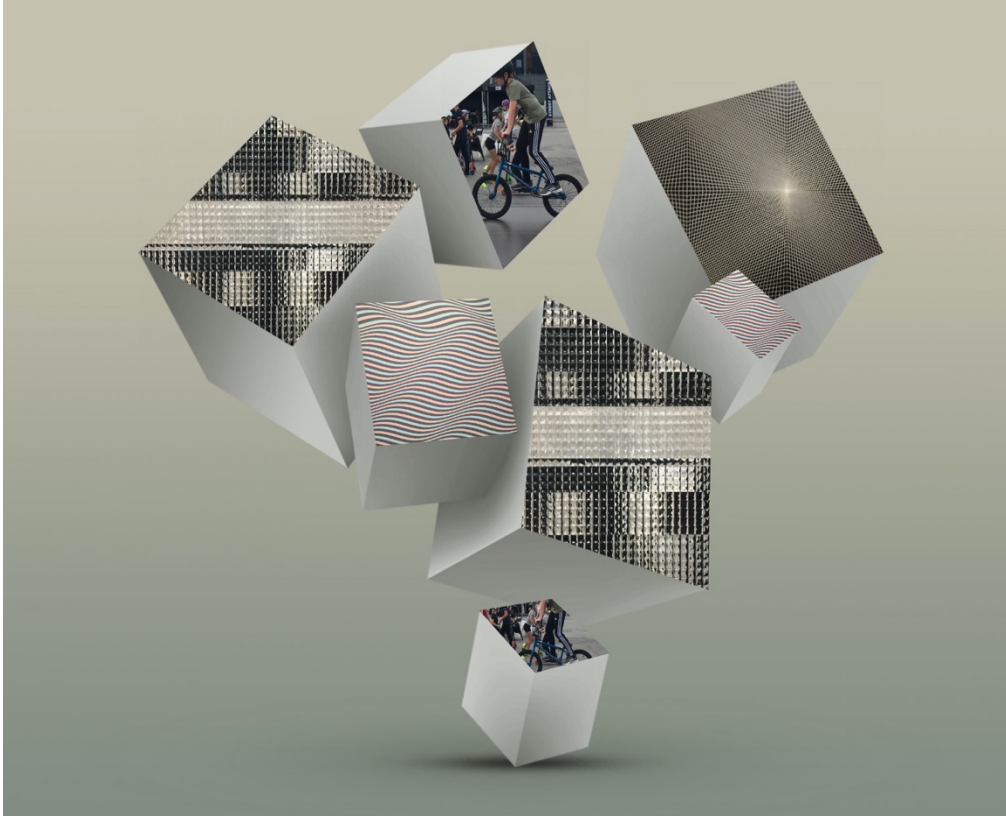


Kultur og Fritid

Medlemsblad for Fritid&Samfund nr. 3 2019/20



Temaer:

- **Folkeoplysning i 2020:** Er DGI's forhold til folkeoplysningstraditionen ved at skifte karakter?
- Tolkninger af folkeoplysningsloven: **Tilskud til aftenskolen**, hvad er det man skal være opmærksom på?
- Tendenser i tiden: Hvad er **dopaminfaste**, og hvorfor er det en trend, der er vigtigt at forholde sig til?

Forord

Dette nummer af bladet kommer vidt omkring fra en diskussion af, hvilken relevans den danske folkeoplysningstradition har i dag set i forhold til, at DGI helt har udeladt begrebet folkeoplysning i deres nye politiske grundfortælling til en beskrivelse af en ny trend i USA: dopaminfaste, hvor udøverne af fasten isolerer sig fra omverdenen for at nedsætte dopaminproduktionen i hjernen.

Desuden er der en lovtolkning af det område i loven, hvor der er flest regler: aftenskoleområdet.

God læselyst

Redaktionen

Indholdsfortegnelse

Frederik Hansen og Steffen Hartje:

Hvad er folkeoplysning i 2020? side 3

Søren Riiskjær:

Politik, folkelig oplysning og DGI side 5

DGI politiske grundfortælling side 8

Kai Raun og Steffen Hartje:

Tilskud til aftenskolen side 9

Steffen Hartje:

Nye tendenser i tiden: Dopaminfaste side 14

Workshop i tolkning af folkeoplysningsloven side 18

Præcisering:

Vi er blevet gjort opmærksomme på, at der i artiklen i sidste nummer om den kommende evaluering af folkeoplysningsloven står, at alle foreningers regnskaber i henhold til loven skal offentliggøres. Det havde været mere korrekt at skrive "tilskudsregnskaber", som er det loven kræver.

Frederik Hansen og Steffen Hartje:

Hvad er folkeoplysning i 2020?

Skal Grundtvig udskiftes med verdensmålene?

I en udsendelse på den2radio.dk under titlen: "Er idræt bare idræt"¹ forklarer hovedstyrelsesmedlem i Danske Gymnastik- og Idrætsforeninger, (DGI), Mogens Kirkeby i en samtale med Lars Andersson og Søren Riiskjær, hvorfor ordet folkeoplysning ikke er med i DGIs nye politiske grundfortælling. Fraværet af dette centrale begreb kan virke lidt underligt set i lyset af, at udbredelse af folkelig oplysning altid har været en del af DGIs formål. Mogens Kirkeby formulerer det selv på følgende måde i samtalen: "Målet for DGI var ikke at fremme idræt, men at fremme den folkelige oplysning. Idræt var kun midlet." Han er derfor heller ikke tilhænger af at tale om idrættens egen værdi: "I Danmarks Idrætsforbund, (DIF) taler man meget om idrættens egen værdi, og sådan lidt karikeret synes jeg, at begrebet idrættens egenværdi er nonsens. Hvad er det? Er der en egen værdi ved at slå til en badmintonbold? Der er jo noget rundt om den. Det kan godt være at det ikke er meget, men der er jo et eller andet socialt et eller andet aspekt udenfor selve aktiviteten."

