

# Stockholm +50, 2-3 juni

## Workshop på folkhögskolor

Hållbar konsumtion och produktion, Agenda 2030 mål 12  
Tidsåtgång för workshop 2-3 timmar.



### Om dagen

#### Datum för workshop/mötesplats:

Hålls den 3 juni alternativt annan dag i närheten av Stockholm+50-mötet. För de som anordnar mötesplats 3 juni finns möjlighet att ta del av sändningen från Agenda 2030-samordnaren, H22 på förmiddagen om hållbar konsumtion och produktion, som inspiration för workshopen.

**Plats:** Folkhögskola eller annan samlingslokal

**Deltagare:** Pedagoger, deltagare, civilsamhälle, kultur, andra aktörer i närsamhället ni vill bjuda in och samverka med.

**Fokus:** Mål 12: hållbar konsumtion och produktion

**Upplägg:** Fokus på görande, kreativt skapande, visionsarbete och konkret handling. Den positiva kreativa förändringskraften: Vad blir möjligt tillsammans i det lokala?

**Röd tråd:** Vår relation till naturen, genom hur vi producerar och konsumerar dess resurser.

### Om workshopen

Tanken är att workshopen består av en verktygslåda till workshopledarna, att användas utifrån behov och förutsättningar, för att möjliggöra olika workshopplatser och med viss flexibilitet.

Upplägget är anpassat för att möjliggöra både för möten där folkhögskolan gör en egen workshop, men också med tanke på att inbjudna kan vara andra samarbetsparter som kanske är ovana vid text inkluderande workshop-övningar.

Workshopen kan också hållas kring ett annat tema, tex ett annat av de Globala målen.

#### Upplägget i korthet:

1. Incheckning
2. Individ och system - mapping (kan göras innan, digitalt/fysiskt)
3. Tankeövning kring konsumtion, avfall och skräp
4. Konkreta idéer: gemensamt görande
5. Avslutning inklusive utkomst
6. Plus "energisers"/uppstickare att ta till emellanåt!



## 1. Incheckning och presentation av dagen (ca 15 minuter)

Introduktion av dagen av workshopledaren.

Här är ett par bra incheckningsövningar ni kan använda er av:



Smågrupper/två och två. Hur definierar jag ordet hållbarhet? Vad är det att leva hållbart för mig i min vardag? Ej presentation i storgrupp.



Rörelsekaos: Alla rör sig runt i rummet och går runt och hälsar på de andra, vem är jag och vad drömmer jag om. Syftet att skapa energi i rummet och positiv kontakt mellan deltagarna. Workshopledaren anger olika hastigheter. Ibland säger hen STOPP varvid alla stannar och börjar tala med den som står närmast: säger sitt namn och vad hen drömmer om. Stoppet är kort, max en minut.



Smågrupper/två och två: Hur är min relation till naturen? Ett minne kring natur från barndomen. Ej presentation i storgrupp.



Kort presentation av alla i rummet. Det kan ske organiskt. Vad drömmer jag om, framåt, inom hållbarhet? Cirkel där var och en får stiga fram i cirkeln i den ordning en önskar.



## 2. Individ och systemet (45-60 minuter)

Nu är det dags för en kartläggning av och få syn på vilka system/strukturer en som enskild individ är en del av. Detta blir en utgångspunkt för att sedan identifiera områden för förändring och gemensamt görande.

Ta fram ett stort papper med fyra rutor. Dessa ska gestalta dig i förhållande till omvärlden enligt fyra rubriker:

- Mina primära sammanhang
- Mina större sammanhang
- Mina drivkrafter att förändra
- Den fråga jag vill påverka

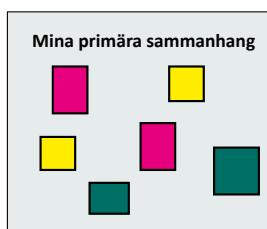
<b>1. Mina primära sammanhang</b>	<b>2. Större sammanhang</b>
<b>3. Drivkrafter att förändra</b>	<b>4. Fråga jag vill påverka</b>

## Beskrivning av metoden

**1.** Alla deltagare funderar enskilt ett par minuter: Mina tre primära sociala sammanhang i samhället utgörs av (se exempel nedan, kan även vara helt andra saker):

- Min arbetsplats
- Utbildning
- Grannskapet
- Vänner/familj
- Ideellt engagemang
- Annat

Skriv ner på lappar som du sätter i ruta 1.



