förra året beskrivs, erbjuder vi enormt mycket meningsfull verksamhet för både barn, ungdomar och vuxna och vi är i dag en stor förening med över 2.700 medlemmar, och antalet ökar. Och nog har vi många möjligheter att låta våra medlemmar växa som människor och skaffa sig kunskap som man kan bära med sig resten av livet. Jag tänker då på alla ledare vi har och den utbildning på olika nivåer som de får, de internationella kontakter vi har genom de internationella projekten och utbyten mellan KFUM runt om i världen. Men också det ideella arbete som många av oss lägger ner i utskott, styrelsearbeten, arbetsgrupper etc ger oss alla kunskaper om vad mycket bra saker vi kan uträtta tillsammans.

Den verksamhet vi har ändras över tid. Några läggs ner och andra tillkommer. Nu har vi under våren välkomnat KFUM Central Sportcenter som en nya förening inom KFUM Central. De har presenterat en bra idé om att främja barn och ungdomars möjlighet att utvecklas sin fysiska förmåga där man använder den egna kroppen som redskap och därigenom förbättra kondition, styrka m.m. KFUM Central Sportcenters verksamhet vänder sig till alla intresserade medlemmar, och förstås nya, och kommer att bedriva sin verksamhet i vårt gym med start redan i höst. Så håll ögonen öppna, det här kommer att bli riktigt bra och ett tillskott till all annan verksamhet.

En annan ny verksamhet som också drar igång till hösten är barnkörsverksamheten. Den har föregåtts av en förstudie och styrelsen har beslutat att anlita två körpedagoger för detta uppdrag. Inom vår omfattande musikverksamhet har det tidigare inte funnits en barn- och ungdomsverksamhet på ett tag och det känns fantastiskt roligt att vi nu har en bra idé och plan för hur detta ska genomföras. Nu hoppas vi på en bra start och jag uppmanar alla att sprida information om detta. Kanske känner du någon som vill vara med?

Nu pågår också ett arbete med att se över hur våra lokaler ska se ut på plan 1 och 2. Vi har frågat alla föreningar efter deras behov och nu håller en arkitekt på med att rita ett förslag över hur det kan komma att se ut. Lite längre fram kommer detta förslag att presenteras för alla föreningar för att ta in synpunkter. Henrik Feldhusen, ordförande i Fastighetsutskottet, leder detta arbete.

Som jag skrev inledningsvis så blir vi allt fler i föreningen och med höga ambitioner. Sedan länge är vårt kära hus på Rosengatan egentligen för litet för vår verksamhet och därför är det väldigt roligt att det nu planeras för två idrottshallar och föreningslokaler vid Roslagstull. Micke Lagerqvist, Svante Bengtsson, styrelsen och många fler har lagt ner mycket tid på att detta ska bli verklighet. Ingenting är klart, men det ser onekligen ljust ut och staden beräknas att ge ut en sk markanvisning till oss under hösten. Då först kan vi börja planera innehållet i denna byggnad på allvar. Mer info kommer längs vägen.

Till sist: sommaren är ingen viloperiod för KFUM Central med alla sköna läger runt om i landet. Där skapar vi verkligen en meningsfull fritid och ger möjlighet för alla att växa som människor. Lycka till med detta och ha också en skön sommar.
Bengt Arwén, ordförande.

PS. För de medlemmar som är kvar i stan så är du alltid välkommen till Central som har öppet hela sommaren. Boka dessutom in Centraldagen 20 september redan nu!

Information från KFUM Central

Information angående fortsatt drift av gymmet

KFUM Central Gyms verksamhet har sedan 1998 bedrivits av en extern part. Från och med den 1 juli har KFUM Central totalansvar för gymmets drift och underhåll. KFUM Central Gym ska i första hand tillgodose föreningens och dess medlemmars behov. Gymmet skall även vara till för Kom Hotels hotellgäster. I den mån vi kan tillgodose personliga tränares behov kan det även ske.

Gymmet kommer att vara stängt under juli månad för nödvändigt underhåll och öppnar åter vid terminsstart.

Gymkort kostar 99 kr/månad, vilket betalas i förväg. Det krävs medlemskap i KFUM Central för att få lösa gymkort. Medlemskap i KFUM Central eller någon av dess sektionsföreningar tecknas i KFUM Centrals reception.
Frågor kring detta kan ställas till Kea Lagerquist, kea@central.kfuk-kfum.se

Informationsmöte angående Plan 1 och 2

KFUM Central inbjuder medlemmar och övriga intresserade till informationsmöte gällande den eventuella ombyggnationen av Plan 1 och 2 i föreningens lokaler på Rosengatan. Mötet sker måndagen den 16 juni kl 18.00 i föreningens lokaler. Eppens Arkitektbyrå AB är föredragande.
Anmälan via www.central.kfuk-kfum.se - PÅ GÅNG - Informationsmöte Plan 1 och 2

Två nya styrelseledamöter till KFUM Centrals styrelse

Göran Stafrin
KFUM:s Manskör i Stockholm

Tolla Stuart Dahlgren
KFUM Central Basket

Min roll handlar mycket om att finnas tillgänglig för medlemsföreningarna och medlemmarna i KFUM Central!

Det har gått tre månader sedan jag började arbeta på KFUM Central som verksamhetskoordinator och projektledare. Min roll handlar mycket om att finnas tillgänglig för medlemsföreningarna och medlemmarna i KFUM Central och hjälpa och utveckla kommunikationen. Det innebär att jag alltid är intresserad av att höra din åsikt eller idé för föreningen. Jag har under mina tre månader hunnit se en fantastisk förening som ni har anledning att vara stolta över. Det är sällan man i föreningsvärlden stöter på en lokalförening som har sådana resurser. Föreningen har bättre ekonomiska resurser än många andra men det som gör denna förening extra speciell är dess struktur och engagerade medlemmar som bär hela verksamheten. Jag tror att många kan behöva påminnas om det för det är lätt att bli hemmablind ibland. Det är verkligen fantastiskt framgångsrika och inspirerande medlemsföreningar i Central. Så se er om och klappa er för bröstet!

Just nu arbetar jag intensivt med den fantastiska Centraldagen och uppstartandet av vår nya körverksamhet för barn och ungdomar. Det skall bli superspännande. Ett annat fokusområde jag har är att hjälpa och stötta ungas inflytande i föreningen.

Jag vill återigen påpeka att har du en idé, vill engagera dig mera eller undrar något vill jag att du kontaktar mig. Jag finns som ett mellanled för att kunna hjälpa och stödja i de frågor du vill engagera dig i. Du får gärna bli min vän på Facebook där jag skapat en profil som heter ”Verksamhetskoordinator KFUM Central” eller mejla mig på nils@central.kfuk-kfum.se

Boka in i kalendern!

Centraldagen 20 september

Centraldagen den 20 september är ett gemensamt evenemang för KFUM Centrals alla sektionsföreningar och verksamheter.

Ett nöjesfält planeras i stora idrottshallen med prova på aktiviteter och happenings för stora och små. Syftet med Centraldagen är att stärka föreningskänslan i huset och mellan föreningarna och målet är att det ska bli en rolig dag för alla och ge en god föreningskänsla.

Vi letar också efter fler som vill hjälpa till med en liten eller stor del i årets roligaste evenemang. Bara fantasin sätter gränserna för vad vi kan åstadkomma.

Vill du hjälpa till, har en idé eller undrar något? Hör av dig till nils@central.kfuk-kfum.se

KFUM CENTRAL MÖJLIGHETERNAS FÖRENING

SOMMAREN 2014

KFUM CENTRAL OCH DESS SEKTIONSFÖRENINGAR ERBJUDER AKTIVITETER FÖR SINA MEDLEMMAR UNDER SOMMAREN 2014

THE K TILL SKÖNA DAR VECKA 29

Den 14-18 juli erbjuder The k sina medlemmar samt nya medlemmar att tillsammans med fritidsledarna på The k att åka ut till Sköna Dar på Björnö.
Fredagen den 19 juli är det aktiviteter som vanligt på KFUM Central. Utfärd sker med abbonnerad buss från Slussen. Medtag matsäck!
Anmälan till Camilla Ramel på crdj86@hotmail.com

KFUM Central håller föreningslokalerna på Rosengatan 1 öppna hela sommaren!

