



Lärande Liv-

En inspirationsbok om odling på Rosengård



drömmar och
möjligheter

ART

P & GOSAN

XI

KÄRLIX



Lapa liv
APA
Pi



10/11

DRÖMMARNAS HUS och Lärande Liv

Drömmarnas Hus är ett kulturhus för barn och ungdomar mellan 7-17 år med bas i Rosengård i Malmö. Här har föreningen verkat i 20 års tid med fokus på kultur, miljö och socialt förändringsarbete. Våra ledord är att stärka, förändra och frigöra.

Drömmarnas Hus arbetar för långsiktig hållbar utveckling. Detta gör vi genom kultur- och utomhuspedagogiskt arbete för målgrupperna barn, unga, skolor, och familjer. Arbetet sker i nära process med såväl elever som lärare och presenteras ibland i form av en teaterföreställning, ibland som ett äventyr i skogsmiljö, ibland via nätbaserad media. Kunskap om sig själv, andra och vår miljö blir delar i ett holistiskt arbetssätt.

År 2010 fick Drömmarnas Hus NE:s stora kunskapspris i kategorin skola. Kunskapspriset delas årligen ut till dem som på ett lustfyllt, nyskapande och framgångsrikt sätt förmedlar kunskap till andra.

Sedan år 2008 har Drömmarnas Hus gjort en medveten satsning på att utveckla arbetssätt och metoder för utomhuspedagogiskt arbete. Den ena basen i detta arbete är Fulltofta strövmråde norr om Ringsjön. Vår andra bas är Orangeriet och trädgården vid Rosengårds gamla herrgård. Här förenar vi kultur och natur. Kultur betyder ”att odla” och i projektet Lärande liv odlas det för fullt.

År 2011 vill vi fortsätta att etablera och bygga upp det vi har påbörjat inom Lärande liv, med Orangeriet och den omgivande trädgården som ett växthus, ett nav, ett hjärta att utgå ifrån. Vi vill skapa en mötes- och inspirationsplats för alla. Hit skall såväl Rosengårdsbor som andra från resten av Malmö och Skåne känna sig välkomna.

Vi vill på lång sikt utöka de odlade ytorna kring Orangeriet. Vi vill bygga ett klassrum utomhus med tillagningskök, där såväl Rosengårdsbor som SMART mat-utbildningar kan inspireras och få testa nya ekologiska matlagningsfärdigheter. Vi vill fortsätta vårt uppstartade samarbete med många av Rosengårds skolor, med vuxengrupper och med olika boenden för ensamkommande flyktingbarn. Vi vill fortsätta det pedagogiska arbetet kring odling och lärande, vi vill fortsätta skapa fritidsaktiviteter kring odling för och tillsammans med boende i stadsdelen. Vi vill ut och plantera även i andra delar av Rosengård för att bjuda in och engagera fler i odling och gemenskap; En odling vars huvudsyfte är delaktighet och dialog med de medverkande.

Vi vill vara en resurs för Malmö stad vad gäller arbetet kring En hållbar stad. Vi vill samverka med så många som möjligt för att skapa trygghet och stabilitet i Rosengård.

Det viktiga arbetet måste få fortsätta.

Vi ses!

Rosengård, Malmö november 2010



Åsa Johansson
Projektkoordinator Lärande liv



JORDNÄRA



Tre trädgårdsmästares tankar och tips om odling

Låt oss stolt presentera Drömmarnas Hus tre trädgårdsmästare: Våra fantastiska inspiratörer Frederik, Lisa och Jacob, som alla har varit med sen starten av Lärande liv. Får vi nu höra vad det är med odling som de tycker är så bra? Vilka är deras bästa inspirations-tips? Och hur var det egentligen med historien om kirskaLEN?



Bakgrund: Från början trädgårdsarbetare med inriktning på odling, som sedan vidareutbildade sig till landskapsarkitekt. Intresserad av allt från små fröer till stora trädgårdar.