Når målet for DGI har været og stadig er, at udbrede folkelig oplysning, må man nødvendigvis sammen med Søren Riiskjær i samtalen spørge, hvad er forklaringen på, at ordet folkeoplysning eller folkelig oplysning ikke bliver brugt i den nye grundfortælling?

Svaret fra Mogens Kirkeby er interessant. Han mener, at folkeoplysning i dag er noget andet, end det var tidligere. Længere tilbage i tiden var der brug for en generel almen oplysning af almuen, hvad der i følge Kirkeby ikke er i dag. Derfor er det nødvendigt at finde ud af hvilke elementer, der skal indgå i folkeoplysningsbegrebet, hvis det stadig skal give mening i dag. Desuden mener han ikke, at historiske referencer og henvisninger til Grundtvig er det mest sexede for ungdommen i dag. Hans forslag er derfor, at vi udskifter Grundtvig med verdensmålene for at få en dialog i gang om at tage ansvar i samfundet: "Når vi skal kommunikere noget/fortælle noget, så er det vigtigt, at vi sætter os i lytterens sted, og hvis lytteren er 25, 17 eller 16 år, så tror jeg ikke, man skal starte med en gammel mand med hvidt skæg, eller med historiske referencer der er mange år tilbage. I stedet kan man starte med noget, der er nærværende og så give det indhold."

Mogens Kirkeby har ganske givet en pointe i, at det er nødvendigt hele tiden at tilpasse folkeoplysningsbegrebet til den virkelighed, vi lever i, hvis det skal give mening og kan bruges som mål for det, vi forstår

¹ <http://den2radio.dk/udsendelser/den2sport-er-idraet-bare-idraet/>

som de folkeoplysende aktiviteter. Ellers bliver det til varm luft man kan henvise til, uden at det har nogle konsekvenser. Om det skal erstattes med nogle af verdensmålene, er også en diskussion værd, men for os at se, er der stadig et stort behov for folkelig oplysning, som det opfattes i mere traditionel forstand. Det er stadig nødvendigt at:

- ✚ Udvikle forpligtende fællesskaber, hvor vi sammen bliver klogere på livet og hinanden
- ✚ At skabe frirum, hvor vi går offline og gennem idræt, leg og anden fysisk udfoldelse, glemmer alt om præstationsamfundets krav om effektivitet og kompetenceudvikling
- ✚ At kunne indgå i diskussionsfora, hvor vi kan leve op til Grundtvigs ideal om, at enhver tale, der ikke fører til samtale, er forgæves
- ✚ At tilbyde den voksne del af befolkningen uformelle læringsrum, hvor man kan blive bedre til at takle livet små og store udfordringer
- ✚ Gennem folkeoplysende aktiviteter at skabe platforme på tværs af sociale- og kulturelle skel, der kræver interaktion mellem menneske, og som kan imødegå ensomhedsproblemer (ikke mindst blandt unge)
- ✚ At give alle mulighed for at lære at mestre og engagere sig i både det repræsentative demokrati og i nærdemokratiet med respekt for de mennesker, de omgås m.v.

Selv om hovedparten af disse tanker om folkelig oplysning blev til i en anden tid og under andre samfundsmæssige vilkår end dem, vi kender i dag, virker de i høj grad aktuelle og ikke spor støvet. En tilpasning af folkeoplysningsbegrebet til det årti, vi netop er startet på, kan derfor passende tage udgangspunkt i nogle af de elementer, som vi har arvet historisk helt tilbage til Grundtvigs tid. De kan desuden suppleret med nogle andre bud på, hvordan de folkeoplysende aktører kan bidrage til løsningen af nogle af de andre udfordringer, vi står overfor her ved starten af det nye årti.

Se endvidere Søren Riiskjærs efterfølgende indlæg i dette nummer.

Frederik Hansen er formand i Fritid&Samfund

Steffen Hartje er sekretariatsleder

Søren Riiskjær:

Politik, folkelig oplysning og DGI

I efteråret 1908 trængte en gendarm ind i forsamlingshuset i Brede, Sønderjylland. Her havde Kirstine Boesen et børnehold i gymnastik – og det var forbudt! Børnene lod sig dog ikke skræmme. De nægtede at gå hjem. Gendarmen måtte derfor trække sablen for at jage dem hjem, og Kirstine Boesen blev efterfølgende idømt en bøde på 200 mark. Den nægtede hun at betale. I stedet blev hun arresteret og sat i fængsel.

De preussiske myndigheders kamp mod gymnastikken

Episoden var en foreløbig kulmination på de preussiske myndigheders kamp mod gymnastikforeningerne i Sønderjylland. Foreningerne var i stærk vækst og blev – sikkert med rette - betragtet som et arnested for dyrkelse af dansk identitet. I første omgang bestemte myndighederne, at der skulle en særlig tilladelse til for at lede gymnastik, hvis der deltog børn under 18 år. Der skulle ganske enkelt udstedes en attest for "moralsk vandel", og hertil henførtes det "nationale sindelag".