Öppettider vardagar
10.00 - 16.00
Helger stängt

ALL-AKTIVITETS CAMP

12-13 och
16-18 juni 2014

Aktivitetslägret är till för alla ungdomar 7-13 år, oavsett om ni spelar basket eller inte.

www.kcb.se

SOMMAREN 2014

KFUM Ängholmens

alla sommarläger är fulltecknade av förväntansfulla ban och ungdomar. Sju lägerperioder sker under sommarlovet med skapandeläger, seglarläger, konfirmationsläger och ordinarie lägerperioder som erbjuder segling, paddling, höghöjdsbana, samarbetsövningar, bastubad, pyssel, lekar och mycket mer. Se www.angsholmen.org

SKÖNA DAR

Vill du göra något kul på lovet? Nästa lovaktivitet kommer vara på Björnö Naturreservat i sommar, vecka 25-29. Välkomna!!

Häng då med Sköna Dar på dagläger! Är du mellan 10-18 år och vill åka ut i skärgården ska du kolla in när nästa läger är i vårt kalendarium.

På Sköna Dars dagläger kan du prova på att: paddla, fiska, segla, ro, klättra, sola och bada eller bara ta det lugnt på stranden.

På Björnö satsar på segling, paddling, klättring, naturstigar och möjlighet till bad och simskola.

Låter det intressant?

Bli då medlem eller anmäl dig till nästa aktivitet: www.skonadar.se
Vi ses på Sköna dar!

KFUM Stockholm Gymnastikavdelningar

KFUM-gymnasterna erbjuder dagläger veckan efter midsommar (kl. 9-12 mån-fre).
Italienläger v33 (Cescenatico)
www.kfum-ga.se

Banana Basketball Camp

KFUM Central Baskets oerhört populära sommarläger, den perfekta starten på nya säsongen, riktar sig till dig som är född 1997-2005
www.kcb.se

KFUM Ängsholmen/Sköna Dar

UTBILDNINGSHELG PÅ ÄNGHOLMEN

ÄNGSHOLMEN MILJÖMÄRKTA GENOM GREEN KEY

Helgen den 17-18 maj var det utbildningshelg på KFUM Ängsholmen för de ledare som ska jobba på våra läger denna sommar på Ängsholmen & Sköna Dar.

Helgens schema var fyllt med olika spännande pass. Vi började lördagen med ett informationspass om Working for Change som äger rum i augusti. Senare under lördagen diskuterade vi värderingar och gick in på djupet hur vår kultur på ön kan påverka, förändras och inverka positivt respektive negativt på atmosfären på ön. Vi blickade även framåt och spånade på hur vi vill att bilden av Ängsholmen ska se ut i framtiden. Vi fick även bli barn på nytt då vi hade en ledare från San Fransisco på besök som höll i ett roligt pass med ramsor & lekar som var väldigt inspirerande. Det blev även lite mer tid för att värma upp praktiskt (utöver den praktiska utbildningshelgen som hölls tidigare i vår)och lära sig mer om arbetet på den position man ska jobba på i sommar.
Vi hade också ett pass om att vi nyligen har blivit Green Key-märkta.

Vad är då Green Key?

Green Key är en miljömärkning för logi- och konferensanläggningar som vill bidra till ett mer hållbart samhälle. Ängsholmen vill självklart vara med i detta och är nu den första Green Key-märkta lägergården i Sverige(vi hoppas självklart på att fler tar efter). Det är en ledande internationell miljömärkning som i dag finns i över 40 länder och som stöds av World Tourism Organization och United Nations Environment Programme, UNEP. I Sverige drivs märkningen av Håll Sverige Rent.

Vad innebär detta för oss?

Vi tar nu ansvar för att aktivt arbeta med att minimera vår miljöpåverkan genom att följa ett antal kriterier inom exempelvis information på ön, energi- och vattenförbrukning, avfallssortering, kemikalieförbrukning och inköp av lisvmedel.
Varje anläggning sätter också upp egna specifika miljömål för varje år.

Att vara med i Green Key handlar också om att hela tiden förbättras vilket innebär att vi varje år kommer att utvärdera året som gått och sätta upp fler mål och försöka att bli ännu mer miljövänliga.
Ängsholmens ledare fick diskutera kring hur vi kan hjälpa miljön, här kommer en del tips som just DU kan använda:

- Vädra smart - öppna fönster medan elementet är på = fy!
- ”Rycka sladdar”, ta ur laddaren när mobilen/datorn laddat klart (den kan även utgöra en brandrisk)
- Timers på lampor
- Undvik onödig disk & diska smart (fulla diskmaskiner)
- Minimera antal transporter, samåk mera eller åk kollektivt
- Planera din mat, försök att beräkna rätt antal portioner, lagar du för mycket kan du återanvända resterna till nästa måltid och då laga lite mindre.
- Köp varor som det är säsong på - kräver mindre energi, innehåller mer näring och är oftast billigare
- Ät mindre kött - i vår vardag är det kött som drar upp individens procentuella utsläpp av koldioxid, vilket påverkar den globala uppvärmningen
- Solceller, ta vara på taken - i längden spar vi även ekonomiskt på det
- Stäng av elektronik istället för att låta det stå i ”Standby”, det drar väldigt mycket energi!
- Dosera rätt vid tvätt, disk & rengöring
- Exemepel på bra märkningar att hålla utkik efter i affären: KRAV, Fairtrade, MSC-märkt fisk (fisken är då inte fångad i ett bestånd som är överfiskat eller på ett sätt som skadar havets ekosystem), Svanen, Bra Miljöval

Vi tar nu ansvar för att aktivt arbeta med att minimera vår miljöpåverkan genom att följa ett antal kriterier inom exempelvis information på ön, energi- och vattenförbrukning, avfallssortering, kemikalieförbrukning och inköp av lisvmedel.

Var en förebild, det är vi - DU & JAG, som måste ändra på vår livsstil och nu är det upp till oss att visa hur våra barn och ungdomar ska ta hand om våran jord för att den ska må bra igen.
Karolina Lagerquist

ÄNGSHOLMENS MÅL FÖR 2014

Mål 1.Minska energiförbrukningen i relation till antalet gästnätter med 5%, installera timer på belysning, byta fönster i Arken.
Mål 2. Informera och påverka våra gäster och personal om vikten av miljöarbete och lokalt engagemang. Ha en stående punkt om miljöarbetet på dagordningen vid ledareuppstart. Ha ett informationstavlai varje rum/stuga som beskriver vad gästen praktiskt kan göra för att hjälpa oss i vårt miljöarbete. Också ha en dialog om vårt miljöarbete vid rundvandring. Tydligt informera om vårt miljöarbete och om Green Key på vår hemsida, i nyhetsbrev och sociala medier.
Mål 3. Minska bensinförbrukning för motorbåtar, bottentvätt av följebåtar var 14e dag mot havstulpanblomning.
Mål 4. Avfall; Minska den egna kompostering till 1500 liter per år, endast grönsaker
Mål 5. Minskning av förbrukningshygienartiklar med 10%

Fina resultat för KFUM i gymnastik-SM i Artistisk Gymnastik

Den 11-13 april avgjordes SM i artistisk gymnastik för både damer och herrar i Åkeshovshallen.

Under tre dagar tävlade Sveriges bästa gymnaster, från lovande juniorer till seniorer i världsklass. KFUM:s unga gymnaster stod för mycket fina insatser i flera klasser, både i Riksmästerskapen och i Sverigepokalen. I klassen RM1 i Riksmästerskapen knep KFUM en silvermedalj i mångkamp och tre guld samt tre silver i grenfinalerna. I Rikspokalen blev det ett riktigt medaljregn: I RM1 blev det guld och silver till KFUM och i RM3 blev det full pott med guld, silver och brons till KFUM. En riktigt fin tävlingshelg för våra gymnaster!

Lina Söderqvist

KFUM-gymnasternas Ledarkonferens till Riga

Den 16-18 maj genomförde KFUM-gymnasterna en konferens med inriktning på föreningsutveckling till Lettlands huvudstad Riga.