**2.** Titta på hur era enskilda sammanhang i sin tur är en del av/är ihopkopplat med större sammanhang:

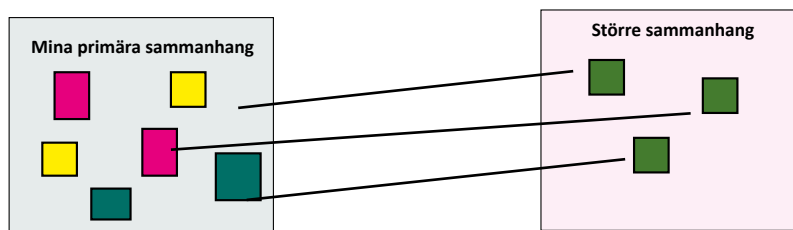
Fundera i smågrupp på hur de enskilda sammanhangen/ lapparna i ruta 1 är sammankopplade med större sammanhang i samhället eller system.

Exempel:

- Jag köper mat. Kopplas ihop med förpackningsindustrin, leveranser.
- Jag är en del av en familj som ibland åker kollektivtrafik eller kör bil.
- Mitt ideella engagemang är kopplat till flyktingboendet i orten, eller den lokala politiken.

Skriv på lappar i Ruta 2 - vilka större sammanhang ser ni?

Flytta de enskilda lapparna från ruta 1 till de större sammanhang ni tycker att de hänger ihop med.



### 3. Nästa steg för att komma vidare är att titta på din/dina primära drivkrafter för att förändra:

Skriv på lappar och sätt i ruta 3.

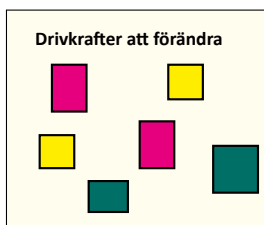
Exempel:

- Värderingar, tex solidaritet, omsorg om ekosystemet
- Kunskap och okunskap
- Annat

Exempel:

Min drivkraft för att vilja förändra min klädkonsumtion och därmed minska mitt textila avfall är att jag fått kunskap om hur vattenslukande bomullsproduktion är.

Min drivkraft för att vilja förändra är att miljötankandet på min arbetsplats är bristfällig.



### 4. Den lokala fråga/det stora system jag/vi helst skulle vilja påverka är:

Fundera på vad du själv skulle vilja påverka i ditt lokalsamhälle eller i ett större sammanhang, utifrån det som står i de andra rutorna. Skriv på post-it-lappar som du sätter i ruta 4.



När dessa steg är gjorda, sätt er i smågrupper och fundera tillsammans.

- Vad som hjälper till att skapa handlingsutrymme är/skulle kunna vara:
- Vad som begränsar mitt/vårt handlingsutrymme är:

Exempel: Min drivkraft för att vilja förändra är att miljötankandet på min arbetsplats är bristfällig och det som begränsar mig är min chefs inställning.



### 3. Tankeövning kring konsumtion, avfall och skräp (ca 15 min)

Fundera i smågrupper om cirka fyra personer på var och hur du producerar avfall.  
Det kan vara bra att börja med att fundera på:

- Hur definierar jag avfall/skräp?
- Vilket avfall producerar jag under en dag?

Exempel på platser/områden:

- Hushållet
- Arbetsplatsen
- Skolan
- Mötesplatsen
- Affären
- Lekplatsen
- Mötesplatsen
- Affären
- Restaurangen
- Transport

Fundera också på vad ni vet om ovanstående områdens avfall - var kommer det ifrån och var hamnar det...?



## 4. Nästa steg: Gemensamt görande (ca 1 timme)

### I storgrupp:

Vilka idéfrön har kommit upp hittills? Har vi några gemensamma tankar/förslag/idéer vi vill genomföra tillsammans?

Enas om ett antal pilotidéer.

I denna fas är det viktigt att tidsbegränsa för att inte sväva ut eller fastna i diskussioner. Sätt timer på tex fem minuter för att bestämma er för vilka pilotidéer ni vill utveckla. ca 15 min

### Arbete i idégrupper:

Dela därefter upp er i mindre idégrupper efter intresse. Ni jobbar i flera omgångar med så många idéer som ryms.

Stödfrågor till idégrupperna:

- Vad behöver vi för att genomföra detta?
- Vem/vilka kan/vill jag samarbeta med? Vilka är mina viktigaste möjliggörare/allierade i ett förändringsarbete? Vilka saknar jag?
- Vad saknar vi för att kunna genomföra det?

