

# Arbisbladet 02 2021



Helsingfors

# Sol ute, sol inne..

Solen skiner på Nationalmuseets torn genom de ruskafärgade träden nedanför Arbis. Det är höst när den är som bäst. Och det gäller inte bara utomhus, också inne på Arbis känns det att hösten just nu är som bäst. Kurserna kör på för fullt och vi har kunnat ta in flera kursdeltagare än efter som restriktionerna har luckrats upp. Det råder fortsättningsvis en märkbar glädje över att få träffas i det fysiska rummet, både bland kursdeltagare och bland lärare.

Den som förebådade att behovet av arbiskurser skulle försvinna efter coronan, gick bet. Visserligen är vi inte ännu uppe i samma siffror som för ett par år sedan, men trenden är tydlig: Arbis behövs! På de flesta kurser finns det alltså plats, men vi har också kurser med långa köer. Så brukar det vara varje år. Vilka kurser som har kö varierar från år till år, även om vissa kurser ofta återfinns många år i rad. Det brukar vara nybörjarkurser i språk och kurser i praktiska ämnen där vi inte kan ta in så många deltagare per grupp. Ett typexempel är keramik som varit populärt under väldigt många år redan. Ändå slogs nog alla rekord i år med 250 personer i kö till de 15 kurser vi kan erbjuda i våra två keramikverkstäder.

En av orsakerna är förmodligen den brittiska tv-serien Den stora keramiktävlingen som fångat många tittare under det gångna året. Men jag tror också att det handlar om ett nyvaknat intresse att få göra något med händerna. För det talar också köerna till skulptur, croquis, smyckesdesign

och möbelpetsering. Också i undervisningsköket har det uppstått köer, inte minst till kurser med ett hälsoperspektiv. Detsamma gäller för många motionsgrupper.

Men det är inte bara de praktiska ämnena som drar fulla hus; inom alla ämnesområden finns det tydliga favoriter. Så är till exempel skärgårdsnavigation en långkörare. På språksidan är det nu italienskan och franskan som dragit förbi de senaste årens spanska dominans. Och i it är det programmering som gäller, vilket kanske också avspeglar sig i musiken där Electronic Music production visade sig bli en hit. Och vem hade trott att webbkursen i bridge skulle bli så populär? Eller litteraturcirkeln?

Å andra sidan, varför inte? Alla kurser är skapade för att just du ska hitta något som passar dig och ditt sätt att inhämta kunskaper och färdigheter och att utvecklas som människa. Det återspeglas också i det här numret av Arbisbladet, där vi lyfter fram årets tema Ett Arbis på alla sätt.

Kanske får du inspiration till att hitta något alldeles nytt sätt?



**Moa Thors**, rektor





# Personalens återförening

Glädjens dag kan man kanske kalla dagen då Arbis personal äntligen kunde genomföra den redan i fjol planerade gemensamma kvällen. De begränsningar att sammanstråla som coronan medfört luckrades äntligen upp.

Som så många andra arbetsplatser har också Arbis en så kallad Må bra-grupp som planerar och verkställer olika aktiviteter utanför den egentliga arbetstiden. Målet med dessa kravlösa träffar är att hinna samlas och lära känna varandra på ett mera privat plan än det är möjligt i den hektiska vardagen. På träffarna kommer nya personligheter fram och jag blir alltid lika glad då jag skrapat lite under ytan och sett annorlunda och ofta fascinerande sidor hos en kollega. Vi lär oss så mycket, inte bara av våra underbara kursdeltagare, utan också av dem vi ser varje dag på jobbet. En naturlig uppskattning av varandra kommer på köpet. Det blir lättare att i korridoren fråga lite mera än ett ytligt ”hur är det” då man en gång öppnat dörren till det inre.

Det fanns den här gången en alldeles tydlig beställning på att träffas. Aldrig förr har så här många deltagit i Må bra-gruppens evenemang. Vi har i höst dessutom 6 nya medarbetare i huset och det kändes speciellt fint att ha dem med oss.

Den här gången samlades vi i undervisningsköket för att tillsammans tillreda sallader med tillbehör. Alla hade en viktig uppgift och tog ansvar för den. Snabbt hade vi ett vackert uppdukat bord som lockade ögon och gom. Vi hade bland annat inhandlat läckra ostar från den nya lokala ostaffären. Diskmaskinen i undervisningsköket hade samma dag sagt upp kontraktet och 20 personers disk måste skötas för hand. Inga problem tack vare ett fint samarbete.



**Ghita Henriksson,**  
planeringsansvarig lärare i hushåll

#### Arbisbladets redaktion:

**Pia Nybom**, biträdande rektor,  
**Hans-Peter Holmstén**, planeringsansvarig lärare i bildkonst och formgivning,  
**Anna Weber-Länsman**, planeringsansvarig lärare i musik,  
**Ghita Henriksson**, planeringsansvarig lärare i hushåll,  
**Jan Amnell**, planeringsansvarig lärare för ämnesområdet hem och trädgård,  
**Maria Lind**, marknadsplanerare

Foton, illustrationer: **Gabriel Olavarria** (pärmbild), **Gabriel Olavarria** (s. 2), **Ghita Henriksson** (s.3), **Vera Örså**, **Pablo Guajardo Garrido**, **Markus Mäntykannas**, **Martina Lund** (s. 4-5), **Jonas Tana** (s. 6), **Josh Nezon** (s. 7), **Peter Buss**, **Per Fröberg**, **Marie-Therese Hayes** (s. 8-9), **Birgitta Lindberg**, **Gabriel Olavarria** (s. 10-11), **Gabriel Olavarria** (s. 12-15), **Pia Nybom** (s. 14), **Nina Långstedts privata album** (s. 15), **Jussi Vierimaa**, **Wikipedia** (s. 16-17), **Johan Lindberg** (s.18), **Pia Nybom** (s.19), **Ossian Enkvist** (s. 20).