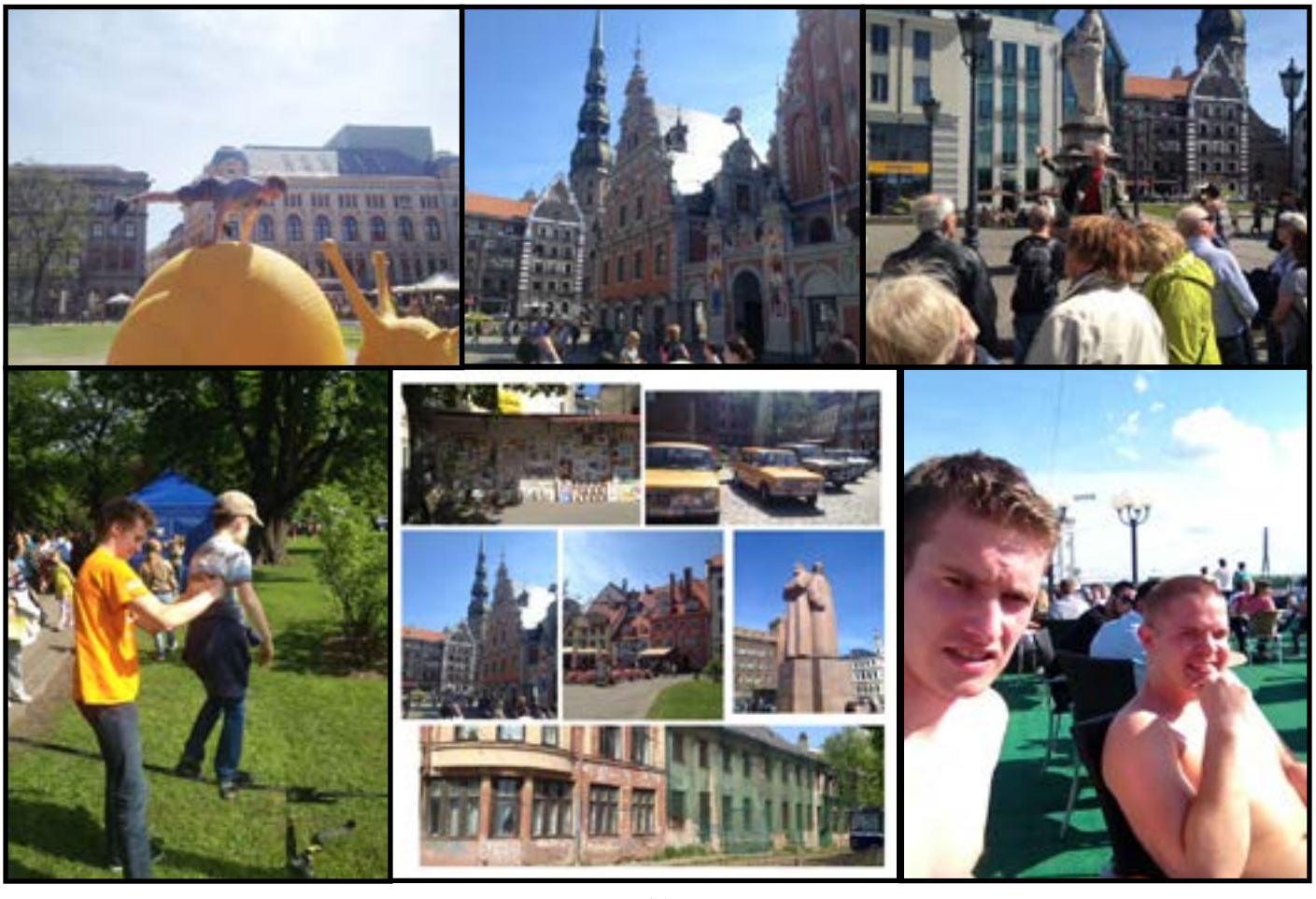
Med på resan var 11 tränare från 18 år och uppåt. Syftet var att sammansvetsa ledarteamen och utveckla föreningen.

Resan skedde med båt till Lettlands huvudstad Riga och under båtfärden skedde diskussion om gruppindelningar, schemaläggning m.m. inför höststarten.

En natt tillbringades i Riga. Vi hade workshops sektionsvis. Bra diskussioner om medlemsskapet, ansvar gentemot föreningen, gemensamma regler m.m.

Vi hann också med sightseeing i Rigas centrala delar, först med buss och sedan promenad. Samtidigt som vi var där arrangerades det en barnfestival som vi besökte.

Sebastian Löfstrand
Foto: Daði Snær Pálsson



KFUM Central Basket genomförde utbildningsresa till Malta

Trettio coacher och föreläsare reste till Malta för att utvärdera, planera, inspireras och umgås.

Gruppdiskussioner avlöstes av föreläsningar, först ut var Walter Skeppar som under våren har satt ihop ett arbete kring hur vi ska jobba med fysträning på våra lag. Walter kommer under hösten ta vid där han lämnade av coacherna på Malta med utbildningar så coacherna själva kan leda fyspass i nya Sportcenter-gymmet.

Helena Klackenberg, nybliven läkare, höll i ett pass kring de vanligaste idrottskadorna samt hur vi ska behandla dem akut för att korta ner rehabiliteringstiden.

Stefan Pettersson, en av sveriges mest meriterade tränare, bor och jobbar med basket nere på Malta i år och vi fick förmånen att prata med honom under ett par kvällar samt se en 2h clinic i baskethall med temat: försvarsspel.

Styrelsen har under våren jobbat med en kris-plan för klubben. Mårten Granberg, med lång erfarenhet av krishantering i det militära förelästs om hur vi ska agera vid en kris och vad effekterna av ett snabbt eller långsamt/oklart agerande kan bli.

Med facit på hand så var resan en succé, att få träffa så många coacher och styrelsemedlemmar så intensivt under en vecka är viktigt och gör det enklare i vårt fortsätta utvecklingsarbete.

KFUM Central Baskets yngre ledarresa till Fjällnora

De yngre ledarna satte fart upp till Fjällnora friluftsområde utanför Uppsala.

På schemat stod gruppdiskussioner och en del teambuilding aktiviteter, där den aktivitet som vi på förhand trodde mest var lek var den svåraste: Flottbygge… på 45 min skulle grupperna sätta ihop en flotte och paddla sig drygt 250 m runt en badflotte och tillbaks. Ingen sjönk och alla kom i land igen.

Höghöjdsbana och femkampen drogs igenom utan gråt och med en massa skratt och en lagom dos vinnarskallar, gruppdiskussionerna kring hur en bra ledare är och de utmaningar vi ställs inför var riktigt bra!

All mat grillades och alla var glada, trötta men nöjda när vi åkte hemåt på söndagen.

Med hjärta för internationella relationer!

Miranda Myrberg startade sin bana inom KFUM som konfirmand på Ängsholmen 2001 och har sedan dess arbetat som ledare på sommarläger och lägerskolor och för år 2014 är hon ansvarig för KFUM Centrals internationella ledarutbildning ”Working for Change”.

Det är från Ängsholmen och KFUM i stort som Miranda fått sitt samhällsengagemang.

”På Ängsholmen tillåts unga människor prova på nya utmaningar och de behöver inte vara perfekta för att få chansen att utföra avancerade aktiviteter vid ung ålder”, berättar Miranda.
I den verksamheten har Miranda lärt sig att samarbeta med andra människor och tänja sina gränser. Genom KFUMs internationella arbete fick hon också upp ögonen för globalt solidaritetsarbete för förändring och alla de möjligheter som finns både inom rörelsen och ute i världen i stort. Chansen till nya utmaningar stärker självförtroendet, och ”we-can-do-it-andan” kommer definitivt från lägerverksamheten.

”Jag har så många fantastiska upplevelser av KFUMs internationella arbete, men ingenting slår nog min praktik i Tana River District i Kenya och arbetet med kurserna Working for Change! Genom åren med KFUM har jag lärt mig så otroligt mycket som ger kraft och energi, som har med mina studier och passion att göra. Det fortsätter hela tiden att föra med sig nya häftiga upplevelser.”, säger Miranda.

Miranda har en master i internationella relationer från University of St Andrews i Skottland. Under den fyraåriga perioden arbetade hon även som forskningsassistent på School of International Relations och startade upp en egen kulturpolitisk förening som fortfarande lever idag: St Andrews Feminist Society. Under studietiden utvecklade Miranda också ett starkt intresse för forna Jugoslavien vilket ledde till fältstudier och praktik i ett år i Bosnien, och en tvåårig påbyggnadsutbildning i nationalismstudier, medborgarskap, och fred och konflikt vid Central European University i Budapest. I Budapest engagerade hon sig även i HRSI en lokal organisation för mänskliga rättigheter och började skriva och redigera artiklar.