Kirstine Boesen havde ikke denne tilladelse. Men hun havde et kursus fra Askov Højskole og brændte for sagen. Som så mange andre trodsede hun myndighederne. Foreningerne havde børnehold for nedrullede gardiner og med vagt uden for døren. Var gendarmene i farvandet, blev der slået alarm, og børnene nåede som regel at forsvinde, inden gendarmen trådte ind. I Hviding, hvor Kirstine havde børnehold, drev man drillerierne til at holde døren for gendarmen og slukke lyset, så han måtte famle sig frem i mørke.

Men i efteråret 1908 gik da altså galt for frk. Boesen, og hun endte i Tønder arrest under ret usle forhold. Sagen vakte stor opmærksomhed, og til sidst valgte tyskerne at løslade hende. Hjemrejsen udviklede sig til et sandt triumftog, og hun blev hyldet af store folkemængder. Men de tyske myndigheder fortsatte indsatsen mod de dansksindede gymnastikforeninger, og senere blev der udstedt forbud mod al gymnastik også for unge over 18 år.

DGIs politiske grundfortælling

Begivenhederne i Sønderjylland forud for genforeningen i 1919 kan være en påmindelse om, hvordan gymnastikken og det, der betegnes som den folkelige idræt, har en rod i en bevægelse, som var drevet af

et højere mål end selve den fysiske udfoldelse. Og anledningen til at bringe disse begivenheder frem i lyset i denne sammenhæng er en såkaldt politisk grundfortælling, som DGI har offentliggjort. Fortællingen er kort, og den rummer mange fine og interessante betragtninger. Faktisk er det vanskeligt at være uenig i det, der står i teksten.

Mere interessant er det måske derfor at være opmærksom på, hvad der *ikke* står. Og dér falder det i øjnene, at begrebet 'folkeoplysning' ikke er nævnt med et eneste ord. Folkeoplysningen har ellers altid udgjort selve DNA'et i DGI. Ja, da DGI blev dannet ved en fusion mellem DDGU og DDSG&I i 1992 lød formålsparagraffen:

"Danske Gymnastik- og Idrætsforeningers formål er ved idræt og andet kulturelt virke at styrke det frivillige foreningsarbejde for at fremme den folkelige oplysning."

Den folkelige oplysning var altså selve formålet. Idræt og andet kulturel virke var blot midlet.

Den folkelige idræt

Den folkelige idræt opstod og udviklede sig med andelsbevægelsen og højskolebevægelsen. Forestillingen om "Det hele menneske" var central for bevægelsens indsats. Det betød, at bevægelsen skulle omfatte alle sider af tilværelsen. Økonomi, politik, uddannelse, religion og krop måtte udvikles i samklang. Bønderne skulle omdannes fra almue til et handlende og oplyst folk. Gymnastik og skydning blev derfor også udviklet i denne højere sags tjeneste – "punktet udenfor" gjaldt også idrætten. Gymnastikken var baseret på at skabe "Den gode holdning" – i både bogstavelig og overført forstand – og skydning blev set som en folkelig mobilisering (i hvert fald i en periode). I den idrætskultur, DGI er vokset ud af, har det derfor aldrig givet mening at adskille idræt og politik. Idræt var politik. Alt hang sammen, og den folkeoplysende tradition insisterede på at forpligte idrætten i et samfundsmæssigt engagement. Det var på det udspring, at gymnastikforeningerne i Sønderjylland nærmest udgjorde en undergrundsbevægelse, og at Kirstine Boesen valgte at risikere fængsel.

Gymnastikken som formidler af en "holdning", der skulle udvikle bondestanden til en drivende samfundskraft med indflydelse og ansvar og skytteforeningerne som forskole til en folkehær er selvfølgelig ikke tidssvarende i 2019. Men så meget desto mere kunne det være spændende at se DGI forsøge sig med en nyformulering og modernisering af den folkeoplysende forpligtelse, af en holdning, der kan bidrage til dannelse og udvikling. I stedet har organisationen valgt at fokusere på idrættens muligheder i forhold til sundhed, som derfor har fået en central rolle i den politiske grundfortælling om

aktiviteternes betydning, og som også afspejler sig i DGI's politiske tilkendegivelser – jf. DGI's stærke involvering i spørgsmålet om rygning og cigaretpriiser.

Men tilbage til hvad der ikke står i den politiske grundfortælling. For heller ikke ordet 'kultur' – endsige 'kulturpolitik' – er nævnt. Alene det forhold at idrætten hører under Kulturministeriet, og at DGI modtager hovedparten af sine indtægter fra Kulturministeriet burde tilsige, at man i en politisk grundfortælling i det mindste forsøgte at formulere noget om idrættens og DGI's rolle i kulturpolitikken. Og hvis ikke idrætten – og DGI – skal reduceres til en sundhedspolitisk kampagne, er det af helt afgørende betydning at forpligte og udfordre idrætten i en kulturpolitisk sammenhæng.

Som sagt rummer grundfortællingen fine overvejelser. Demokrati, frivillighed og fællesskab er centrale begreber i fortællingen. Er det så ikke ligegyldigt om selve ordet folkeoplysning (eller kulturpolitik) direkte er nedfældet i fortællingen, kunne man spørge. Nej, det er ikke ligegyldigt, for med henvisningen til den folkelige oplysning forpligter man sig på "punktet udenfor". Hvis ikke man er bevidst om, hvad demokrati, frivillighed og fællesskabet skal bruges til, mister det sin betydning.