# Ny personal på Arbis

Det här året har faktiskt så många som sex nya personer börjat jobba heltid på Arbis. Vanligtvis får vi inte in så många nya ansikten i huset på så kort tid. Omställningarna beror på pensioneringar, beviljade tjänste- och studieledigheter, en projektanställning och en omsadling. Jag ställde några frågor till våra nya heltidsanställda och så här svarar de på följande frågor.

**När började du jobba på Arbis och vad jobbar du med? Hur har din första tid på Arbis varit? Hur ser din drömkurs ut?**

## Nina Lindblom

Jag började jobba på Arbis i april 2021 som projektkoordinator för ett nätverksprojekt inom SFI-programmet (Svenska för invandrare). Min roll i projektet går ut på att hitta svenskspråkiga praktikplatser i Helsingfors stad för SFI-studerande där de kan genomföra praktiken som ingår i studierna. Med projektet vill vi även öka kunskapen om mångfald och inkludering i Helsingfors stad, skapa ett nätverk och visa hur en integrationsstig på svenska kan se ut. Jag producerar praktikmaterial, arrangerar evenemang och workshoppar som berör arbetsfrågor så som rättigheter och skyldigheter inom arbetslivet. Vi vill att studerandena blir medvetna om sina rättigheter och skyldigheter som arbetstagare och att arbetsgivare har insikt i jämlikhetsfrågor och fördelarna med en internationell arbetsplats. För tillfället jobbar jag bland annat med vårt seminarium Helsingfors en stad för alla som äger rum 15.12 och handlar om den svenska integrationsstigen.

Min första tid på Arbis har varit trevlig. Jag är utbildad sociolog och har arbetat med minoriteter tidigare, samt bott

utomlands i etapper själv. Jag känner att jag har mycket nytta av tidigare erfarenheter i mitt nuvarande jobb och så får jag syssla med intressanta koordineringsuppgifter. Det är också roligt att befinna sig i ett hus med så många experter på olika ämnen. Jag lyssnar med intresse på mina kollegor och lärarna. Vi har väldigt olika arbetsuppgifter fastän vi jobbar på samma arbetsplats.

Min drömkurs skulle kanske vara någonting som kombinerar mat och musik? Jag har i höst gått på matlagningskurser på Arbis för första gången och det har kanske varit höstens höjdpunkt. Jag är en kulturnörd som gillar musik och konst på min fritid, speciellt elektronisk musik. Så kanske någon kombination av dessa? Jag är även intresserad av att lära mig laga gott persiskt ris.



## Emma Laihanen

Jag var timlärare i svenska i våras och från och med augusti har jag jobbat som planeringsansvarig lärare i svenska, nordiska språk, litteratur, teater och modersmål.

Hösten har varit mycket spännande! Jag har lärt känna många studerande och lärare och det har verkligen varit roligt att träffa folk på plats, inte bara via Teams eller dylikt.

Min drömkurs på Arbis skulle vara en kurs där man har det roligt och får skratta. Jag lyssnar mycket på musik på svenska så kanske skulle jag kombinera svensk musik och svenska språket.



## Artyom Novosyolov

Jag började arbeta på Arbis som städare den 23 augusti. Jag städar första och fjärde våningen.

Min första tid på Arbis har varit svår, eftersom städarens arbete inte är så lätt. Men, jag kan säga att jag har vant mig nu.

Jag studerar svenska själv hemma, när jag har tid. Och det skulle vara trevligt, om det skulle finnas en kort kurs i svensk grammatik.

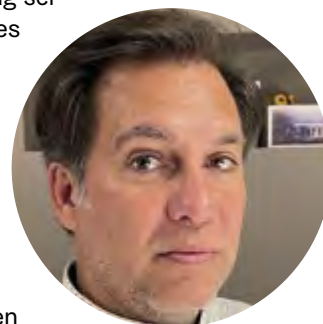


## Pablo Guajardo Garrido

Jag påbörjade mitt arbete på Helsingfors arbis som planeringsansvarig lärare den 1 augusti 2021. Jag undervisar i samhällsämnena inom SFI-programmet på alla nivåer och dessutom undervisar jag och ansvarar för kursutbudet inom ämnesområdet människa, samhälle och kultur.

Min första tid på Arbis har varit intensiv och lärorik. Jag känner att jag lär mig nya saker hela tiden och att ingen dag blir lik en annan. Jag upplever arbetet som mångfacetterat och utvecklande och dessutom trivs jag mycket fint i denna arbetsmiljö. Jag vill även lyfta fram att jag uppskattar all hjälp och allt stöd jag har fått från både ledning och kolleger.

Jag skulle gärna vilja utveckla en kurs med fokus på närradio. Jag ser framför mig Arbis alldeles egna radio-kanal. Man ska kunna producera egna podcast och radioprogram med deltagarna i alla möjliga kurser. Detta skulle ge alla chansen att dokumentera och utveckla sina verksamheter och samtidigt ge Arbis en viktig plats i samhällsdebatten.



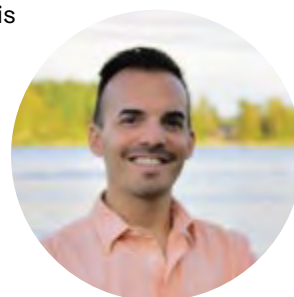
## Gabriel Palma Muñoz

Jag började på Arbis 9 augusti som kurssekreterare och sköter tillsammans med mina roliga kollegor kundservice, kursadministration och fakturering.

Från första dagen blev jag bemött av trevliga kollegor och spännande uppgifter. Det var mycket på gång just under anmälningstiden men jag kom snabbt in i momentet och kände mig så välkommen.

Eftersom jag är en gottegris så skulle min drömkurs vara veganska bakelser och efterrätter.

På grund av en oförutsedd utlandsflytt slutade Gabriel tyvärr på Arbis 26.10. Han efterträds av Adina Tallberg som inte hann med i den här intervjun.