Kuriosa: Var som tonåring med i SOS, Sydsvenska Orkidésällskapet - en förening som på 1980-talet enligt Frederik bestod av ett gäng pensionärer och honom själv.

Vad är det som du tycker är så bra med odling och som du vill förmedla i arbetet med Lärande liv?

– Jag skulle kunna räkna upp tusen saker... Men det finns en väldigt stor belöning i att bygga upp en trädgård. När man jobbar med odling av åtliga växter är det så många sinnen som aktiveras - syn, känsel, doft, smak och hörsel. Det skapar välbefinnande och erbjuder något som är både kravlöst och lustfyllt. Den positiva inverkan det har på vår hälsa kan kopplas till forskning: Människor som vistas ute får lägre blodtryck, bättre sömn, bättre aptit och mindre stress. Genom att man skapar ett synbart resultat får man ett ökat egenvärde: jag kan, jag är viktig! Man blir del av ett större sammanhang. Jag tror att det växer fram en stolthet över det man skapar och en naturlig impuls att ta hand om och värna om sin närmiljö - och även om miljön ur ett större perspektiv.

Ditt bästa inspirationstips till någon som är nyfiken på att börja odla men har svårt att komma igång?

– Skaffa bra jord, sen kan du i stort sett odla i vilket kärl som helst, från konservburk till badkar. Använd dig av det du har. Har man möjlighet så är det såklart härligt att odla rätt upp och ned i jorden utomhus. Luckra upp den och blanda gärna i kompost, så att den blir fluffig, ungefär samma konsistens som ett nybakat grovt bröd, så får du maskar och mikroorganismer på köpet - hela det naturliga kretsloppet som gör att jorden är levande och växterna får näring. Välj en doft eller färg som du bli tilltalad av. Våga prova några olika saker: så ut fyra-fem olika saker samtidigt och gläds åt det som fungerar istället för att bli ledsen över det som har misslyckats. Odlar man till exempel dill och basilika samtidigt så har man garderat sig mot en kall sommar - har basilikan inte överlevt så har man i alla fall fått bra dill. Det fina med odlingen är att ingenting går förlorat, det som misslyckats kan man använda till kompost som blir näring till det du odlar nästa år. Det som man först kanske uppfattar som dåligt blir bra i det långa lopet.

Var och hur hittar du själv inspiration?

– Det kan vara allt från att kolla i tidskrifter, besöka trädgårdar, höra andra berätta om vad de har gjort eller sett. Resor ger mig mycket inspiration, att uppleva andra kulturer, dofter och smaker. Ett bra knep för att sätta igång fantasin kan vara att utgå från ett visst tema. Om man planerar att odla rabatter kan man inspireras av teman som till exempel ”citron-fromage med vispgrädde” eller ”varm choklad med marshmallows”. Sen väljer man blommor som passar in i temat i form av färger, dofter och texturer.

Vad är det mest udda eller överraskande du har odlat?

– Under en period var jag helt fascinerad av insektsätande växter. De växer i torftiga miljöer och behöver proteinet från insekterna för att få tillräckligt med näring. Det är jättespännande att studera mekanismen på nära håll och se hur de fångar in insekterna och bryter ned dem. Det är en helt egen liten värld som uppstår. Det är en av sakerna som jag tycker är så kul med odling, man får verkligen chans att leva ut ”nörden” inom sig.

Ett av dina bästa odlingsminnen?

– Oj, det är många, men jag måste säga att det var något extra magiskt med den dagen när vi skördade minimorötter. Odling brukar ju egentligen gå ut på att få så stora och välartade grödor som möjligt, så det var så kul när vi tog upp de här pyttesmå morötterna ur jorden och bara kände oss så himla glada och stolta allihop!





Bakgrund: Från början socionom med internationell/interkulturell inriktning som vidareutbildade sig inom ekologisk trädgårdsodling. Förenar gärna sin passion för odling med sitt intresse för hållbar utveckling ur socialt perspektiv.