### Återsamlas i storgrupp:

Presentera idéerna, få input från de andra grupperna. ca 20 min



## 5. Avslutning (Tidsåtgång 15 min)

- Det här tar jag med mig. Hållbarhets-/avfallslöfte till mig själv: det här ska jag göra imorgon eller den närmaste veckan.
- Det här tar vi med oss. Gemensamt: det här ska vi göra den närmaste månaden eller det närmaste året.
- Skriv gärna ett gemensamt manifest från dagen!



## Extra hjälpmedel: Uppstickare/energisers på vägen (Dessa kan ni ta närsomhelst):



Skapa i skräp! Ha skräp som ni kan göra något kreativt av. Meningsfullt återbruk.



Samtalspaus. Ha en burk med lappar som deltagarna kan dra med jämna mellanrum och ta en kort samtalspaus tillsammans med någon annan. På lapparna kan det tex stå: "det här är jag rädd för" eller "det här längtar jag efter", ...



Läs en dikt



Måla er utopi. Vad är vårt drömsamhälle 2030? Vad tänker du på? Hur ser ditt liv ut? Hur har samhället och människorna ändrat sina konsumtionsmönster? Här behövs papper och färg.



Maskinen. Görs i helgrupp som kreativ samarbetsövning. En går in och ställer sig mitten och föreställer en maskin med hjälp av rörelse/ljud. De andra hakar på och gör en ny rörelse/ljud som en ny funktion i maskinen. Möjliga teman: avfallsmaskin, produktionsmaskin, drömmaskin. Maskinen rör sig snabbare och snabbare tills den går sönder.



# Förslag på andra övningar för kreativa samtal

## Triosamtal

**Triosamtal** är en metod för att berätta, lyssna och ge feedback. Genom aktivt berättande och lyssnande kan vi uppleva och få syn på olika saker i ett samtal. En viktig del är också att få bekräftelse och återkoppling på det du berättat. Det här är ett av många sätt att arbeta med storytelling.

**Berättelse som delas i triogrupperna:** En gång när jag gjorde positiv skillnad för någon eller något.

**Syfte:** Få syn på att du själv kan vara en förändringsaktör och att det du gör i det lilla kan ha påverkan på större strukturer. Få syn på din egen potential och makt att förändra!

### Instruktion

Dela in deltagarna i triogrupper. Är inte antalet deltagare jämnt delbart med tre, så går det bra att ha någon/några grupper med fyra personer men undvik par.

**Deltagarna har varsin roll:** en Berättare, en Lyssnare och en Observatör. Alla i gruppen får prova alla tre roller.

- Berättaren: berättar om sin upplevelse utifrån personliga erfarenheter. Får tala ostört. Det kan vara en händelse privat eller i jobbet, stort eller smått.
- Lyssnaren: lyssnar aktivt på berättaren, utan att ställa frågor under tiden.
- Observatören: noterar nyckelord, ger återkoppling efteråt till Berättaren och Lyssnaren. Det här hörde jag, det här såg jag som avgörande eller en vändpunkt.

**Tidsram:** Introduktion övning 5 min. I grupperna: Berättaren 7 minuter, Observatören återkopplar 3 minuter, upprepas tre gånger. De personliga berättelserna stannar i triogrupperna. Det ni tar med er vidare är upplevelsen och inspirationen.



## Dramaövning om hållbar konsumtion och produktion

En positiv framtidsvision och en dystopi.

**Syfte:** Möjlighet att gestalta och få syn på ytterligheter i framtidsscenarier - dröm eller mardröm. Att konkretisera förändring.

### Instruktion

Dela upp er i grupper om sex till åtta. Hälften av grupperna får en lapp där det står "utopi" och hälften en lapp där det står "dystopi". De ser inte vad de andra grupperna fått för ord.

Förbered en scen som ska spelas upp för de andra. Scenen hämtas från en tänkt vardag år 2030. Ni befinner er på tex er skola, er organisation eller ert företag. Var är ni? Vilka finns där? Vad gör ni, vad konsumerar ni och slänger? Utopi - tänk utifrån att ni är i den bästa av världar. Dystopi - tänk utifrån den sämsta av världar! 10-15 minuter.

Spela sedan upp scenen för de andra grupperna. (5-10 min)

Gemensam reflektion. Vad såg vi? Vilka möjligheter ser vi? (5-10 min)