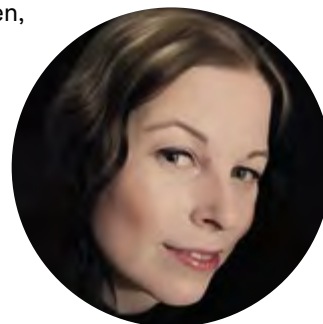
## Martina Lund

Jag började jobba på Arbis som byråsekreterare i september i år. Till mina arbetsuppgifter hör olika administrativa uppgifter och kundserviceuppgifter.

Min första tid på Arbis har varit fylld av mångsidiga arbetsuppgifter, härliga kollegor samt många glada kursdeltagare.

En dekorera dina bakverk-kurs skulle vara rolig att delta i. Att dekorera sina egna bakverk är roligt, kreativt och hö-

jer själva smakupplevelsen, men att skapa fantasifulla tårt- och blomdekorationer är ofta lättare sagt än gjort. Skulle vara spännande att få pröva på olika redskap, dekorationstekniker och på så vis få skapa sina egna mästerverk.



## Isabella, Petra och Björn

Några nya deltidsanställda unga vuxna finns också i personalen: Isabella Ollus jobbar som kvällskanslist fyra kvällar i veckan, Petra Lindberg som inhoppande biblioteksfunktionär två kvällar i veckan och Björn Karlsson

som lördagsvaktmästare under höstterminen. Precis som varje år finns det också många nya timplärare och föreläsare i Arbis stora och internationella lärarkår som består av över 200 personer.



**Pia Nybom**, biträdande rektor



# Webbkurser på fram marsch

I år finns det betydligt flera webbkurser i Arbis utbud än under åren före pandemin. Stängningen av Arbishuset och övergången till webbaserad undervisning gav oss en massa erfarenheter av att undervisa på distans. Dem har vi nu omsatt i praktiken och man kan i år gå på webbkurser i många olika ämnen. I höst har vi igen fått öppna huset och ta emot kursdeltagare. Många väljer ändå en webbkurs framom att delta på plats. Hur kommer det sig?

**Ullabella Wrede** deltar i en webbkurs i bridgespel. Det är en kurs som fördjupar redan inlärd färdigheter. En grundkurs i bridgespel erbjuds också på webben och till den är det faktiskt kö. Man kan också delta i bridgekurser på plats på Arbis. Lärare för alla kurserna är Agneta Berglund.

Ullabella, 81 år, lärde sig grunderna i bridge av sin svärmor för ca 60 år sedan. Hon har haft många års pauser i sitt spelande, men har spelat regelbundet i Grankulla de senaste tio åren. Hon fick höra talas om Agnetas webbkurser och när det under coronanedstängningen blev möjligt att gå med i en kurs på nätet gjorde hon det. Eftersom Ullabella bor i Grankulla och är till åren kommen vill hon inte åka in till Helsingfors på kvällen.

För att spela behöver man ha tillgång till internet via en dator eller en iPad. Tekniskt kunnande krävs av läraren men det hanterar Agneta suveränt. Hon är dessutom är en duktig lärare, berömmar Ullabella, vilket väl köerna till hennes kurser vittnar om. En kurs på webben medför ju att man inte träffas fysiskt, men både på BBO (Bridge Base Online) och Real Bridge-plattformarna ser man varandra och man kan hela tiden prata med varandra. Det gör att alla spelarna känns bekanta. I övrigt är det bekvämt och behändigt att spela på webben, tycker Ullabella, som utan vidare kommer att fortsätta spela på nätet och rekommenderar det också till andra spelare. Hon tror att coronan medfört ett stort intresse för det här liksom för distansarbete.

**Annika Forsten** går en webbkurs i kinesiska som fokuserar på praktiskt vardagsspråk. Kursen heter Mandarin corner och lärare är Yu Ramsay. Eftersom Annika jobbar på distans nuförtiden och Arbis är för långt borta blir det mera praktiskt så här. Det ger henne också möjligheten att spara restid och komma i säng tidigare. Andra fördelar som Annika nämner är att man kan röra på sig, till exempel gympa under lektionen, samt att man kan öva uttal utan att störa andra. Man kan också ha en betydligt bekvämare ställning än i de obekväma stolarna på Arbis.

Annika använder sig av sin iPad för ljudkvalitetens skull och för att kunna bära den med sig om hon tillfälligt måste gå någonstans. Samtidigt är hon inloggad på datorn för att kolla texten på lärarens sida. Läraren behöver kunna tekniken och testa i förväg med verktygen, det är inte alltid så lätt, speciellt inte med Teams. Det samma gäller för deltagarna, den första gången kräver tid för att få allt att fungera.

Webbkurser rekommenderar Annika för alla som har svårt att ta sig till Arbis och som inte absolut vill vara på plats. Grupparbete fungerar till och med bättre eftersom man inte blir störd av andra grupper. Då de som inte pratar har mikrofonen avstängd, blir man inte störd av onödiga ljud. Man ser också bättre och kan förstora bilden vid behov. Eftersom man inte behöver sätta tid på resor kan man också ha en kortare lektion. Det är tillräckligt med 45 minuter, man orkar väldigt mycket bättre på det sättet. Samtidigt kan kursen starta tidigare på dagen.



**Pia Nybom**, biträdande rektor



# Hur jag hamnade på det spanska tåget

Egentligen var det ett misstag som gjorde att jag började läsa spanska nu i höst. Jag ställde upp som försökskanin för att kansliet snabbt skulle få reda på om överföringen av kursdeltagare från vårt administrativa program till lärplattformen ItsLearning hade lyckats. Efter överföringen skulle mina uppgifter tas bort.

Men eftersom borttagningen av mig var av underordnad betydelse i jämförelse med att få in alla studerande på rätt kurs, blev jag kvar i rullorna till nästa dag. Och vips hade kursens lärare upptäckt mig på sin lista och hälsade mig hjärtligt välkommen till webbkursen i spanska. Visserligen nog med en försiktig förfrågan om jag läst spanska tidigare, det här var trots allt spanska andra året.