Det er lidt uklart, i hvilke sammenhænge den nye politiske grundfortælling skal anvendes – i hvert fald for denne læser – ligesom det heller ikke står klart, hvordan grundfortællingen forholder sig til DGI's formålsparagraf, som stadig nævner det folkeoplysende, og til DGI's værdigrundlag, endsige til de såkaldte brandingværdier. Men skal fortællingen bruges til at positionere DGI på den politiske scene, er det tankevækkende, at man ikke har benyttet lejligheden til at nyformulere og dyrke DGI's historiske særkende og særlige forpligtelse – ja måske DGI's særlige berettigelse.

Søren Riiskjær er blogger, tidligere kontorchef i Kulturministeriet, direktør i Team Danmark og afdelingschef i DGI

Se DGI grundfortælling på næste side.

Bilag: DGI's politiske grundfortælling²

DGI arbejder målrettet for at styrke demokrati og idræt i Danmark. Vi er baseret på frivillighed og glæden ved fællesskab og bevægelse. Idræt, leg og aktivitet er sundt. Og vi hjælper vores foreninger med at udvikle nye tiltag og gøre en forskel for børn, unge og voksne.

Vi er der, hvor Danmark mødes. DGI er demokrati og ansvar. I DGI har vi respekt for, at det enkelte menneske kan udvikle sig og præge omverdenen. Det er vigtigt, at alle kan være med, og vi prioriterer samspillet mellem udfordring, fællesskab og sundhed. Idræt handler om meget mere end at vinde. Oplevelsen er vigtigere end resultatet, og oplevelserne skal give især børn og unge lyst, mod og forudsætninger for livslang fysisk aktivitet.

Demokrati er en grundværdi i DGI. Demokrati handler både om organisationsform og beslutninger, men også om dialog, rummelighed og åbenhed. Vores udgangspunkt er folkeligt. I foreningen er alle vigtige, og alle kan gøre deres indflydelse gældende, og med indflydelse følger et ansvar. Vi rækker ud til dem, der har brug for ekstra hjælp for at blive en del af idrættens fællesskaber.

Foreningslivet er en del af Danmarks DNA. I idrætsforeningerne mødes vi på kryds og tværs af alle skel, og det styrker både den fysiske, sociale og mentale sundhed.

DGI er tæt på danskernes hverdag

I over 150 år har DGI sammen med idrætsforeningerne udviklet nye aktiviteter og organiseringsformer. Med kurser, uddannelser og udviklingsforløb sikrer vi, at idrætsforeningerne styrker det fællesskab, der er afgørende for sammenhængskraften i Danmark. DGI er en vigtig samfundsaktør, og vi sætter dagsordenen både nationalt og lokalt. Vi arbejder for de bedst mulige vilkår for idrætsforeningerne. Der skal være gode rammer for at mødes, og det skal være nemt at være frivillig. Vores mål er flere medlemmer i foreningerne, flere frivillige og flere aktive.

Resultatet er klart. Markant flere er med i en idrætsforening end i f.eks. Norge og Sverige. Og dansk breddeidræt fungerer som model og inspiration i mange lande.

² Kilde DGI website: www.dgi.dk

Kai Raun og Steffen Hartje:

Tilskud til aftenskoleundervisning

Det er ofte sådan, at når der i Fritid&Samfund afvikles kurser og workshops om Lov om støtte til Folkeoplysning, tales der meget om foreningerne og ikke så meget om aftenskolerne, selv om der er en del mere lovgivning i forhold til aftenskoleområdet. Det vil vi forsøge at råde bod på med denne artikel om lovgivningen vedrørende tilskud til folkeoplysende voksenundervisning/aftenskoleundervisning.

Hvad skal der til for at få tilskud?

Aftenskolerne skal være organiseret som en folkeoplysende forening, der tilbyder folkeoplysende voksenundervisning primært for personer over 18 år. Den skal i henhold til folkeoplysningsloven (§ 4 stk. 2):

- ✚ *Tilbyde folkeoplysende virksomhed*
- ✚ *Have formuleret et formål med foreningsdannelse, som fremgår af vedtægten*
- ✚ *Have en bestyrelse, der består af mindst 5 personer, der er valgt eller udpeget af medlemmer eller medlemsorganisationerne, der står bag foreningen*
- ✚ *Give deltagerne i den folkeoplysende virksomhed mulighed for en plads i bestyrelsen*
- ✚ *Have en folkeoplysende voksenundervisningsvirksomhed, der som udgangspunkt er åben for alle*
- ✚ *Være hjemmehørende i tilskudskommunen og have en virksomhed, der er almennyttig og kontinuerlig*

Formålet med aftenskolernes undervisning og andre aktiviteter er ifølge folkeoplysningsloven følgende:

- ✚ *At fremme deltagernes demokratiforståelse og det aktive medborgerskab*
- ✚ *At øge deltagernes almene og faglige indsigt og færdigheder*
- ✚ *At styrke den enkelte deltagers evne og lyst til at tage ansvar for eget liv og til at deltage aktivt og engageret i samfundslivet*

Parametrene i ovenstående formål bør indgå i enhver aftenskoles formålsparagraf, for at skolen kan blive godkendt til at gennemføre folkeoplysende voksenundervisning i henhold til loven. (Se bekendtgørelsens §1).