Kuriosa: Har en fascination för rymden och väljer gärna ett astronomiskt odlingstema.

Vad är det som du tycker är så bra med odling och som du vill förmedla i arbetet med Lärande liv?

– Mötesplatserna och samtalen som skapas. Att odla ätliga växter engagerar så många olika människor över en gemensam sak. Det skapar diskussioner där vi lär oss av varandra. Vi pratar om nya sätt att odla och om vad på växten man kan äta. Ta till exempel bladen på rädisor som vi i Sverige inte är vana att äta medan man i andra länder ser den som en användbar del av grönsaken som är bra för blodkärl och hjärta.

Sen tror jag att det ger oss människor ett stort lugn att jobba med odling, vi kommer tillbaka till ett naturligt tempo. I dagens samhälle är det lätt att tappa bort sig i stress. När man arbetar med växter utomhus betraktar man årstidernas förlopp på nära håll och följer växterna från frö till färdig frukt, in i vintertid... Det tvingar en att ha tålamod, att vara närvarande och njuta av stunden.

Ditt bästa inspirationstips till någon som är nyfiken på att börja odla men har svårt att komma igång?

– Håll det enkelt! Släpp loss din kreativitet när det gäller odlingskärl. Man kan odla i allt från mjölk- och juicepaket till skor. Och även om du bor i en lägenhet mitt i stan kan det finnas stora möjligheter att odla. Själv frågade jag vaktmästaren på gården där jag bor om inte hyresvärden kunde sponsra med pallkragar och jord. Några dagar senare kom han tillbaka med sex stycken pallkragar och ett helt lass med jordsäckar. Nu odlar vi grönsaker och örter på gården och det har blivit en jättetrevlig mötesplats för alla grannar. En av grannarna är kock och när olika kvarter i stadsdelen bjöd in till öppna gårdar i höstas serverade vi alla besökare grönkålssoppa från vår egen gård. Att odla är något som ger så mycket glädje. Odla du dessutom i pallkrage är det inte särskilt mycket arbete som krävs, i princip behöver du bara vattna så sköter det sig nästan själv.

Var och hur hittar du själv inspiration?

– Det beror litet på om jag vill vara kreativ eller behöver vila. Jag hämtar inspiration och kraft från den vilda naturen, att gå i skogen eller vid havet. Den odlade naturen i en trädgård ger mig energi på ett annat sätt, där blir jag mer aktiv och kreativ.

Vad är det mest udda eller överraskande du har odlat?

– När man håller på med odling är det ständigt små överraskande saker som sker, oavsett vad man odlar. Men jag minns hur förvånad jag blev första gången jag såg hur brysselkålen växer, eller kålrabbin. Det är nästan som något ur en science fiction-film!





Bakgrund: Utbildad trädgårdsmästare med inriktning på odling och trädgårdsanläggning. Har tidigare jobbat som friluftsguide och naturinspiratör, och har varit med i Fältbiologernas internationella utskott i flera år. Har en stor passion för ätliga växter.

Kuriosa: Var fascinerad av växter redan som liten. Om familjen var ute tillsammans och Jacob plötsligt försvann, kunde mamma och pappa oftast hitta honom i närmaste blomsterbutik.

Vad är det som du tycker är så bra med odling och som du vill förmedla i arbetet med Lärande liv?

– Möten mellan människor - mellan olika personligheter, olika generationer och olika kulturer. Under våra träffar och öppet-hus-kvällarna har jag verkligen fått kvalitetstid med både barn och vuxna - så många fina samtal där deltagarna spontant har delat med sig av berättelser om sina hemländer, vad som växer där, maträtter man lagar, namn på grödor... Jag som pedagog lär mig lika mycket som de som kommer hit.