Först skrattade jag bara åt det hela, men innan jag hunnit skicka iväg mitt avböjande svar till läraren, började jag fundera på saken. Varför inte egentligen? Jag hade de facto läst lite spanska på egen hand, men det var ju hundra år sedan. Eller åtminstone trettio. Hm...

Jag kollade läroboken för att se hur långt de hade kommit under fjolåret och om jag överhuvudtaget kom ihåg någonting från mina tidigare studier. Till min glädje märkte jag att jag förstod det mesta – jag har naturligtvis stor hjälp av min bakgrund som fransklärare – och beslutade mig för att inte avboka min plats. I stället införskaffade jag boken och började läsa in de första kapitlen. Jag tillämpade den teknik som jag brukade predika för mina kursdeltagare: hellre lite varje dag än mycket bara en gång i veckan. Jag sökte

också fram spanska poddar som handlade om ämnen jag är intresserad av, näring och hälsa – nutrición y salud, och lät dem skölja över mig. Naturligtvis förstår jag bara en bråkdel, men nu efter ett par månader ändå betydligt mer än innan. Det finns trots allt en massa internationella begrepp som gör att man hänger med åtminstone lite.

Det här stadiet i språkstudier är nog det mest motiverande då framstegen märks så tydligt. Och det känns helt fantastiskt! Inte för att jag behöver spanskan just nu, det var som sagt en tillfällighet att jag kom att hoppa på det spanska tåget. Nej, det handlar om att kunskap i sig har ett egenvärde; vi behöver inte alltid ta in kunskap för något specifikt ändamål utan helt enkelt bara för att det är roligt att lära sig något nytt och på det sättet utvecklas. Som en bonus kommer vi troligtvis ändå att förr eller senare ha nytta av den kunskapen, på ett eller annat sätt.

Jag måste också säga att det där med webbkurs på ett bestämt klockslag en gång i veckan inte alls är så tokigt, i synnerhet inte som kursen slutar 21.15 och jag då inte mera behöver ta mig hem utan kan hoppa direkt i säng och fortsätta att böja spanska verb i sömnen.



**Moa Thors**, rektor



# En frivillig sommarskurs i italienska

***"Buon giorno tutti!***

***Uno, due, tre, quattro, cinque, sei, sette, otto, nove, dieci. Tutti qui, bene.***

***Benvenuti a nostra visita turistica a Roma. Vedremo i piu famosi monumenti nella questa città unica.***

***Sono vostra guida, mi chiama Paola, sono italiana e abita a Roma.***

***E voi, come vi chiamate? Di dove siete?"***

***"Goddag allihopa!***

***Ett, två, tre, fyra, fem, sex, sju, åtta, nio, tio. Alla är här, bra. Välkomna till vår turistresa i Rom. Vi kommer att se många berömda monument i denna unika stad.***

***Jag är er guide, jag heter Paola, jag är italienska och bor i Rom.***

***Och ni, vad heter ni och varifrån kommer ni?"***

Efter vårens Teams- lektioner med vår lärarinna Corinna Casi var vi i god fart med italienskan och kände att vi hade lärt oss mycket, även om vi inte hade kunnat träffas på Arbis. Sommaren och sommarlovet nalkades och vi kom ihåg hur mycket vi hade glömt under de tidigare sommarloven. Då föreslog Harry Zilliacus, att vi kunde göra något även under sommaren. Vi kunde skriva en berättelse på italienska tillsammans, men på distans. Det ville vi gärna göra. Det skulle vara roligt att pröva på något nytt.

***Annelise e Pentti sono in ritardo rispetto al resto del gruppo. Mentre loro parlano in tutta pace Annelise nota che la sua borsa è perduta. Solo la tracolla è rimasta. Insieme loro chiamano: "ladro, rapina, aiuto!" Immediatamente arrivano le guardie e la polizia.***

***Pentti lascia Annelise con la polizia e corre dietro al ladro. Poi non sono Pentti ed il ladro andati.***

***Annelise och Pentti kommer efter den övriga gruppen i folkmassan och medan de diskuterar i lugn och ro märker Annelise plötsligt att hennes handväska är borta. Bara axelremmen är kvar. Båda börjar skrika: rån, tjuv, hjälp! Och vakterna och polisen kommer genast till dem.***

***Pentti lämnar Annelise hos poliserna och försöker springa efter rånaren. Men sen är både rånaren och Pentti borta.***

Vi började med att diskutera temat. Första förslaget var en deckare. Men en del konstaterade, att de inte vill mörda någon. Så vi kom överens om att skriva om en turistresa i Rom. Med Rom som tema får man också hjälp från nätet, det finns mycket skrivet om Rom och dess sevärdheter – också på italienska.



***Il gruppo scende dall'autobus e si gusta un delizioso pranzo italiano insieme. La pasta è meravigliosa e le conversazioni sono interessanti per tutti. L'intero gruppo al completo avanza lentamente verso Piazza Navona. Ci sono molte personer ma tutti hanno tempo per ammirare fontänerna e la piazza.***

*Gruppen går av bussen och njuter av en utsökt italiensk lunch tillsammans. Pastan är underbar och samtalen är intressanta för alla. Hela gruppen går sakta fram mot Piazza Navona. Det är många människor men alla hinner beundra fontänerna och torget.*

Harry, som var vår moderator, gav oss tidtabellen. Vi hade en vecka tid att skriva texten efter att den föregående skribenten hade skickat sin text per email.

Harry såg till att vi skrev våra texter i tid. Om någon text inte dök upp i utsatt tid, frågade Harry artigt om vi hade något problem.

Harrys råd var att inte vara rädda att göra fel och att inte tänka för mycket på grammatiken etc. Det viktigaste var att åstadkomma en text. (Men troligen kämpade var och en ändå för att undvika fel.)