Åbenhedskriteriet

En aftenskole skal som udgangspunkt være åben for alle, dvs. at der

ikke må ske diskrimination på grund af etnisk baggrund, religion, politisk tilhørsforhold eller lignende. (LB §4 stk. 2 nr. 5)
Kommunalbestyrelsen kan, hvor særlige forhold gør sig gældende, godkende folkeoplysende voksenundervisning for en bestemt afgrænset deltagerkreds. Med særlige forhold tænkes først og fremmest på en afgrænsning af deltagerkredsen, der relaterer sig til fysiske omstændigheder; at undervisningen flyttes ud på et plejehjem, institution, virksomhed eller lignende. Det må dog ikke være som led i institutionens arbejde eller behandling eller i øvrigt træde i stedet for undervisning m.m., der hører under anden lovning. (LB § 7 stk. 4)
Det er ikke muligt at slå et hold op og skrive, at det er forbeholdt tidligere kursister. Et sådant hold er ikke åbent for alle. Det er dog tilladt at give tidligere kursister mulighed for at melde sig til holdet inden det slås op offentligt.

Hjemstedskriteriet

Det er kommunalbestyrelsen eller §35.2 udvalget, hvis det har fået denne kompetence, der ud fra en samlet vurdering af de foreliggende oplysninger afgør, om aftenskolen har en sådan tilknytning til kommunen, at den opfylder kravet om at være hjemmehørende. (LB § 4 stk.2 nr. 6). Det kan ikke kræves, at aftenskolen har kontor i kommunen. Kravet er, at aftenskolen laver undervisning i kommunen primært for kommunens borgere. Nogle kommuner kræver, at der er en borger i kommunen, som har tilknytning til den pågældende aftenskole, og denne er kommunens kontaktperson, selv om loven i princippet ikke giver hjemmel til at stille sådanne krav.

Oplysning vedr. bopæl og cpr. nr.

Hvis der er deltagere fra andre kommuner på holdene, kan kommunalbestyrelsen kræve godtgørelse fra deres hjemkommuner for udgifter i forbindelse med undervisning, studiekredse og aktiviteter tilrettelagt som fleksibel undervisning.

Som følge heraf skal aftenskolen oplyse navn, adresse og cpr. nr. på deltagere fra andre kommuner, som deltager i disse former for undervisning og aktiviteter, når personerne indgår i tilskudsberegningen. Der er ikke samme krav ved deltagelse i foredrag.

Deltageren skal desuden informeres om, at oplysningerne videregives til kommunalbestyrelsen/kommunen.

Tilskudskrav

Efter at en aftenskole er blevet godkendt, kan den opnå tilskud. Tilskuddet til den folkeoplysende voksenundervisning er betinget af en række forskellige krav. Et af kravene er, at der skal være deltagerbetaling til alle de tilrettelæggelsesformer skolerne kan tilbyde

i henhold til loven, bortset fra de debatskabende aktiviteter (kommunen kan dog, hvor særlige forhold gør sig gældende, beslutte at fravige kravet om deltagerbetaling). Et andet krav er, at den løn, der udbetales til lærere og ledere, sker i henhold til lønbekendtgørelsen på området. Hvis disse krav er opfyldt, er kommunerne forpligtet til at betale maksimalt 1/3 af lønudgiften til den almindelige undervisning.

Selvbestemmelse

Inden for loven og de i medfør heraf udstedte regler træffer den enkelte skole beslutning om deltagerbetalingen, om ansættelse og afskedigelse af ledere, lærere og andre medarbejdere, om valg af emner og tilrettelæggelsesform, om andre aktiviteter, om kursuslængde og om antallet af deltagere på det enkelte hold.

Særlige tilskud

Kommunerne kan beslutte, at der ydes forhøjet løntilskud i forbindelse med undervisning af handicappede, til instrumental undervisning samt til hold i tyndt befolkede områder.

Desuden har kommunerne mulighed for at give tilskud til at nedsætte deltagerbetaling for særlige grupper. Det kan f.eks. være tilskud til arbejdsløse og andre med lav indtægt. Det er kommunalbestyrelsen, som sætter regler og rammer for, hvordan de vil give disse tilskud. Dog skal tilskudsbeløbet anvendes direkte til nedsættelse af egenbetalingen for den enkelte deltager. Det må ikke fordeles ud på hele holdet.

Handicapundervisning

For at opnå det forhøjede tilskud til handicapundervisning skal deltageren være handicappet i forhold til det konkrete emne, der undervises i. Der er op til kommunalbestyrelsen at vurdere, om deltager opfylder dette krav. Aftenskolens opgave i denne sammenhæng er at vejlede og afklare med den enkelte deltager, hvorvidt deltageren er handicappet i forhold til det konkrete emne, der undervises i. Som oftest anvendes der i kommunerne en Tro & love erklæring (handicaperklæring), hvor deltageren skriver under på, at deltageren er handicappet ift. undervisningen i et konkret emne. Det er ikke et lovkrav, at der anvendes Tro & love erklæringer, men vi kender ingen kommuner, der ikke anvender en sådan.

Det er endvidere et krav, at handicapundervisningen skal foregå på hold med få deltagere, så underviseren har den nødvendige tid til at gennemføre undervisningen i forhold til de handicappedes behov. Det er op til den enkelte kommune at fastsætte det maksimale deltagerantal på disse hold. (I mange kommuner et det maksimale deltagerantal: 8)

Det er også muligt, at kommunerne kan give tilskud til, at de

handicappede kan deltage på hold med ikke handicappede deltagere på de såkaldte "blandede hold". Det gør et flertal af kommunerne³, fordi det giver god mening at give de handicappede flere muligheder for at deltage i aftenskolernes kurser m.v. Der bør være en maksimumgrænse for, hvor mange deltagere der kan være på de blandede hold, hvis de skal have handicaptilskud.