I början, när vi gjorde förarbetet till projektet, märkte vi ett stort motstånd från ungdomarna vi pratade med. ”Det kommer aldrig att gå”, sa de till oss; ”de kommer bara att förstöra och riva upp”. När vi frågade vilka ”de” var, kunde ingen riktigt svara på det. Men med tiden har det visat sig att det vi har odlat håller sig intakt och orört. Det känns väldigt positivt. För att barn och vuxna ska vilja komma hit måste de bli bemötta med respekt och lyhördhet

Var och hur hittar du själv inspiration?

– Främst genom nätverk som Mycorrhiza och Fältbiologerna, där man träffar människor och utbyter kunskap. Jag gillar att besöka trädgårdar som Botaniska i Lund och Alnarp. Sen har jag något av ett tvångsbeteende när jag åker, bil, buss och tåg: Jag sitter klistrad vid fönstret och studerar naturen utanför - vad som växer var, vad som växer bra och kanske det mest spännande av allt; att hitta växter som växer där de inte borde växa! Annars blir jag inspirerad av att experimentera, testa och odla hejdlöst.

Ett av dina bästa odlingsminnen?

– Under hösten hade vi några träffar här på Drömmarnas Hus med barn från olika skolor. Vi hade byggt upp olika stationer där vi tittade på ätliga växter som växer vilt i närområdet. En av växterna vi tittade på var kirskål och två av killarna, Mohammed och Ali, blev av någon anledning

helt till sig över denna växt. De pratade om kirskål, hittade på sånger om kirskål och tog med sig kirskål hem för att bjuda sina familjer på kirskålsnacks. Någon vecka senare var vi på Örtagårdsskolan och jobbade med en förberedelseklass på Örtagårdsskolan där också Mohammed och Ali var med. Vi hade satt igång alla barnen med att rensa ogräs, bland annat kirskål och frågade dem, litet på prov, om de kände igen någon av växterna. Några sekunder senare brister Mohammed ut i ett glädjetjut: ”Men kolla Ali, det är ju kirskål! Kirskååå!”

Killarnas entusiasm smittade av sig till alla andra barn som även de snart förstod att detta var en växt man kunde äta. Jag har aldrig sett ogräs bli rensat så snabbt! Små händer fanns överallt och inom loppet av fem minuter var kirskålen bortplockad.

Jag tycker att det är perfekt exempel på samspelet mellan vilda och domesticerade växter, att vi behöver båda delar och kan använda det i pedagogiken. Om man kan äta ett ogräs blir det plötsligt jätteroligt att rensa ogräset.



Jacobs vilda höstsallad

Att samla in:

Maskros (unga blad)
Lökrav (bladen)
Lomme (de hjärtformade frökapslarna)
Tusensköna (som dekoration och krydda)

Att inhandla:

Balsamvinäger
Ljus formfranska
Rödlök
Olivolja
Tomater
Avokado
Mungbönsgroddar

Skölj alla grönsaker och blad och hacka i stora bitar. Skär formfranskan i tärningar och stek i olivolja. Varva grönsaker, groddar, blad och brödkru-tonger i en salladsskål, ringla över litet balsamvinäger och olja... Klart!
Du har precis gjort ditt livs vildaste sallad!





På sommaren kan du variera med följande vilda ingredienser:

Färska ljusgröna lindblad

Almfrön

Späda maskrosblad

Blad från löktrav (kan ersättas delvis av rödlök)

Lomme (om du hittar)

Syrénblommor (som dekoration)

Äppelblommor (som dekoration)

Tusensköna (som dekoration och krydda)

FRAN ORD TILL JORD - NÄR TEORI BLIR PRAKTIK

Liisa Widell är lärare i Naturkunskap på S:t Maria folkhögskola i Rosengård där hon undervisar vuxenelever i ekologi och miljöfrågor. Liisa berättar om hur samarbetet mellan folkhögskolan och Drömmarnas Hus inleddes:

– Jag träffade Åsa på en kurs om Hållbar utveckling. När jag hörde om odlingsprojektet man hade satt igång på Drömmarnas Hus blev jag eld och lågor.