***“Buongiorno a tutti! Non sono in ritardo vero? Che giornata abbiamo avuto ieri! Allora, oggi noi abbiamo molto da vedere, proviamo di restare insieme come gruppo, ok? Bene.”***

***Paola parla del programma di oggi. La prima attrazione della giornata è il Colosseo e poi cammineranno verso Foro Romano. Il Colosseo è pieno di popoli ma la visita è nonostante magnifico.***

*“God morgon allihopa! Jag är inte sen, eller? Vilken dag vi hade igår ... Så, idag har vi mycket att se, låt oss försöka stanna tillsammans som en grupp, ok? Bra.»*

*Paola berättar om dagens program. Dagens första attraktion är Colosseum och sedan går de mot Forum Romanum. Colosseum är fullt av människor men besöket är ändå magnifikt.*

Det var mycket spännande att vänta på vad den följande skribenten hade hittat på. Fast vi inte skrev en deckare, var det ett och annat spännande som hände vår turistgrupp i Rom: Turistguiden Paola hade svårigheter med att hålla ihop gruppen, en romans som led till förlovning, en blev rånad och fördes till sjukhuset, en annan blev arresterad av italienska poliser...

***Paola sospira: la guida è finita e Paola si sente come un panno contorto. Ringrazia il gruppo e augura a tutti un buon proseguimento e viaggio.***

***Paola cammina lungo Via Nicola Salvi. Quando finalmente raggiunge il negozio Carrefour, ha già ritrovato la sua rara calma. Alla coda alla cassa, vede un volto familiare dei suoi giorni da studentessa:***

***Corinna! Cosa stai facendo qui? Come stai? I tuoi studi iniziano a essere completati? Conosci un Pentti di Kuopio in Finlandia? Ho avuto un gruppo moltississimissimi bizzarro da guidare per due giorni... C'è lavoro anche per me in Finlandia?”***

*Paola suckar – guidningen är slut och Paola känner sig som en urvriden trasa. Hon tackar gruppen och önskar dem alla god fortsättning.*

*Paola promenerar bortåt längs med Via Nicola Salvi. När hon äntligen når Carrefour-butiken har hon redan återfunnit sitt sällsynta lugn. Vid kassankön ser hon ett bekant ansikte från studietiderna:*

*“Corinna! Vad gör du här? Hur mår du? Börjar dina studier vara färdiga? Känner du en Pentti från Kuopio i Finland? Jag har haft en mycket mycket bisarr grupp att guida i två dagar, finns det arbete i Finland för mig också?”*

Berättelsen blev färdig i tid och samarbetet kändes så givande, att vi kom överens om att göra det på nytt, dvs. skriva ytterligare en berättelse.

Nu gällde det en italiensk familj, som kom till Helsingfors och den finska guiden Harry visade omkring familjen, till exempel till Biennalen på Skanslandet, Sveaborg, Harrys barndoms regioner i södra Helsingfors, viktiga sevärdheter i Tölö som Ostrobotnia, Arbis, Jaskas grill, och förstås kaféerna Fazer och Ekberg.

Så här beskriver deltagaren vår frivilliga sommarkurs, som vi kallade det:

*“Arbis sommarlov är långt så det var nyttigt att hålla språket i färskt minne och dessutom roligt att hålla lite kontakt med gruppen! Det blev lite utmanande att hålla koll på deadlines under sommaren, men Harry var duktig på att hålla reda på oss.”*

*“Hela idén var superfin och det var ju roligt att komma på något tillsammans och försöka förstå vad alla andra hade skrivit. Skulle absolut rekommendera det för andra kursdeltagare i språkkurser!”*

*“Det kan konstateras att en sådan ”frivillig sommarövning” kan förstärka kohesionen inom gruppen, vilket jag tycker den gjorde i vårt fall. Det är en väldigt positiv sak, som jag är riktigt glad över. Gruppen måste också hålla en viss nivå för att alltsammans skall löna sig och passar knappast för de första årens kursister. Det gäller också att hitta passliga teman, vilket vi gjorde.”*

**Emelie Cockerell, Ida Fraser, Håkan Granlund, Lena Jeny-tin, Anna-Maija Lukkari, Harry Zilliacus**

Studerande på Arbis kurs Italienska 4, läsåret 2020–2021

# Liv och rörelse i gympasalen!

Det är trevligt att kunna konstatera att kursdeltagarna har hittat tillbaka till Arbis motionskurser. De flesta kurserna strömmades förra våren men nu är vi här på plats igen och stortrivs. Många kursdeltagare säger sig ha hållit i gång under det senaste året men påpekar samtidigt att det nog inte varit lika effektivt och framför allt inte lika roligt som att gympa tillsammans. Man får helt enkelt energi av de andra i gruppen och sätter kanske i en extra växel av bara farten. Många poängterar också den sociala biten, man har saknat alla samtal före och efter gympan. Dessutom smakar kaffet och den välförtjänta bullen efter ansträngningen mycket bättre i sällskap.



Coretränarna och stretcharna blir vigulanta med hjälp av gummiband. De flesta har saknat att få direkt feedback på övningarna då kurserna strömmades. Man var ibland lite osäker på om man t.ex. gjorde tøjningarna "rätt" och det känns skönt att kunna lita på att läraren checkar linjeringarna och utgångsställningarna för att få bättre effekt av tøjningarna



Lätt seniorgymnastik blir det med hjälp av en stol. Stolen är ett mångsidigt redskap och vissa rörelser blir till och med effektivare när man gör dem sittande. Stolen fungerar också som stöd för balansen när man gör rörelser stående. Alla är överens om att stolgympan på Arbis är en ypperlig orsak att komma ut och iväg!



Babyboom! Sällan har Arbis mammagympa haft så många deltagare som i år. Gympan erbjuder socialt sammanhang både för mammorna och för bebisarna. Det är trevligt att träffa andra mammor, utbyta erfarenheter, ge och ta emot tips angående allt som har med småbarnstiden att göra. Starka muskler får man på köpet!



Här får sig magmusklerna en omgång under Seniorgymnastik för herrar. Hemma när man gympade kunde det hända att man "fuska-de" just med de övningarna säger herrarna och skrattar. I grupp anstränger man sig lite extra och känner sig också lite extra nöjd med sig själv efter gympan :)



Hösten 2020 startade Arbis sin första utegympa för seniorer. Det är skönt att kunna motionera i frisk luft och gräskullen utanför Arbis utgör en trevlig miljö för gympan. Vädret har varit perfekt under hela hösten, inga regnskurar har överraskat. Gympan tar nu paus och fortsätter igen i mars då vädret förhoppningsvis igen är gynnsamt.