När Miranda har varit utomlands i längre perioder har hon har alltid återvänt till ön ganska snart efter hemkomst. ”Det känns som att komma hem. Ängsholmen är så mycket Sverige för mig och det känns härligt att ha någonting förutom familj och vänner att återvända till.”
Det som inspirerar Miranda är att se att det alltid kommer nya unga ledare som har drivkraft och passion, vilket inger hopp inför framtiden. Det är i sammanhang med andra människor som Miranda får påfyllning och kan göra det omöjliga möjligt.

Kan du berätta lite om Working for Change 2014?

”Working for Change (tidigare namn Womens Leadership) är en internationell ledarskapsutbildning som KFUM Central arrangerat sedan 2004. Utbildningen vänder sig primärt till unga ledare i Sverige, Vitryssland, Libanon, Palestina, Ukraina och i år kommer även deltagare från Zambia och Sydafrika. Utbildningen riktar sig till deltagare både inom YWCA och YMCA. Working for Change kommer äga rum 13-19 augusti 2014 på Ängsholmen och i Stockholm city. Utbildningen tar upp mänskliga rättigheter, ledarskap, demokrati och påverkansarbetesamsarbete. . Workshoppar blandas med traditionella lägeraktiviteter såsom segling, höghöjdsbana, lägerbål och spex m.m.”

Vad är roligast med arbetet med Working for Change?

Det roligaste är att i en lång planeringsprocess börja se frukten av arbetet. Deltagarna anländer, skrattar och kommer samman. Det är häftigt att lära sig av varandra och alla dessa AHA-upplevelser och att deltagarnas engagemang leder till nya idéer och aktiviteter.

Vill du veta mer om Working for Change 2014?

Välkommen att kontakta Miranda på tel: 076-295 31 42 eller e-post myrbergpoliticalconsulting@gmail.com

Text: Ulrika Alexandersson

Mirandas tips och råd

Tro på dig själv!
Tro på det du gör!
Tro på andra!
Hitta glädjen och låt glädjen vara motor!
Ge andra och dig själv positiv feedback!
Sätt upp tydliga och realistiska mål.
Be om hjälp.
Arbeta hårt för det du tror på - när det går trögt, kämpa på iallafall!
Hitta alternativa lösningar!
Prioritera och fokusera på det som är viktigt!
Allting går inte att göra på en gång. Steg för steg, ingen stress och undvik byråkrati!
Gör det så lätt som möjligt för dig själv och andra.
Fira dina framgångar med andra!

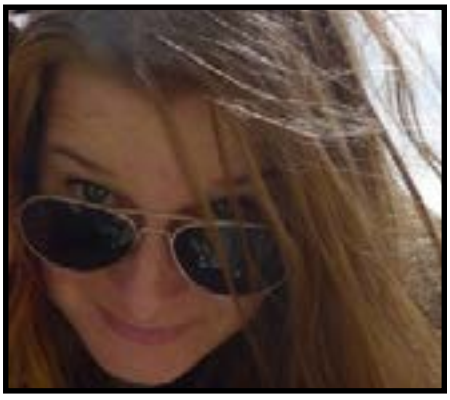
KFUM CENTRAL SKICKAR MEDLEMMAR TILL YMCA:s VÄRLDSRÅDSMÖTE

Världsrådsmötet är en av de största mötesplatserna inom YMCA och samlar deltagare inom rörelsen från hela världen.
Det hålls var fjärde år och arrangeras av World Alliance of YMCA och värdland 2014 är USA. Plats är YMCA of the Rockies i Estes Park i Colorado. Temat för världsrådsmötet 2014 är ”Empowering Young People” och syftet är att under veckan att KFUM-rörelser träffas för erfarenhetsutbyte och bygga vidare med arbetet med nya strategin.

KFUM Sverige kommer att lägga en motion om ställningstagande vad gäller HBTQ-frågor, att HBTQ-ungdomar och vuxna är lika välkomna hos oss som alla andra personer som vill delta i vår verksamhet och arbeta för våra målsättningar.

KFUM Central skickar inte mindre än nio deltagare till Världsrådsmötet, dessutom deltar Anita Andersson. Av KFUM Centrals deltagare är alla observatörer förutom Anna Magnusson som i egenskap av ordförande för KFUM Sverige innehar rösträtt.
KFUM Central har en lång tradition av att uppmuntra och se till att förtroendevalda, personal och medlemmar får möjlighet att delta både i KFUM respektive KFUK:s världsrådsmöten.

Vad har du för förväntningar på världsrådsmötet?



Emma Eklund, Ängsholmare och KFUM Sveriges styrelse

Mina förväntningar är att träffa medlemmar från hela världen och få nya perspektiv. Jag deltog som 17-åring i Världsrådsmötet i Sydafrika 2006 och slogs då av hur stort det var, vilket arbete som läggs ned och alla gemensamma nämnare. Nu blir det kul att komma tillbaka som mer mogen, lite äldre och med mer kunskap om rörelsen. Att genom medlemsskapet få en resa och upplevelse och kunna ge tillbaka genom engagemang och information. Jag vill också ta med vår svenska syn och värderingar.

Anna Rosenholmer Ordförande KFUM-gymnasterna

Som nytillträdd ordförande för KFUM-gymnasterna och dessutom ganska ny i rörelsen är detta något helt nytt vilket blir jätteintressant. Nu kommer jag även se bredden av YMCA och få mer på fötterna . Hoppas också på nya kontakter och för KFUM-gymnasterna kunna få till ett framtida utbyte.

Andreas Borg KFUM Ängsholmens styrelse

Jag ser fram emot att träffa människor från föreningar från andra länder för att få en inblick i hur de jobbar. Det ska bli intressant att få en insikt i hur föreningar jobbar med just sommarläger världen över för att kunna ta med mig nya infallsvinklar hem till Ängsholmen och bredda mitt sätta att tänka på kring upplägg och genomförande. Jag ser även fram emot att få en större förståelse för organisationen YMCA, hur det funkar på en internationell nivå och vilka projekt och arbeten som pågår världen över. YMCA är så väldigt mycket större än vad man kan tro och det ska bli roligt att få lära mig mer!

Vad har du för förväntningar på världsrådsmötet?

Agnes Edén
KFUM Ängsholmen

Eftersom det är första gången jag deltar på ett Världsrådsmöte förväntar jag mig att lära mig om hur olika beslutsprocesser går till inom World YMCA och hur dessa påverkar mig som medlem. Vid sidan om workshops och livliga diskussioner med andra KFUM medlemmar ser jag också fram emot att vandra i Rocky Mountain National Park!

Barbro Thorén
KFUK-KFUM Central Senior

WCM - manifestation av ledarutvecklingsprogrammet Change Agents - som pågår KFUM välden runt. Tror Estes Park blir ' once in a lifetime experince"
Var f ö i Estes Park 1981 - ser fram emot att träffa nya efterföljare och gamla bekanta. Roligt att Central har så stor delegation!

Anita Andersson
KFUK-KFUM Central Senior

Efter många världsrådsmöten - de flesta med KFUK men även några med KFUM - trodde jag det var slut för min del. Nu ska det bli jättespännande att komma i gänget pensionerade KFUM-ledare och samtidigt få uppleva ett nytt möte med entusiastiska eldsjälar från hela världen.

Kea Lagerquist
Kanslichef KFUM Central

Jag ser många fördelar med att delta på mötet, dels för att upprätthålla nuvarande kontakter samt etablera nya och vidga KFUM Centrals internationella kontaktnät. Dessutom är det inspirerande att på plats få ta del av det utvecklingsarbete som pågår inom rörelsen globalt och jag gläds åt möjligheten att få delta!.

Anne-Christine Ericson
Vice ordförande KFUM Central

Det ska bli spännande att se rörelsen på världsnivå och också träffa deltagare från andra länder. Är också nyfiken på vilka ämnen som kommer att tas upp på de olika gruppdiskussionerna som kommer erbjudas under världsrådsmötet. Och att sen få möjligheten att ta en ridtur i Klippiga Bergen känns overkligt!

Jimmy Forsberg
KFUM Central

Jag har aldrig varit i USA tidigare, bara det är en dröm som går i uppfyllelse. Som representant för Sveriges KFUM hoppas jag kunna driva värdefrågor om jämställdhet, ungas inflytande och demokrati inom rörelsen. Jag ser mest fram emot att träffa KFUM-vänner från andra delar av världen och knyta nya kontakter.