Beregningen af tilskuddet

Almindelig undervisning

Tilskuddet til almindelig undervisning må ikke overstige 1/3 af aftenskolens samlede udgifter til lærer- og lederløn (inkl. feriepenge, sygedagpenge, ATP/AER, 1. 2. og 3. ledighedsdag m.v.)

Handicapundervisning

Det særlige tilskud til undervisning for handicappede må ikke overstige 8/9 af den samlede udgift til lærer- og lederløn. (Flertallet af kommuner giver det maksimale tilskud på 8/9)

Tilskuddet til blandede hold med handicappede og ikke handicappede udregnes forholdsmæssigt i forhold til antallet af handicappede/ikke handicappede deltagere. Hvor mange handicappede, der kan være på de blandede hold, er en kommunal afgørelse. Mange kommuner vælger et maksimum på 10 deltagere, hvoraf de 5 kan være handicappede.

Instrumentalundervisning

Som tidligere nævnt kan der også ydes et forhøjet tilskud til instrumentalundervisning, og hold i tyndt befolkede områder. (LB§8A stk. 1 nr. 2). Det er en forudsætning på samme måde som ved handicapundervisningen, at denne undervisning foregår på små hold, der må dog ikke være tale om soloundervisning, og der skal undervises i det samme instrument. Der er i loven ikke nævnt nogen maksimum grænse for tilskuddet størrelse til disse hold. Mange kommuner anvender tilskudsbrøken 5/7 for instrumentalundervisning.

Foredrag

I modsætning til lærer- og lederløn indgår løn til foredragsholdere ikke i løncirkulæret. Løndannelsen er derfor fri, og kommunerne kan selv vedtage regler for tilskud til foredrag. Typisk modtager aftenskolerne et tilskud pr. foredrag, der svarer til tilskud til seks almene undervisningstimer. (Løncirkulæret § 3 stk.2)

Debatskabende aktiviteter

Alle aftenskoler skal afsætte 10% af deres tilskud til debatskabende aktiviteter. Der er til disse midler ikke krav om deltagerbetaling eller til at udbetaling af løn skal ske i henhold til løncirkulæret. (LB § 8 stk. 3)

Fleksibelt tilrettelagt undervisning

³ Henriette Bjerrum, Malene Thøgersen: AFTENSKOLERNE - HVORDAN HAR DE DET?

Aftenskolerne kan anvende op til 40 pct. af deres samlede tilskudsramme (fratrullet de 10 pct. til debatskabende aktiviteter) på fleksibelt tilrettelagt undervisning. Flexibelt tilrettelagt undervisning skal bruges til at styrke udviklingen af et aktivt medborgerskab indenfor væsentlige samfundsorienterede områder (f.eks. folkesundhed, integration, borgerinddragelse) (LB §8 stk.4). Flexibelt tilrettelagt undervisning kan afregnes på andre typer af udgifter end lærer- og lederløn.

Løn til ledelse

I henhold til LB § 8 stk. 1 kan den folkeoplysende virksomhed varetages af en eller flere ledere. Af løncirkulæret (§ 3 stk. 1) fremgår det, at den enkelte skole træffer beslutning om løn til ledelse og udformningen og omfanget af opgaverne. Det er dog en betingelse, at der udbetales løn i overensstemmelse med løncirkulærets regler. Desuden fremgår det af cirkulæret § 3 stk. 2, at der maksimalt kan medregnes et samlet beløb til ledelse svarende til 13% af udgifterne til lærerlønningerne. Lederhonoraret i forbindelse med flexible tilrettelæggelsesformer kan højst udgøre 20% af skolens udgifter til denne tilrettelæggelsesform. Ledelse er ikke betaling til eksterne revisor eller regnskabsfører

Tilskudsmodeller

Ved beregningen af tilskuddet kan der bruges forskellige tilskudsmodeller. Nogle kommuner ser på sidst afviklede undervisningsår, hvilket betyder, at en evt. udvikling i antallet af undervisningstimer først kommer aftenskolen til glæde efter 2 år (Afviklede timer i 2018 bliver først medtaget i 2020). Andre kommune beder om oplysninger på ansøgningstidspunkter om afviklede timer i indeværende år og forventet afvikling resten af året (Afviklet frem til 1/10-2019 – forventet gennemført 1/10 – 31/12-2019 – beregning for tilskud 2020).

Afslutning

Hvis du har yderligere spørgsmål, når du har læst dette indlæg, er du velkommen til at kontakte Fritid og Samfund.

Kai Raun, næsteformand i Fritid&Samfund

Steffen Hartje, sekretariatsleder Fritid&Samfund

Steffen Hartje:

Nye tendenser i tiden: Dopaminfaste

Hvis du oplever en kollega, der fortæller dig, at han/hun ikke kan træffes på en bestemt dag og heller ikke vil besvare mails, telefon, sms m.v., kan det være, at den pågældende er gået på dopaminfaste.

Dopaminfaste er en ny form for afholdenhed, der er opstået i Californien og har bredt sig til resten af USA. Fasten har til formål at nedsætte produktionen af dopamin i hjernen, for på den måde at begrænse afhængigheden af alle de stimuli, der ofte præger en stresset dagligdag.