**Birgitta Lindberg**, planeringsansvarig lärare för motion, hälsa och välmående



# På skogsutflykt med SFI

Allt sedan jag flyttade till Finland, har jag varit nyfiken på kontakten som finländarna har med skogen. Skogsutflykter som en upplevelse, dem kan de planera på ett sätt så att det blir mysigt och rofyllt, även om vädret inte är det bästa.

Jag som kommer från en stor huvudstad, Santiago de Chile, är inte så van vid den här typen av utflykter.

Av den orsaken kan jag se det som något som kräver mycket arbete, eftersom det inte är så nära och lätt att komma till dessa platser i mitt land. Men så är inte fallet i Finland. Naturen är nära städerna eller i staden, finländarna respekterar den mycket och de uppskattar mycket att vara i skogen och de aktiviteter man kan göra där.

Torsdagen den 17 oktober var jag med på en utflykt till Nybondas som Arbis organiserade för SFI-studerande på integrationsprogram 1 för att lära sej vilka svampar man kan

plocka. Jag var inbjuden att gå med gruppen för att ta några bilder och göra en video om erfarenheten. Gruppen träffades på morgonen i skolan och vi åkte till Metrostationen Nordsjö, och skulle sedan gå till fots till skogen. På vägen träffades vi med Elisabeth Eriksson från Marthaförbundet som är expert på svamp och skulle hjälpa oss att lära känna olika typer av svamp vi kunde hitta i skogen.

Lyckligtvis var vädret bra hela morgonen och gruppen kunde ha en bra utflykt med några pauser för att äta god mat lagad av våra lärare Ghita och Pablo. Jag hade en bra upplevelse med gruppen och jag hoppas att mina bilder kan visa den speciella dagen vi hade.

**Gabriel Olavarria Jimenez**, SFI-studerande och praktikant på Arbis





# Perma – vaddåförnågot?

Man säger ibland skämtsamt att permakultur är världens största miljörörelse som ingen känner till. Och visst, det är ett tankesätt som omfattar väldigt mycket, och som därför är svårt att beskriva i en riktigt kortfattad definition, men jag ska försöka.

## **Permakultur är:**

- traditionell kunskap och innovation
- ett designverktyg, för att designa din odling, ditt liv eller ett samhälle
- en naturnära livsstil
- rent vatten, hälsosam mat, mänskliga rättigheter
- en process för personlig förändring
- att använda naturen som modell för människornas och planetens välmående

I permakultur är etiken central, mot den speglar man varje handling och idé. Etiken är som en triangel med tre vassa spetsar: omsorg om jorden, omsorg om människor, rättvis fördelning.

## Omsorg om jorden

Vi har saker som vi är mycket medvetna om som inte fungerar så bra idag – vi har välfärdssjukdomar (i västvärlden har t.ex. övervikt varit ett större problem än livsmedelsbrist i många tiotals år redan), vi har klimatförändringen, förlust av biodiversitet. Det är inga småsaker. Vi har alla behov av ren luft, rent vatten och god hälsa men de behoven uppfylls inte. Om vi är intresserade av hälsa måste vi vara intresserade av jord, för det finns ett samband mellan jordens hälsa och vår hälsa. Maten vi äter kommer av växter som odlas i jorden, vattnet vi dricker renas ofta genom jorden, syret vi andas kommer från växter som behöver en frisk jord... Visst är det egentligen ganska självklara saker.

De senaste 70 åren har vi odlat på ett sätt som drastiskt minskat humushalten i våra jordar. Det betyder att vi har en jord där biologin inte fungerar och vi har en process som är skadlig för klimatet.

I en handfull jord finns miljarderna av mikroorganismer. Det systemet med bakterier, svampar och mikroliv är oerhört komplext och precis som världshaven utforskat och okänt. Det vi inte heller vet är hur detta komplexa och fascinerande system påverkas av de förändringar i miljön vi människor bidrar med!

Vad vi däremot vet är att naturen fungerar i ett helt system och att vi är en del av naturen. Men, vi behöver tänka om, vi behöver göra något bättre i vår strävan att odla hälsosam mat och ta hand om vår planet. Vi har bara en.

## Omsorg om människor

Den andra etiska grundprincipen i permakultur är omsorg om människan. Hur kan vi bygga samhällen där alla människor har en möjlighet att leva ett bra liv? Hos oss i Norden och globalt? Det finns ingen permakultur som inte inkluderar människan och människans välmående. Det personliga ansvaret är centralt, att acceptera att vi verkligen har ansvar för våra val, ansvar för våra egna liv och vår personliga utveckling. Kan vi sedan leva tillsammans utan att producera eller konsumera materiella saker? Hur svårt är inte det i våra västerländska samhällen där vi inte bara konsumerar utan hela tiden överkonsumerar; mat, kläder, inredning, resor, upplevelser, ja allt.

Omsorg om människor betyder också att tänka efter varje gång man köper någonting; under vilka förhållanden är just den här saken producerad? Har de människor som tillverkat eller odlat det du äter eller använder fått en skälig lön? Är det rimligt att tro att de personerna har tillgång till rent vatten och frisk luft? Om inte, köp inte.

## Rättvis fördelning – fair share

Den tredje och sista etiska grundprincipen inom permakultur: rättvisa. Att dela med sig. Att arbeta för en lite mera jämlik fördelning av jordens resurser. Den här gången har jag skrivit, raderat, skrivit och raderat igen, för det här är stort, politiskt och svårt. Och vad har jag att komma med som själv har trippelt upp av allt jag någonsin behöver och kunde bli mycket bättre på att dela med mig.