Från digital alarmklocka i Stockholm till hönornas kackeltapto i San Juan la Laguna.

När vi anlände till Guatemala City slogs jag av den kaotiska atmosfären; bilar, truckar, motorcyklar, åsnedragna vagnar och lastbilar åkte huller om buller.

Träd och andra föremål låg utslängda som en hinderbana för fordonen tillsammans med en tjock dimma av avgaser. Det intressanta var människornas oförvägna nästintill lugna sätt att navigera i kaoset. Människorna rörde sig instinktivt över vägarna, utan att försäkra sig om ett fordon kom eller inte. Unga som gamla hängde på bakdelen av packade truckar, med ena handen i ett fast grepp om ett järnrör och fötterna balanserande på en utstickande bräda. Människorna hoppade mellan hustaken för att försöka förflytta sig ovanför kaoset. Allt detta bidrog till ett slags stressigt men, motsägelsefullt nog, avslappnat och kontrollerat kaos. Guatemala City såg jag bara från truckfönstret på väg mot Antigua. I Antigua spenderade vi en natt innan vi åkte vidare mot San Juan la Laguna. Antigua skiljer sig mycket från Guatemala City. Under kolonialtiden var Antigua Guatemalas huvudstad och det finns gott om arkitekturlämningar från européerna. Tyvärr förstördes stora delar av Antigua under en jordbävning år 1773, så många av dessa byggnader har delvis fallit samman och aldrig blivit restaurerade. I Antigua började man se den miljön Guatemala är känd för; långa fonder av bergmassiv och vulkaner. Vulkanen vid utkanten av Antigua är aktiv. Vid solnedgången när himlen klarnade upp, kunde man se rökpuffar ur topparna. Från Antigua till San Juan la Laguna är resvägen ungefär fyra timmar; tre timmar med buss till Panajachel vid Sololá och därpå en 30 minuters båttur över Lago Atitlán. Lago Atitlán är en gammal vulkansjö, dvs en vattenfylld vulkankrater, som omringas av vulkantoppar och bergsmassiv. Jag förstår nu varför Lago Atitlán sägs vara en av världens vackraste platser.

När vi anlände till San Juan la Laguna eskorterades vi direkt till skolan. För att komma till skolan behövde vi gå igenom hela byn, eftersom byggnaden ligger högt upp på vulkansluttningen. Vid skolbyggnaden möttes vi av en välkomstceremoni där eleverna och lärarna höll tal och sjöng. Eleverna hade också förberett olika lekar med sång, dans och ordvitsar som vi deltog i tillsammans. Alla visade mycket glädje för att vi kom och stor tacksamhet för vår hjälp. Efter vår välkomstceremoni, mötte vi våra värdfamiljer. Jag, Astraea och Helena bodde med huvudläraren Daniel Hernandéz och hans familj. Familjen Hernandézs hus låg endast några meter från skolan. Huset var enkelt; husgrunden och golvet var av cement och sten, väggarna nådde inte riktigt upp till plåttaket, det fanns inga fönster och inga dörrar med lås eller avspärrningar. Daniel berättade att eftersom alla har det ungefär lika ekonomisk ställt, är stölder inte förekommande i byn.

Trots att familjen var fattiga, prioriterade de flickornas utbildning. Människorna jag lärde känna under resans gång var öppna, gästvänliga och generösa.

På morgnarna väcktes vi antingen av att hönsen sprang kacklande på plåttaket eller att tuppen hade bestämt sig för att gala morgonringningen i sovrummet. Jag vaknade upp med ett skratt i stort sett varje morgon. Den guatemalanska maten liknar den övriga centralamerikanska matkulturen. Invånarna i San Juan la Laguna kallar sin mat för ”comida natural”, vilket betyder naturlig mat. Namnet

syftar på att maten är lokalt producerat och typisk för området. Vid varje måltid serverades frijoles refritas, en bönröra på svarta- och kidneybönor, och tortillas. Frijoles refritas och tortillas stod för mättnadsgrunden. Utöver detta, var måltiderna baserade på närodlade frukter och grönsaker. De guatemalanska morötterna var lika stora som ett halvt baseball-trä och byns avokados var i klass med handbollar. När vi satt vid köksbordet, kunde jag sträcka ut handen och nå kaffeplantorna utanför. På tomten kring ”mitt” hus fanns även lime- och massiva avokadoträd.

En av dagarna öppnade huvudläraren Daniel skolan speciellt för oss I Guate Group för att redovisa hur de drygt 20.000 insamlade kronorna har använts. Pengarna användes till att betala tillbaka de indragna lärarlönerna (4000 kr), betala tillbaka lån (10.000 kr), bygga en säker trappa till ovanvåningen, laga taket, lägga en cementgrund för tre nya klassrum samt ta bort klippblock som sticker ut från bergsväggen. Det var inte förrän efter Daniels genomgång som vi förstod de egentliga värdet av de insamlade medlen. Månadsavgiften för en elev är strax under 150 kronor. Medelinkomsten för en familj i Lago Atitlán-området är 1000-2000 kronor. Det betyder att skolavgiften för ett barn kan bli nästan 10 % av en familjs månadsinkomst. Trots att familjen var fattiga, prioriterade de flickornas utbildning. Människorna jag lärde känna under resans gång var öppna, gästvänliga och generösa. Trots språkbarriären, lyckades vi alltid kommunicera med varandra. Under min resa i Guatemala har jag inte bara besökt LISI och träffat nya människor, utan också fått ta del av en helt ny kultur och dess traditioner. Jag försökte mig exempelvis på att baka tortillas och dansa salsa, vilket är betydligt svårare än vad det ser ut. En av de saker som slog mig från resan var kulturkrocken jag upplevde när jag kom tillbaka till Stockholm. Det var alltså inte, som de flesta skulle kunnat tro, kulturkrocken när jag kom till Guatemala som gjorde störst intryck på mig. När jag åkte till San Juan la Laguna såg jag fram emot att lära mig nya kulturer, levnadssituationer, miljöer och språk. Jag var med andra ord öppen och redo för nya erfarenheter. Den stora utmaningen blev istället att komma hem igen och försöka vänja mig vid att vakna till smartphonens beep istället för med tuppen.

Elvira Eugenia Eriksson
Medlem i KFUM Central Basket
Stipendiat KFUM Central

FAKTA GUATE GROUP

Guate Group är en ideell förening som sex gymnasieelever och en lärare från Kungsholmens gymnasium driver, däribland jag. Guate Group stödjer en skola vid namn Liceo Sistemático Integral, LISI, som ligger i San Juan la Laguna, Guatemala. I början av september förra året var skolan i en svår kris; behovet av rekonstruktion på skolbyggnaden var stor och tre månaders lärarlöner hade dragits in för att skolan skulle kunna vara öppen. Till slutet av oktober behövde vi samla ihop ett belopp på motsvarande 20 000 kronor för att förhindra skolans nedläggning vid årsskiftet. LISI är en motsvarande gymnasieskola för tjejer, utan skolan skulle tjejerna i området kring Lago Atitlán inte ha möjlighet till utbildning. I februari åkte jag och tre andra styrelsemedlemmar, Astraea, Theodor och Helena, från Guate Group till San Juan la Laguna för att besöka skolan. Syftet med besöket var bland annat att se till att pengarna hade använts till skolans behov, ta första steget i vårt kulturella utbyte och samla information genom foto, film och intervjuer för att kunna informera om skolans situation i Sverige. Med oss på resan hade vi också ett antal elever och deras två lärare från Kungsholmens gymnasium som har fokuserat in sina gymnasiearbeten på Guatemala.

Min resa till Olive Tree Planting Programme, Palestina

I februari så åkte jag ned till Palestina för att vara med på Olive Planting Programme- en del av Olive Tree Campaign vilket arrangeras av JAI (Joint Advocacy Initiative). JAI är ett samarbete mellan East Jerusalem YMCA och YWCA of Palestine och driver kampanjer för att uppmärksamma ockupationen och stärka palestinier både genom internationella och lokala initiativ.