Mötet ledde till ett samarbete. Under fyra förmiddagar under våren fick Liisas elever arbeta tillsammans med Drömmarnas Hus trädgårdsmästare: förbereda jord, bygga växtbänkar, pallkragar och tunnor, så, vattna och plantera, lära sig om gödsel, växtnäring och kompostering.

– Det har verkligen varit ett perfekt komplement till våra teoretiska studier och har varit oerhört inspirerande för oss alla - för eleverna, för mig som lärare och för andra lärare på skolan. En av de elever som var minst intresserad när kursen började var en av de första som anmälde sig till B-kursen. De som redan har haft med sig erfarenhet av odling har kunnat sätta samman tidigare kunskaper med nya. Särskilt de som har barn säger att de sätter stort värde på att lära sig mer om hälsosam mat och miljövard, med familjens bästa i åtanke.

– Jag märker också att de fördjupade kunskaperna ger ökat självförtroende. Man får möjlighet att omsätta teori till praktik, och att sätta ord på sina kunskaper. Det är ju en fantastisk ingång till nytt språk när vi lär varandra orden på olika fröer, växter, grönsaker och frukt.

Ett extra fint minne från samarbetet?

– Jag minns när en av våra elever kom tillbaka från en dag på Drömmarnas Hus och berättade, strålade av glädje, att de hade flätat rundlar av vide och kvistar. Eftersom hon kommer från ett land där korgflätning är en del av de vardagliga sysslorna bar hon med sig massor av kunskap som hon kunde dela med sig av till de andra. Det var ett oförglömligt möte som gav ett fantastiskt utbyte!

Under hösten har träffarna fortsatt, med till exempel honungsslungning och vandringar där Jacob har visat allt man kan äta som växer vilt runtomkring oss i naturen.

– Det var något av en chock för många, skrattar Liisa, vi har ju fått en sån enorm tilltro till det som säljs paketerat i affären. Nu stod vi där och skulle äta ogräs... Men alla provade och ja, det visade ju sig vara riktigt gott!





Hemodlat

Hiyam läser in gymnasiet på St:ta Maria folkhögskola och har en dröm om att någon gång få jobba med växter och odling. Här i Malmö bor hon med sina fyra barn i en lägenhet på 78 kvadratmeter. I Irak bodde hon i ett stort hus där bara trädgården i sig var 200 kvadratmeter.

– Vi odlade citronträd, apelsinträd, fikonsträd, granatäpplen och vindruvor. Det var underbart! Precis innan vi skördade vindruvorna hängde de i stora klasar från taket utomhus.

Efter att Hiyam deltagit i den praktiska odlingsdelen av studierna och sen även börjat komma till öppet-hus-kvällarna på Drömmarnas Hus på fritiden har hon blivit inspirerad till att börja odla hemma på balkongen.

– Jag har odlat solrosor som har blivit jättehöga och fina nu under sommaren - tomater, blommor, örter... Balkongen börjar bli full, skrattar Hiyam.

Även barnen har blivit intresserade av odling och vill alltid följa med Hiyam till öppet-hus-kvällarna på Drömmarnas Hus.

– Vi kommer så ofta vi kan. Det är ett fantastiskt sätt att träffas, alla samlas och pratar och vi lär oss mer om växter och om odling. Barnen får göra roliga saker, gräsgubbar och groddmaskiner. Mina döttrar har börjat odla groddar från kikärter hemma. Det första de gör när de vaknar är att springa till fönstret och se om groddarna har växt under natten. Det är jätteroligt!

Hiyam har pratat med en granne om att kanske hyra en gemensam kolonilott för att kunna odla mer.

– Det finns så mycket jag skulle vilja odla - björnbär, gurka, rädisa, persilja...

Naturcentrat som växer fram i form av Lärande liv hoppas hon kommer att fortsätta finnas kvar och bli ännu större.