En af det hurtigt voksende antal personer, der er gået på dopaminfaste, er englænderen James Sinka. I en samtale på BBC Worklife⁴ fortælle han, hvordan han starter sin faste med at afskære sig fra så mange stimuli som muligt. Han ignorerer sin telefon, og bruger ikke den bærbare computer og andre tekniske enheder. Han holder op med at spise, og drikker i stedet kun vand. Desuden forsøger han at undgå at interagere med andre mennesker så meget som muligt - Ingen samtaler og helst heller ingen øjenkontakt med de mennesker, han møder.

James Sinka tror på, at man gennem en dopaminfaste kan nedbryde afhængigheden til alle de påvirkninger, der kendetegner den hyperstimulerende verden, vi lever i. Det er hans håb, at han igen kan finde glæde i de enkle mere meningsfulde sider af livet: genfinde glæden ved naturoplevelser, oftere indgå i dybe samtaler, udvikle en større tålmodighed i forhold til andre, få en bedre søvn, bruge mere tid sammen med familie og venner m.m. Det er således de væsentlige ting i livet, som han håber, fasten kan hjælpe ham med at bruge mere tid på samtidig med, at den kan få ham til at undgå at bruge kostbar tid på unødvendige aktiviteter og dårlige vaner.

Hvad er dopamin?

Dopamin er en neurotransmitter - en kemisk budbringer, der produceres i hjernen, hvor den sendes rundt og overfører signaler fra dybtliggende centre til andre dele af hjernen.

Dopamin har betydning for funktioner som motorisk styring, hukommelse og ophidselse. Den er desuden en del af hjernens belønningssystem, og når dopamin frigives, kan man opleve en intens lykkefølelse. Det kan eksempelvis når man har udrettet noget, som man er stolt af, eller gennem forskellige former for fysisk udfoldelse. At spise lækker mad og dyrke sex kan også frigive dopamin. Hvis vi har en for lille dopaminproduktion, har forskning vist, at det

⁴ BBC worklife 16/9 2019 website

kan det resultere i alvorlige fysiske lidelser som f.eks. "Parkinsons sygdom", så det er nødvendigt for os, at der foregår en dopaminproduktion i hjernen.

Hvorfor undgå dopamin?

Dopamin har således en vigtig funktion i hjernen, så hvorfor kan nogen få den ide, at det vil være godt at gennemføre en faste, der har til formål at reducere dopaminproduktionen?

Årsagen hertil er baseret på en viden om, at dopamin også kan være årsagen til, at det kan være svært at slippe af med en usund og uhensigtsmæssigt adfærd. Dopamin bidrager til at skabe afhængighed. Det kan f.eks. dreje sig om afhængighed af stoffer som ecstasy, amfetamin og kokain, der alle udløser en stor dopaminproduktion. Det kan også dreje sig om afhængighed af brugen af de sociale medier, afhængighed af mobiltelefon, afhængighed af at spise meget mad, afhængigheden af alkohol, afhængigheden af hele tiden at skulle tjekke sine mails m.m. Det er denne uhensigtsmæssige adfærd som tilhængerne af dopaminfasten forsøger at imødegå ved at reducere dopaminproduktionen i hjernen.

Midlet til at reducere dopaminproduktionen er ifølge af dem, der er tilhænger af fasten, at undgå alt, hvad der kan stimulere den. Det konkrete indhold i fasten kan derfor være forskellig fra person til person, men fælles for alle er, at man forsøger at leve afsondret fra andre og fra alle medier. Ingen brug af mobilen, computeren, tv, læsning af bøger og aviser, ingen samtaler eller samvær med andre, ingen alkohol, ingen sex, ingen form for arbejde. Som i James Sinkas tilfælde kan man også samtidig vælge at faste i traditionel forstand og kun indtage vand, eller man kan vælge at spise fødevarer, der har en dæmpende effekt på dopaminproduktionen. Efter sigende er det videnskabeligt bevist, at eks. visse typer af bønner har en sådan bremsende effekt.

Hvor lang tid varer den?

Det kan variere meget, hvor lang tid fasten varer, men mange vælger en 24 timers faste, hvor du tager en eller to dage ud af kalenderen pr. kvartal. Hvis det ikke er en mulighed at gennemføre en 24 timers faste, kan man i stedet planlægge pauser, der giver mulighed for at få absolut ro fra ydre påvirkning.

Hvad er tilladt/ikke tilladt

Hvad må du ikke under fasten?

1. Ingen brug af mobiltelefoner, tv og internet
2. Ingen læsning, musik, radio eller podcasts
3. Ingen sex
4. Ingen alkohol eller kaffe

5. Begræns samtaler med andre
6. Evt. ingen mad – drik kun vand

Hvad er tilladt?

1. let fysisk træning
2. Gåture – undgå befærdet gader.
3. At skrive
4. At reflektere over hvad der er det væsentligste i dit liv m.m.
5. Meditere

Efter sigende kan det i starten være ret svært at undvære dagligdagens stimuli. At gå fra at leve i et liv med mange påvirkninger, til pludselig at måtte undvære hovedparten af dem, kan være en stor udfordring. Første gang man faster, opleves fasten ofte som værende vandvittig kedelig, og den kræver derfor en tilvænning. Derfor vil det være en fordel at starte med en kort faste.

Hvilke positive effekter har den?

Tilhængerne af fasten hævder at:

Den kan hjælpe dig med at fjerne stress.