Under Olive Tree Programme hjälper internationella besökare lokala palestinska bönder att plantera olivträd på sin mark, som inte sällan är hotad att ockuperas. Kombinerat med att plantera olivträd besöker man dessutom bl.a. Jerusalem, Hebron, Ramallah samt olika organisationer som arbetar med att stärka palestinska rättigheter.

Min resa börjar med en övernattning på Arlanda flygplats. Efter ett trött dygn och en smärtfri flygning landar jag äntligen i Tel Aviv och konfronteras med nästa hinder: att ta mig igenom passkontrollen och få ett visum som tillåter mig vistas i landet de kommande dagarna. Jag har redan innan fått information om att försöka undvika att nämna Palestina, JAI, YMCA, YWCA och vad jag egentligen ska göra härnere. Det finns nämligen en verklig risk för att jag då inte får komma in i landet.

När det blir min tur säger jag att jag ska åka runt i Israel och se ”the holy sights”. Kvinnan bakom glaset stirrar på mig och tar utan ett ord mitt pass, knappar in något på en dator, stirrar på mig ytterligare i några minuter, ställer några frågor och sen skriver hon ut ett visum och jag får gå därifrån, godkänd att vistas på Israelisk mark. Eller Palestinsk mark, beroende på vem man pratar med.

Eftersom min goda vän Ellen gör sin utlandspraktik på JAI så kommer jag att bo hos henne under Olive Planting Programme, de flesta andra som deltar bor på hotellet eller hos värdfamiljer i Betlehem.

Programmet börjar med en informationsträff där jag träffar de övriga deltagarna som kommer från olika delar av världen. En stor del är från USA och Storbritannien, många har varit i Palestina förut, men det finns också deltagare från Tyskland, Nederländerna och några till från Sverige.

Veckan är packad av aktiviteter. Ibland planterar vi träd ena halvan av dagen och tillbringar andra halvan med att besöka platser som ofta inte når internationellt ljus. Som Dheishe Refugee Camp. Ordet flyktingläger för tankarna till ostabila tält, sanitär kris och människor som svälter. Så är det inte här. Ett Refugee Camp i Palestina är en tillfällig stadsdel, byggt för att inhysa alla de tusentals människor som ”omplacerats” i staten Israel. Gatorna är trånga, väggarna är tapetserade med bilder på unga män. Vi stannar i en korsning och vår guide Muhanad (som bor i Dheisheh) berättar om en av pojkarna på bilden; hans barndomskompis som sköts av israelisk militär. 16 år gammal.

Vi besöker Muren, ”the apartheid wall” som palestinierna kallar den, en mur som sträcker sig så högt att jag måste böja huvudet bakåt för att ens kunna se slutet på. Vi går en bit längs muren som plötsligt svänger och plötsligt står vi framför ett hus som är omringat av muren på nästan alla sidor. Alldeles ensamt står det där. Vi frågar vår guide varför Israel har byggt muren runt ett hus och han berättar att det bor en palestinsk familj där som vägrar flytta och att Israel nu försöker göra situationen så pass outhärdlig för dem att de ska ge sig av.

Överallt där vi går, på alla platser vi besöker så uppmanar våra guider eller de som arbetar på JAI oss att hålla ett öppet sinne och att fotografera, att ifrågasätta och att det är viktigt att vi

Från höger till vänster: 1. Utsikten från Herdeparken i Betlehem. Rakt fram ser man en stor Israelisk bosättning. 2. Röda skyltar när vi åker in på Palestinsk mark. 3. Muren. 4. Min kompis Clara från Irland planterar Olivträd. 5. En gata i Hebron som är stängd. Den gula grinden används för att stänga av gatan för Palestinier och kan öppnas och stängas i princip närsomhelst.

bildar oss en egen uppfattning om vad Palestina är, vad konflikten innebär.
Vi ser skyltar som upplyser oss om att vi åker från en zon till en annan, att vi träder in på Palestinsk mark och att vi vistas här med fara för vårt eget liv. Men det finns ingenting farligt i Palestina, tvärtom. Alla jag möter extremt tillmötesgående och trevliga. Jag får senare höra att också detta är en strategi: att måla upp en bild av Palestina som farligt, att skapa en rädsla hos inte bara omvärlden men också på den ”andra sidan” att palestinier är farliga och på så sätt öka utanförskapet.
Vi besöker ett Beduinläger som rivits av Israelisk militär. Från början fanns där sex bröder med familjer som tillsammans skötte flera hektar med får. Nu när vi går runt bland ruinerna av deras hem så finns två av bröderna kvar. En av bröderna berättar att hans levebröd håller på att gå förlorat, djuren, hans arv till sina barn, håller på att dö eftersom skjulet där de tidigare kunnat vara under kalla vinternätter är rivet. Fåren klarar helt enkelt inte av kylan. Familjerna bor i plåtskjul lite längre upp på kullen. Utan elektricitet. När vi kommer närmar sig små barn nyfiket och jag tänker på att om djuren inte klarar av kylan på nätterna hur ska människorna kunna klara av det? Det blir nästan för tungt att se.
På flera platser vi åker till kan inte våra palestinska vänner följa med oss. Dom får helt enkelt inte. Vi är i Hebron där Israel ockuperar hus inne i den palestinska staden och plötsligt kommer vi till en gata som en israelisk militär vaktar. Vår guide förklarar att han inte får gå på den gatan vanligtvis men vänder sig om till militären och frågar om han är villig att göra ett undantag den här gången eftersom vi är en hel grupp. Det är han inte. Guiden säger åt oss att vi är fria att gå ned för gatan om vi vill, men samtliga avböjer. Det känns inte rätt.
Vi planterar träd på mark som hotas att ta över av Israelisk militär. Vi bär gröna t-shirts med texten ”Keep Hope Alive”. Vi har tillstånd att vara här, vi är gäster till den palestinske bonde som äger marken. Men det spelar ingen roll för när den Israeliska militären rullar upp för krönet i flera bilar men automatvapen över axeln så börjar hjärtat ändå banka lite hårdare. Dom är så unga, ser ut att vara 17-18 år, men ser så hårda och kaxiga ut. Vi har pratat om det här tidigare under första informationskvällen: vad vi gör om militären kommer. Vi fortsätter plantera. Tills någon från JAI säger till oss att sluta. Vi har rätt att vara där.
Vi åker på en busstur i Västbanken. Landskapet sträcker ut sig framför våra ögon, dalar och höjder om vartannat. Det är otroligt vackert. Vi åker in i ett industriområde. Här har Israel tagit över Palestinsk mark och börjat bygga fabriker. Olagliga bosättningar där internationella företag producerar olika produkter. Skyltar med Sodastream och HP passerar. Vår guide berättar att EU precis har bestämt att göra en lista på företag vars fabriker finns på olaglig mark eller som ekonomiskt stöttar Israels ockupation av Palestina. Det är givetvis bra, men känns som en så liten del i vad som skulle krävas för en förändring.
Att åka till Palestina och få möjligheten att uppleva och se med egna ögon en pågående ockupation är något som ALLA borde göra. Kanske bara av den enkla anledningen att det är vår skyldighet som medmänniskor att konfrontera det förtryck som finns i vår närhet. Kunskapen jag tar med mig tillbaka till Sverige blir till ringar på vattnet och är mitt bästa sätt att stödja och påverka.

Sanna Persson Flygare

82
YMCA
YMCA
YMCA

KFUM:s praktikantprogram
Mitt livs hittills häftigaste upplevelse

I september förra året inledde jag mitt livs hittills häftigaste äventyr. En resa som tog mig 10 000 kilometer söderut, till en stad som jag tagit till mitt hjärta, i ett land vars historia har förändrat en hel värld.

Eftersom jag länge drömt om att få leva utomlands var det givet att jag skulle söka till KFUM:s praktikantprogram. Mitt intresse för internationella frågor och min nyfikenhet för människor i andra länder har ständigt tagit mig till nya platser. Men jag hade aldrig tidigare bott i ett annat land, förrän nu. Efter ansökningsintervjuer, förberedelsekurser, vaccinering och visumansökan blev drömmen äntligen verklighet. Jag skulle bo och jobba för YMCA i Durban, Sydafrika, i sex månader. Även Beatrice Rundström skulle till Durban samtidigt, vilket betydde att vi var två svenska praktikanter i samma stad.