– Det vore fantastiskt om det alltid kunde finnas människor här som man kan komma till för att få tips och råd om odling!

Trädgårdsmästarnas bästa odlingstips

Att odla egna ätliga växter är både roligt och lätt. Alla kan göra det, även om allt man har att odla på är en liten asfalterad innergård. Det som behövs är tillgång till solsken, vatten, jord och ett odlingskärl av något slag. Det går att odla i nästan vad som helst, ett gammalt badkar, gummi-stövlar eller pallkragar från industrin, det är fritt fram att fantisera!

Att odla i pallkrage:

- **Leta upp ett bra läge** för pallkragen där det inte blåser för mycket och där det är mycket sol. Fundera på var solen är under olika tider på dygnet.
- **Skaffa några pallkragar.** De används ofta av fraktföretag, ring runt och fråga.
- **Skaffa bra jord!** Det lönar sig att skaffa en jordsort som är lite dyrare då det gör stor skillnad för dina grödor. Köp gärna ekologisk jord, så vet du att den inte innehåller några farliga kemikalier. Fyll pallkragen med jord så mycket att det blir ungefär 5 cm kvar upp till kanten.
- **Välj grödor!** Det finns många ätliga växter som lätt går att odla i en pallkrage, så gott som de flesta förutom större rotfrukter. Här följer några exempel: rädisor, krasse, spenat och mangold, sallad, ruccola, smultron, gurkört, mynta, squash, gräslök. Det brukar stå utförligt

på alla fröpåsar man köper när det är bäst att så, hur lång tid det tar innan man kan skörda, hur långt det ska vara mellan raderna och mellan plantorna. Det brukar även stå om växten vill ha mycket sol eller halvskuggigt läge.

Du kan också odla av saker du hittar i närmaste mataffär! Exempelvis går det bra att plantera quinoa, torkade ärtor och bönor eller varför inte dela en vitlök och plantera klyftorna? Vitlök går att plantera under sensommaren för att sen kunna skördas ett år senare.

- **Vattna och rensa ogräs.** När planteringen är klar är det bara att se till att hålla en jämn fuktighet i jorden och plocka bort eventuella oönska växter. Ofta blir det inte så mycket ogräs i pallkragar eftersom det är ny ren jord från säckar.





Grodda själv!

Groddade frön och bönväxter är något av det enklaste och mest näringsrika processer man kan använda sig av för att få en mer näringsrik kost. När man groddar ett frö så lösgör man mängder av proteiner, mineraler, spårämnen, vitaminer, fibrer, antioxidanter och nyttiga fetter som fröet behöver under de första veckorna i sitt liv. Genom att grodda fröna gör vi det möjligt för oss själva att ta upp näringsämnena som finns i fröna. Det är inte bara supernyttigt med groddade frön, det är även väldigt billigt. En påse linser kostar mellan 10-30 kr och kan ge stora mängder groddar.

Det finns en massa olika sätt att grodda på. Man kan grodda i allt från dyra groddmaskiner eller bara med hjälp av glasburkar med en tygbit fastspänd. Man kan mycket enkelt göra en groddmaskin av en gammal yoghurtburk:

- Ta av locket på burken och gör ca 20 små hål i locket.
- Lägg i fröna i burken och fyll på med vatten så att de täcks helt. Låt fröna stå i blöt över natten med locket på.
- Nästa dag: Vänd på burken och placera den i diskstället så att det överflödiga vattnet rinner av.
- Skölj genom burken med vatten två gånger och placera den åter i diskstället, men med locket neråt. Upprepa samma process på eftermiddagen/kvällen.
- Fortsätt att skölja groddarna två gånger om dagen till dess att groddarna är färdiga.
- Efter 3-7 dagar är groddarna klara beroende på vad man groddar.