Hvis du har et hektisk arbejdsliv og har svært ved at finde ro i fritiden, men den fare for stress en sådan livsstil medfører, kan en dopaminfaste hjælpe dig med at finde en bedre balance i dit liv. Fasten kan mindske den adfærd, der forårsager stress og begrænse uhensigtsmæssig adfærd, der skyldes dårlige vaner, fordi dopaminen er med til at give dig lyst til at gentage den adfærd, du gerne vil undgå.

Den kan hjælpe dig med at genstarte og skabe en bedre balancere i hjernen.

En reduktion af dopaminproduktionen vil være sund for din hjerne. En undersøgelse, hvor universitetsstuderende tog en pause fra Facebook som de normalt brugte cirka to timer om dagen, viste, at de spiste mindre, foretog færre impulskøb, var mere effektive, og følte sig i bedre humør end før.⁵

Den kan sætte livet i perspektiv.

Det at trække sig tilbage fra den daglige trummerum i en kort periode, kan sætte ens liv i perspektiv, og gøre det lettere at prioritere det væsentlige fra det mindre væsentlige. Når du er på dopaminfaste, skaber du plads til en langsommere livsstil og begrænser følelsen af, at du skal være online hele tiden.

Den kan øge hukommelsen.

Undersøgelser har vist, at en stille meditativ tilbagetrækning fra en stresset dagligdag kan styrke hukommelsen.

Kritikken af dopaminfaste

Der er en række forskere, der stiller sig kritisk i forhold til selve dopaminfasten. Nogle af dem mener, at det ikke er fornuftigt at reducere mængden af dopamin i hjernen, fordi vi behøver den for at kunne fungere. Spørgsmålet er, om det er muligt at begrænse produktionen, uden at den daler til et niveau, der kan være skadeligt?

Der er også blandt forskerne uenighed om, hvor meget man reducerer dopaminproduktionen, ved at trække sig væk fra dagligdagen stimuli. Hvis man eksempelvis afholder sig fra bestemte stimuli, kan det medføre, at man kommer til at tænke på det, man forsøger at undgå, og derved får lyst til det. I dette tilfælde vil dopaminproduktionen ikke blive reduceret men aktiveret, fordi bare det at få lyst til noget, kan udløse dopamin i hjernen. Der er heller ingen videnskabelige beviser for, at en dopaminfaste kan "nulstille" hjernen eller skabe en bedre balance i den.

Enighed om at målet for dopaminfasten er vigtige

Selv om der blandt forskerne er uenighed om, hvilken betydning en nedsat dopaminproduktion kan have, for hjernens måde at fungerer på, er der enighed om, at målet for dopaminfasten er vigtigt. Det er sundt for hjernen og resten af kroppen i en kort periode at undgå alle de stimuli, som vi udsættes for hver eneste dag gennem brugen af de digitale medier og fra kravet om, at vi skal være kommunikationsparate 24/7.

Det er derfor vigtigt at skabe rum i ens liv til, at vi kan foretage en stille meditatív tilbagetrækning fra en stresset dagligdag uden at blive forstyrret. På samme måde som vi har behov for at være fysiske aktive efter en stillesiddende arbejdsdag.

Måske kan rådgivning om dopaminfaste og dens mål blive et nyt folkeoplysende tilbud?

Steffen Hartje

Fritid & Samfund inviterer til workshop:

Folkeoplysningsloven – Hvilke problemer kan der være med at tolke den?

INDHOLD:

Workshoppen bygger primært på deltagernes spørgsmål.

Desuden vil følgende emner blive berørt:

- ✚ Hvilke betingelser skal være opfyldt for at blive godkendt som folkeoplysende forening/oplysningsforbund?
- ✚ Tilhørsforholdskriteriet – hvordan skal det forstås?
- ✚ Hvornår er der tale om kommercielle eller antidemokratiske aktører?
- ✚ Hvordan lever kommunerne op til de skærpede tilsynskrav?
- ✚ Hvordan kan tilsynsarbejdet tilrettelægges?
- ✚ Erfaringer med offentliggørelse af regnskaber og anvisning af lokaler
- ✚ Lokaler og anlæg – herunder metoder for anvisning af faciliteter.
- ✚ Anvisning af lokaler sker efter forskellige principper. Findes der en retfærdig fordelingsprocedure?
- ✚ Tilskud til private lokaler
- ✚ Opkrævning af gebyrer for kommunale lokaler – fordele og ulemper
- ✚ Betingelser for facilitetsanvisning generelt og til ikke-folkeoplysende foreninger
- ✚ Hvilke tilskudsformer- og modeller kan med fordel bruges?
- ✚ Partnerskaber mellem kommune og foreningsliv
- ✚ 25-års-reglen – fordele og ulemper? Hvordan kan den administreres?

Workshoppen afholdes i Nørresundby Idrætscenter. Tirsdag den 21/1/20 10.00-15.00

Yderligere oplysninger på www.fritid-samfund.dk under kurser.

Workshopleder: Søren Götzsche

Workshoppen kan også bestilles til at blive gennemført i en kommune
Kontakt sekretariatet på fritid@fritid-samfund.dk



Kultur og Fritid

Kultur & fritid/Tidsskriftet Folkeoplysning udgives af
Landsforeningen Fritid & Samfund, Jagtvej 12, Skåde, 8270 Højbjerg
www.fritid-samfund.dk
Sekretariatsleder: Steffen Hartje
Redaktion Steffen Hartje (ansv.)
Fritid & Samfunds holdning udtrykkes i lederen. Øvrige artikler og
indlæg udtrykker ikke nødvendigvis Fritid & Samfunds synspunkter.
ISSN 1903-7317