Vi landade på flygplatsen i Durban efter nästan ett dygns resande med dubbla mellanlandningar. Den euforiska känslan när vi åkte genom det för oss okända landskapet på väg in mot staden var obeskrivlig. Kvällen hade gjort sitt intrång, men att landskapet var grönt, böljande och sagolikt vackert gick inte att missa. Jag visste att det skulle bli mitt livs äventyr. Durban är en kuststad med ungefär tre miljoner invånare, och jag blir då som nu helt överväldigad över hur vackert det är när vågorna från Indiska Oceanen slår in över de milslånga sandstränderna.

”Världen får aldrig upprepa misstaget att dela upp människor efter hudfärg, etnicitet eller härkomst”.

Väl på plats delade jag min praktiktid mellan lokalföreningen Greater Durban YMCA och paraplyorganisationen Africa Alliance of YMCA. För lokalföreningen fick jag bland mycket annat delta i Y-Zone, en verksamhet med läxläsning och fritidsaktiviteter för skolbarn. För Africa Alliance var huvuduppgiften att skriva artiklar på engelska som publicerades på deras nyhetsbrev och hemsida, även om jag gjorde en hel del utöver det också.

Sydafrika har, förutom sin magnifika natur, en väldigt speciell historia. Precis som resten av Afrika var landet koloniserat av olika Europeiska makter under åtskilliga århundraden. Från mitten av 1900-talet fram till och med det första fria valet år 1994 präglades Sydafrika av våld och rasdiskriminering, där vita Sydafrikaner satt upp lagar som förbjöd svarta och andra icke-vita människor att leva fritt. Dessa vedervärdiga lagar, som kallas för Apartheid, avskaffades i samband med att Nelson Mandela blev frisläppt efter 27 år i fängelse och senare vald till landets första svarta president. Istället för hämnd och vedergällning förespråkade Mandela fred, försoning och integration. Hans verkliga och symboliska betydelse för den sociala och demokratiska utvecklingen i Sydafrika och världen kan inte underskattas. Den 3 december förra året avled Nelson Mandela, 95 år gammal. Hela världen sörjde förlusten och hedrade minnet av honom vid en stor minnesceremoni i Soweto utanför Johannesburg. För mig är det självklart att ägna ett stycke åt att berätta om Nelson Mandela och Sydafrikas historia i samband med berättelsen om min praktik. För praktikantprogrammet handlar inte om vad jag gjorde, det handlar mycket mer om vad jag upplevt och vad tar med mig hem. Berättelsen om Apartheid är det viktigaste budskapet att återberätta. Världen får aldrig upprepa misstaget att dela upp människor efter hudfärg, etnicitet eller härkomst.

Under min praktikperiod lärde jag mig enormt mycket. Varje dag var en utmaning och en möjlighet att göra något nytt, annorlunda eller oväntat. Jag känner stor tacksamhet för YMCA i Sydafrika som verkligen tog väl hand om mig under hela min vistelse, och jag är stolt över att representera den svenska KFUM-rörelsen i världen. Mest glad är jag över alla de nya vänner jag fått, och jag hoppas att jag kommer få återvända till Sydafrika många gånger till. Läs gärna mina skildringar från Sydafrika i live-bloggen på KFUM:s hemsida http://live.kfum.se/tag/jimmy-forsberg.
Nyfiken på mer om Sydafrika? Jag berättar gärna om mitt äventyr och upplevelser med mer än tusen bilder och videoklipp. Ta kontakt med mig eller Centrals verksamhetskoordinator Nils. ***Text: Jimmy Forsberg***

Konceptet Modigt Ledarskap tilltalade verkligen mig.

Vad innebär det att vara modig i dagen samhälle?

Det här med coaching kan ju kännas lite slitet. Jag tror att den allmänna synen på coaching blev något skeptisk i samband med att regeringen lät anställa en mängd coacher som skulle hjälpa arbetssökande få jobb.

För ett antal år sen blev jag själv, som arbetssökande, erbjuden att träffa en coach vid tre tillfällen. Jag träffade coachen och hade förvisso spännande samtal, men de ledde inte till något jobb. Det är svårt att på blott tre sessioner stötta någon att finna ett jobb eller uppnå något annat materiellt resultat. Däremot tror jag på värdet i att få hjälp att utforska sina drömmar och att komma till skott med att verkställa sina projekt. Vänner och familj uppfyller ofta stöttande funktioner i detta; mervärdet med en coach kan vara det strukturerade och systematiska stödet; att gå lite djupare med välriktade, utmanande frågor samt att coachen kan ge skarp och ärlig feedback från en position som inte är knuten till en gemensam historia. I en session med en coach, där Du står i total fokus tydliggörs också att det ytterst alltid är Du som bär ansvar för att skapa efterlängtad förändring i sitt liv.

”I en session med en coach, där Du står i total fokus tydliggörs också att det ytterst alltid är Du som bär ansvar för att skapa efterlängtad förändring i sitt liv”.

Jag har själv deltagit och hållit i ett antal kurser i ledarskap, många av vilka jag har KFUM Central och Ängsholmen att tacka. Sedan ett antal år utforskar jag bl.a. yoga och meditation och är nyfiken på hur dessa tusenåriga traditioner kan bidra i denna materiella, individualistiska och snabbt föränderliga värld vi lever i. Jag är nyfiken på hur man kan komma i kontakt med djupet av sin egen övertygelse i brusets av samhällets och omgivningens förväntningar på hur man bör leva. Det var med denna utgångspunkt jag ansökte till kursen Modigt Ledarskap, en coachutbildning som löpte under hela höstterminen 2013. Konceptet Modigt Ledarskap tilltalade verkligen mig. Vad innebär det att vara modig i dagen samhälle?

Vi var en grupp på tolv personer från hela Sverige och med vitt skilda bakgrund som drillades, utmanades och utforskades under kursens gång, med coaching som en röd tråd och central metod. Jag slogs gång på gång hur jag med blott 15 minuters coaching fick nya insikter om olika situationer. T.ex. när jag i höstas kände mig låst i en relation kunde jag på en kvart få nya insikter om den och klarhet i hur jag ville gå vidare med den. I coaching kan man gå grundligt och se över hela sin livssituation med bl.a. relationer, vänner, karriär, fritid osv; man kan utgå från ett specifikt ”problem” eller situation. Man kan också, likt en blank tavla, börja en coachingsession utan någon intention och se vad samtalet ger. Det finns alltid något att lära! En central princip är att den coachade själv sitter på svaren; coaching handlar inte om att ge råd utan att gräva lite tills personen själv kommer i kontakt med sin egen sanning.

Vem som helst kan egentligen coacha. Den viktigaste egenskapen är närvaro. Under ett coachingsamtal står ”klienten” i total fokus hela tiden. Har du någonsin haft den erfarenheten, att ha total fokus på dig själv i en hel timme? Det kan vara en ganska naken känsla. Magin sker när man släpper sin guard och vågar blotta sig och obeslöjat se sig själv så som du är. Det är utifrån en naken självinsikt om det som är – här och nu – som medveten förändring sker.

Aron Wängborg

Hallå där...
Karin Olsson - ny generalsekreterare KFUM Sverige

Vad är största utmaningen för KFUM Sverige som barn- och ungdomsorganisation?
Framför allt tre olika delar. Jag tycker att vi kan synas mer och få mer uppmärksamhet då vi är världens största ungdomsorganisation. Vi har en bred verksamhet som ofta inte syns utåt. Jag skulle vilja lyfta fram verksamheten i debatten och i verksamheten kunna möta alla barn och ungdomar oavsett bakgrund. Att arbeta med gemenskapen inom rörelsen och att medlemmarna känner tillhörighetskänsla och stolthet i organisationen. Det ska finnas en vilja att vara med i KFUM och att verksamheten stärker gemenskapen.

Sen är det viktigt att stärka finansieringsgrunder för rörelsen, exempelvis genom uppdrag och sponsorer, och inte bara lita till kommunala och statliga bidrag.

Vad är ditt intryck av dina möten med föreningsmänniskor inom KFUM?
De jag träffat känner stolthet över sina respektive föreningsbakgrunder. Det viktiga är inte vad man gör utan varför. De pratar lätt om värderingar och att verksamheten framförallt är en metod för dessa. Jag har frågat hur de hamnat i KFUM och alla har haft olika svar med olika ingångar och olika erfarenheter. KFUM Centrals föreningshus på Rosengatan är en påminnelse om verksamheten och det är häftigt med den rörelse av föreningsmänniskor som sker framförallt kvällstid och helger. Rose Café ligger klockrent mitt i verksamheten

Något inplanerat i sommar?
Världsrådsmötet i Colorado i sommar såklart. Jag ser fram emot att åka med svenska delegationen och se en annan bredd av YMCA på världsnivå. Det blir spännande att föra fram KFUM Sveriges motion om HBQT-frågor.
Sen har jag planerat att lära mig segla då jag planerar att ställa upp i Bahia Cup på KFUM Sparrevikens lägergård i höst.