A close-up photograph of several young seedlings growing in a green plastic tray. The seedlings have thin, light-colored stems and small, green, oval-shaped leaves. The soil in the tray is dark and moist. The background is blurred, showing more seedlings and a bright, outdoor-like setting.

Enkla groddar Topp-5

1. Gröna linser
2. Mungbönor
3. Svarta linser
4. Alfalfa
5. Bovete

Gör din egen gräsgubbe/gumma!

Tillverkning:

- Ta en strumpa och håll i cirka en tesked gräsfrön. Fördela gräsfröna så att inte alla hamnar i en klump i mitten.
- Fyll på med en handfull jord, knyt därefter en knut på strumpan.
- Nu är dags att ge din gräsgubbe/gumma en personlighet. Med hjälp av klister, gummiband, nål och tråd kan du göra underverk! Två gamla knappar kan sys på som ögon och en liten ulltuss kan bli en fin mustasch eller mun. Forma en näsa och spänn fast med gummibandet. Litet klister sätter paljetter och tygbitar på plats.

Nu är din gräsgubbe/-gumma klar!

Vattning:

Doppa hela gubben i vatten så att den blir genomblöt och ställ den i en gammal konservburk eller ett glas med "strumpsvansen" nedåt. Fyll på med vatten till hälften och ställ i ett fönster.

Vattna regelbundet så att din gräsgubbe hålls fuktig. Efter sju till tio dagar börjar håret sticka upp. När gräsgubbens hår har blivit stort och grönt går det alldeles utmärkt att klippa och frisera!





Vik dina egna PAPPERSKRUKOR!



Ta ur ett mittuppslag från en dagstidning och vik dubbelt på längden. Lägg en tom konservburk en bit upp från kanten på papperet och rulla in, med papperets vikta kant uppåt. Fäst med två tejpbitar. Vik in papperet som sticker ut under burkens botten. Tryck botten mot ett hård underlag så att pappersflikarna plattas till. Fäst med tejp. Ta ur konservburken. Din papperskruka är klar!



Trädgårdsmästarnas bok-, film- och webbtips

Böcker

Grönsaksodling: Enkelt, ekologiskt & gott – Lena Israelsson

Köksträdgården – Lena Israelsson

Självhushållning – John Seymore

Tistou, pojken med de gröna fingrarna – Maurice Druon (Om alla människor läste denna bok skulle det vara fred på jorden säger Jacob)

Vår bemäliga trädgård – Sanna Töringe

Internet

Skogsskafferiet, om ätliga växter i naturen: www.skogsskafferiet.se

Shenet, allt om växter, råvaror och recept till hudvård, kosmetika mm:
www.shenet.se

Impecta fröbandet: www.impecta.se

Runäbergs fröer: www.runabergsfroer.se

Kagus: om att odla i staden: www.kagus.nu/odling

Greening the Desert: om ett odlingsprojekt i öknen utanför Israel:
www.youtube.com, sökord "Greening the Desert"

Film

Ljusår – Mikael Kristersson

Skördefest

Hösten är skördens tid. Det är då naturen och trädgården ger oss riklig belöning och vi samlar in frukterna från all vår hårda möda under våren och sommaren. När tiden var kommen att skörda på Drömmarnas Hus ville vi ställa till med fest - en skördefest, där alla var bjudna! Barnen grävde upp grödor, gjorde örtsalt och sylt, kakor bakades. Nu skulle det säljas!

En solig söndag i september fylldes Drömmarnas Hus trädgård av besökare från både Rosengård och övriga Malmö. Man kunde handla i marknadsstånden, byta leksaker i bytestältet, kolla in vår live-kock, lyssna på live-musik, bygga drake, slunga honung, trampa sin egen smoothie eller göra äppelmust. Det blev en folkfest och mötesplats för hela familjen, tack vare många samarbetspartners, marknadssäljare och inte minst New citys mingelhörna för ungdomar.

En ny tradition är född! Välkomna nästa år igen!