Det ligger nära till hands att kritisera konsumtionssamhället baserat på ständig tillväxt men då fransäger jag mig också mitt eget ansvar. Jag har ett eget ansvar, jag är inte maktlös, jag kan ta makten i egna händer och göra val som har betydelse, val som är mera rättvisa. Men det är minnsann inte lätt att vara en medveten konsument idag, det är så lätt att blunda och tro att det vi konsumerar är producerat på ett rättvist sätt någonstans långt borta, på andra sidan Långtbortistan.

Klimatfrågan är också en rättvisefråga. Klimatförändringarna drabbar de redan nu utsatta människorna värst. Samtidigt är det den rikaste delen av mänskligheten som till största delen orsakar klimatförändringarna. Principen om "fair share" betyder också att öppet dela med sig av kunskap, idéer, kultur och erfarenhet.

*Nina Långstedt är jordbrukare, agrolog, permakulturdesigner, sommarcaféinnehavare, skogsröjare, odlare, tyckare och tänkare som helt snöat in på jordhälsa och regenerativa odlingsmetoder. Texten är ett utdrag ur hennes blogg som heter Sense of Humus.*

*Nina har studerat/studerar permakultur och har en PDC, ett permakulturdigncertifikat. Då och då håller hon kortkurser i sitt växthus, det handlar mest om odling. På Arbis kan man våren 2022 gå en flerformskurs i permakulturdign (kurskod A220215). Gruppen träffas två gånger på webben och därefter en lördag på Ninas gård i Ingå. Bilden är från en tidigare kurs. Man plockar rallarros för att göra Ivan chai-te.*



# Vad kan en sång berätta om kolonialism?

**Introduktion till Marika Kivinen's föreläsning 30.3, onsdag kl. 18.05–19.35, rum 23.**

Redan länge har jag varit fascinerad av hur föreställningar om världen skapas. Hur "vet" vi att "Afrika" ser ut på ett visst sätt? Hur "vet" vi hur livet på Tahiti är? Hur kommer det sig att vi vet, eller tror oss veta, hur vissa människor eller platser är, till och med då vi aldrig besökt dem, eller aldrig mött människor från de orterna? Och hur kommer det sig att vi tror oss veta vad vi kommer att möta innan vi ens begett oss iväg på vår resa?

Vi möter stereotypier och föreställningar om människor och platser dagligen. Jag tänker att film, tv, reklam, musik, bildkonst och litteratur skapar mentala geografier. Ofta är det omöjligt att ens skilja på fakta och fiktion, eller de flyter in i varandra. Många av de föreställningar vi kringgärdas av, och som påverkar människors vardag i Finland idag, går tillbaka till den europeiska kolonialismen.





En teckning av Rarahu, den fiktiva flickan i Pierre Lotis roman. Teckningen är av Pierre Loti.

Det här är några av de teman vi kommer att diskutera på föreläsningen. Men istället för att starta i de stora frågorna, närmar vi oss tematiken utgående från en sång. År 1922 komponerade Sulho Ranta (1901–1960), då han ännu var studerande vid Helsingfors Musikinstitut (föregångaren till Sibelius-Akademien) en kort sång vid namn Rarahu. Sången är mellan tre och fyra minuter lång och bygger på bara fem toner och lockar på olika sätt fram en bild av Tahiti. Sången skapar föreställningar om den "exotiska" ön och om polynesier – särskilt om polynesiska kvinnor.

Sången är skriven till en dikt, som inspirerats av den franska författaren Pierre Lotis bok Rarahu. Loti, som egentligen var en marinofficer vid namn Julien Viaud, skrev sin romantiska roman år 1880 och år 1917 översattes den till finska. Lotis romaner inspirerade många finländska författare och konstnärer. I 1920-talets finländska kulturliv fanns ett intresse för internationalism och exotism.

Föreläsningen bygger på mitt pågående doktorandarbete i allmän historia vid Åbo Akademi. Med understöd av bl.a. Svenska Kulturfonden, Fonden Till Hedvigs minne och projektet Untold Stories som finansieras av Konestiftelsen gör jag tre konserter som fokuserar på exotism i finländsk

konstmusik i början av 1900-talet. Det är en särskilt spännande tid att studera, eftersom det är en period då språkstrider pågick, Finland blev självständigt och genomled ett inbördeskrig. Det är också en tid av urbanisering och modernisering, då olika grupper av författare och kompositörer strävade till ett nyskapande och till att bryta gamla mönster.

I min avhandling skriver jag om sångerna och deras historiska bakgrund. Särskilt spännande tycker jag det är att fundera på hurdana känslor som olika sånger vill locka fram hos lyssnaren. Det är inte bara olika mentala bilder som sångerna frammanar, utan ofta vill de också locka oss till att känna t.ex. nyfikenhet, kärlek, avsky, fascination eller rädsla.

Jag tänker mig att det är viktigt att som lyssnare kunna förhålla sig också till musik på ett kritiskt sätt. Välkommen att stanna upp vid den här sången. Tillsammans kan vi öva oss på att bli medvetna om olika lager av tankar och känslor och historier som musik kan bära på.

Du kan lyssna på sången här:

<https://areena.yle.fi/audio/1-50961100>

Du kan läsa mer om min forskning på [www.marikakivinen.com](http://www.marikakivinen.com)

**Marika Kivinen**, sånglärare



Foto från ca 1863 av drottning Pömare IV som regerade på Tahiti 1827–77.



# Bibliotekets hälsning

Efter att periodvis ha varit stängt för besök under det gångna året har biblioteket äntligen kunnat öppna sina dörrar igen. Det lånas åter skönlitteratur och kursböcker eller läses tidningar i biblioteket och kaféet. Överhuvudtaget verkar det bland bibliotekets användare finnas en återväckt nyfikenhet för olika fenomen efter coronatidens isolering. Som bibliotekarie är det även trevligt att återse tidigare stamkunder och även nya användare har hittat till biblioteket, både yngre och äldre.