Vad är på agendan nu?
Att lära känna medlemsorganisationerna. KFUM Triangelförbund går in i KFUM Sverige i höst, scouterna har tagit sitt första beslut och idrott har tagit riktning för att vi ska bli ett gemensamt förbund.
Ett storföreningsnätverk är inplanerat till hösten. Vi tittar på nya projekt och gör en genomlysning och översyn av regionerna.
Text och foto: Ulrika Alexandersson

Möjlighet till nytt internationellt utbyte

Studiebesök av Troy O´Leary från YMCA San Fransisco

I mitten av maj fick KFUM Central besök av Troy O´Leary, programchef på YMCA Camp Jones Gulch straxt utanför San Fransisco.

Bakgrunden till besöket var att Paula Asarnoj i KFUM Centrals styrelse arbetade som volontär under en vecka på lägret i USA (se Centralbladet nr 2 2013) och har arbetat för att skapa möjlighet för ett utbyte mellan föreningarna.

Troy inledde sitt besök på KFUM Central för att sedan besöka Ängsholmens lägerskolor. Han besökte sedan under helgen Ängsholmens utbildningshelg som samlat ett sjuttiotal av sommarens ledare. Troy delade med sig av lekar och sånger och kunde efter besöket konstatera att Ängsholmsledare är mycket lika hans amerikanska campcounselors. På måndagen höll Troy ett föredrag om YMCA San Fransisco och lägerverksamheten för intresserade på Central.

Det var första starten på ett eventuellt framtida utbyte och kanske redan till sommaren 2015 kan ledarutbyte ske eller att ungdomsgrupper besöker respektive lägerverksamhet.

Seniors vårutfärd gick till Roslags-Kulla, Wira Bruk och Furusund

KFUK-KFUM Central Seniors sista sammankomst under våren gick till Roslags-Kulla kyrka, Wira bruk och Furusund. Arrangemanget genomfördes i samarbete med medlemmar i Dameföreningen i Norska kyrkan.

Camilla Gölstam ansvarig för KFUM Centrals nya körverksamhet för barn!

Camilla Gölstam har nu anställts för att leda körverksamheten som planeras starta nu i höst för sångglada killar och tjejer i åldrarna 8-11 år.

KFUM Central genomförde under hösten 2013 en förstudie för att starta en ny körverksamhet för barn och ungdomar. Förstudien leddes av Sofia Balic tillsammans med representanter från våra egna körer och symfoniorkestern. Förstudien resulterade i ett koncept för start av körverksamhet för barn i åldrarna 8-11 år.

Camilla arbetar idag som rytmiklärare på skola och har under 13 år varit adjunkt i rytmik och metodik på Kungl. Musikhögskolan. På skolan leder Camilla två körer samt ytterligare en kör på fritiden. Hon har under sin lärarkarriär frilansat som inspiratör i olika musikpedagogiska sammanhang, bland annat ledare på körläger för barn och unga, organiserat och drivit musiken i sommarkyrkan i Skara domkyrka, kördagar för barn och vuxna. Hon föreläser ofta för körledare, musiklärare, förskolelärare och kyrkomusiker om barnsång, kreativitet, rytmik och annat som handlar om musik, rörelse och sång.

Hennes engagemang för barns och ungas musikaliska utveckling är stort. Hon har arbetat som projektledare för Svenska Kyrkosångsförbund och därigenom drivit en sommarkurs i musik för ungdomar samt varit ordförande i Svenska Rytmikförbundet. Att driva och genomföra projekt passar henne särskilt bra när det rör sig om barn och musik.

Vi välkomnar varmt vår nya körledare! Det ska bli spännande att få en så oerhört kompetent och drivande körledare till KFUM Centrals nya verksamhet!

B

SVERIGE

PORTO BETALT

BARNKÖR

TORSDAGAR HÖSTEN 2014
FÖR DIG 8 - 11 ÅR

KFUM Central kommer att starta upp ny körverksamhet för sångglada
killar och tjejer. Erfarna körledare leder körverksamheten. Ambitionsnivån är hög utifrån konstnärliga mål men främst utifrån barnens utveckling och upplevelse.

Intresseanmälan via vår hemsida:
www.central.kfuk-kfum.se - PÅ GÅNG - BARNKÖREN
Körverksamheten leds av Camilla Gölstam

KFUM CENTRAL

KFUM Central
Rosengatan 1
111 40 Stockholm
08-120 114 00
www.central.kfuk-kfum.se

Världens Barn
Radiohjälpen 90 1950-6

HÖSTENS INSAMLINGS-DAGAR 27 SEPTEMBER OCH 4 OKTOBER

KFUM Central kommer även i år att arbeta med insamlingen för Världens Barn. Föreningen har beslutat att delta i riksinsamlingen som sker den 1 september - 15 oktober 2015 och ställer upp med bl.a. bössor och kampanjmaterial. Föreningens lokaler hålls öppna för verksamheten 10.00 - 16.00. Varmt välkomna att delta i denna aktivitet som gör skillnad för Världens Barn!

CENTRALDAGEN 20 SEPT

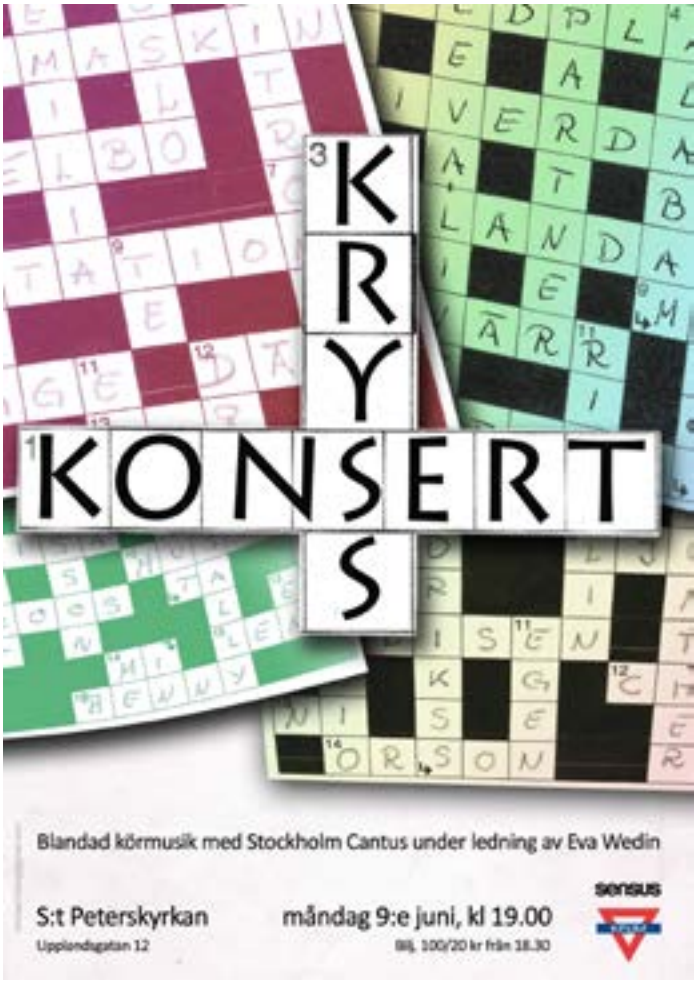
PRESSENTERAR

TIVOLI

EN FAMILJEFEST FÖR
ALLA CENTRALS MEDLEMMAR

*** GRATIS AKTIVITETER FÖR ALLA ***
*** ÄVENTYRSBANA *** RID MEKANISK TJUR ***
*** FISKDAMM *** MAT TILL SJÄLVKOSTNADSPRIS ***
*** FIKA*** LOTTERI *** BALLONGER *** MYCKET MER ***

PLATS: ROSENGATAN 1
TID: 10-15
DATUM: 20 SEPTEMBER

KFUM CENTRAL

Ängsholmen SKÖNA DAR