Men som det säkert gäller Arbis överlag, har coronatidens undantagsförhållanden även påverkat biblioteket. Lånetiderna har förlängts extra mycket under den långa perioden, nästan så att känslan av att böckerna gått förlorade ibland varit kännbar. Även kontakten till stamlåntagarna var länge bruten då de före coronan kanske kom flera gånger i veckan. Jag överdriver säkert inte då jag säger att coronaisoleringen har gjort ett stort avtryck i våra liv, vars inverkan finns på flera plan och kommer att påverka oss länge. Trots isoleringens många negativa följder är det ändå intressant att finländarnas läsande ökade under pandemin och att detta skedde oavsett ålder. Säkert finns det helt naturliga förklaringar till detta, som att läsandet gett trygghet i osäkerheten, men också att det fanns mer tid för läsning då tiden fördrevs nästan helt hemma.

Redan i början av coronan fick samhället också prov på vad det innebar att stänga de allmänna biblioteken: jag hörde om, och fick själv samtal från äldre hjälpsökande låntagare i isolering som inte hade möjlighet att (eller kanske inte ville) använda strömmade ljudböcker eller e-böcker. Jag kände mig något otillräcklig som bibliotekarie i början av nedstängningen när möjligheterna till gratis läsning av nya böcker på webben var i det närmaste obefintliga; de allmänna bibliotekens e-böcker fanns förvisso, men speciellt för äldre kun-

der kan det vara svårt att använda den teknik som behövs för att läsa e-böcker eller lyssna på strömmade ljudböcker. Därtill är e-böckerna ännu långt ifrån lika många som de tryckta, fastän antalet ökar hela tiden.

Men i takt med att samhället öppnade upp, ökade också bibliotekens verksamhet. I eftertankens kranka blekhet kan vi vara glada att det finns webbplatser som Litteraturbanken i Sverige eller andra med bland annat statliga kulturmedel finansierade litteraturkällor som gratis ställer litteratur till förfogande för allmänheten.

Till sist ett litet lovtal för Arbis bibliotek, biblioteken i allmänhet och bildningens betydelse. När årets nobelpristagare i litteratur kungjordes i november gick priset som bekant till tanzaniern Abdulrazak Gurnah. Att Arbis bibliotek var det enda i huvudstadsregionen som hade det ena av hans två verk som översatts till svenska, kan säkert härledas till den tidigare bibliotekarien Benedict von Wright och hans intresse för Afrika. Detta exempel visar att långsiktigt samlingsarbete i bibliotek kan bära god frukt och att även mindre bibliotek kan återge den stora världens liv och litteratur.

Jag tror att pandemin har lärt oss hur mycket vi behöver biblioteken och de möjligheter att upprätthålla kulturen, bildningen och demokratin som de ger. Speciellt i dagens läge när demokratin på olika håll i världen är hotad. Man kan gällande pandemin kanske tala om en väckarklocka, fastän man inte ville få denna form av väckning, naturligtvis. Därför är det viktigt att under alla tider värna om innehållet i bibliotekens hyllor och att det är gratis tillträde till innehållet.



**Johan Lindberg**, bibliotekarie

# Fyll opp!

- **Fyll opp, sa U på en mindre välbesökt föreläsning.**
- **Vad menar du? frågade jag.**
- **Jaa, att man skall delta när det ordnas något. Fyll opp i bänkraderna, alltså.**

Det, om något, är väl en tanke som ligger rätt i tiden. Många har väntat och längtat på att få ta del av kultur- och evenemangsutbudet igen. Inte minst har alla arrangörer, som till lust och leda skjutit på och ställt in sina evenemang, suktat efter att få öppna portar och dörrar på vidgavel för att välkomna publiken tillbaka rent fysiskt. Visst har man redan innan pandemin stått där som arrangör i någon lokal och hoppats, hoppats på att folk sluter upp. Den mängd timmar av planering och arrangemang som involverat ivriga volontärer (eller avlönade, beroende på budgeten man har) skall väl få kulminera i glädje och nya insikter för flera än man själv?

Det här är en devis jag försökt leva efter i sommar. Jag gjorde slag i saken och anmälde mig till ett talkoarbete för att utrota jättebalsaminer i Kroggård. En gång var vi fem deltagare, en gång bara arrangören och jag, och en gång gick jag dit på egen hand. Det var ett tacksamt arbete, resultatet

syns direkt. Mördarsniglarna har jag än så länge bara utrotat på den egna tomten, men kanske jag borde idka lite "fyll opp" när talkogänget nästa sommar samlas vid Pumpviken? Det är ju antagligen därifrån också mina sniglar kommer.

Under Konstrundan besökte jag några konstnärer i Skogby. Hos textilkonstnären i det röda huset uppe på kullen satt andra besökare och sydde pannlappar. Härifrån kommer man inte ut förrän man sytt en "räddande" pannlapp (försedd med ett kors inspirerat av en krigstida historia som involverar Röda korsets faltar) fick jag höra. Två gubbar smet skrattande iväg. "Vi går inte ner i källaren", hörde jag dem viska. Självt satte jag mig ner och sydde, "fyllde opp" i soffan och fick mig en trevlig pratstund med en broderande fransyska.



**Pia Nybom**, biträdande rektor

## Vaktmästarnytt

Arbis dagvaktmästare **Gani Dreshaj** kom till huset vintern 2014. Vintern 2022 blir han pensionär.

Gani tycker att Arbis är ett trevligt ställe fullt med trevliga människor. För honom är det viktigt att alla ska känna sig välkomna till Arbis. Det har han lyckats med genom att hälsa välkommen, vara glad och visa att han själv trivs. Det är många som tackat för hans insatser under årens lopp, både regelbundna besökare och sådana som hyrt in sig för att ordna evenemang. Till sin efterföljare, vem det än blir, hälsar han följande: "Var särskilt hjälpsam mot de äldre!"

Gani kommer hursomhelst inte att försvinna, han fortsätter nämligen som lördagsvaktmästare. Alla ni som går veckoslutskurser eller "fyller opp" på våra lördagsevenemang kommer fortsättningsvis att mötas av en tjänstvillig och alert vaktmästare i foajén.

Gani önskar alla på Arbis ett långt liv!



34.

# Åka spårvagn