FRAN JORD TILL BORD

Klimatsmart mat

SMART mat

S = Större andel vegetabilier

M = Mindre andel "tomma kalorier"

A = Andel ekologisk mat ökar

R = Rätt val av kött och grönsaker

T = Transportsnålt

År 2020 ska all mat som serveras i Malmö stad vara ekologisk. Det är ett omfattande arbete som har påbörjats. Ett par dagar i veckan under hösten 2010 har personal inom förskola, vård och omsorg i Malmö kunnat ta del av utbildningar inom "klimatsmart" mat, där den praktiska delen har ägt rum på Drömmarnas Hus.

Gunilla Andersson på Miljöförvaltningen är projektledare för Hållbar utveckling inom mat i Malmö. På frågan om vad som har lett Gunilla dit hon är idag säger hon med ett leende att hon har gjort en resa från jorden till bordet: Från att ha börjat som agronom och fältbiolog jobbar hon nu många år senare med hållbarhetsfrågor kring mat.

Vad är då smart mat för Gunilla?

– Framförallt GOD! Många förknippar begreppet med ensidig mat, men det är precis tvärtom! En av våra viktigaste uppgifter är just att vi

förmedlar den variation, matglädje och inspiration man kan hitta med klimatsmart mat. Inte bara när det gäller den färdiga rätten, utan med tanke på hela processen - från att välja råvaror till tillagning, presentation och måltid. Att laga en rätt från grunden behöver inte vara svårare eller ta särskilt mycket mer tid än att köpa halvfabrikat. Dessutom är matlagning ett roligt sätt att umgås.

Vad tror Gunilla är ett av de största hindren för att laga klimatsmart mat idag?

– Att vi är stressade, allt ska gå så fort. Och jag märker också en generell brist på självförtroende. Många tror att de är dåliga på att laga mat och väljer därför halv- eller helfabrikat, vilket bara ger ännu sämre självförtroende eftersom man aldrig får tillfälle att prova själv. Alla kan lära sig att laga bra och god mat, man måste bara prova och öva, precis som med allt annat.

Framtidsvision?

– Många! Att barnen ska komma till skolan och känna doften av hemlagad mat och nybakat bröd. Att alla skolor ska få resurser att kunna laga maten från grunden, kanske till och med ha egna köksträdgårdar med egenodlade grönsaker och örter. Att yrket som skolkock får högre status, att de får självförtroende i sin roll, att de ges tid för samspel med barnen. Det är så viktigt att våra barn får bra och hälsosam mat, det tror jag att alla håller med om. Men för att det ska kunna bli verklighet måste också de som lagar den maten få de bästa resurser, kunskaper och stöd vi kan ge dem.

Mat för alla sinnen

I den praktiska delen av utbildningarna kring klimatsmart mat har trädgårdsmästarna delat med sig av inspirationstips kring odling medan kocken Diana från Miljöförvaltningen har satt fart på klimatsmart kreativitet i köket. Diana brinner för att visa vilka möjligheter som finns inom klimatsmart matlagning för den offentliga sektorn - eller ”mat för många” som Diana kallar det.

– Under utbildningarna pratar vi mycket om ekologiska fotavtryck, men också om att göra efter förmåga. Vad kan jag göra utifrån de förutsättningar och resurser jag har? Även om jag bara kan göra *en* förändring av tio önskade är det bättre än att inte göra något alls. Och är vi många som gör små förändringar gör det sammanlagt en väldigt stor skillnad. Det är något jag tycker är jätteviktigt att tänka på. Det här är ett första steg i ett stort arbete, men man måste ju börja någonstans. Det är först genom att bli medveten om något som förståelse och kunskap kan uppstå. Man ska inte laga klimatsmart mat bara *för att*, det är viktigt att man förstår *varför* man gör det.

Utöver kökspersonal riktar sig utbildningen även till pedagoger, som Diana menar har en enormt viktig roll i att förmedla inspiration och kunskap till barnen.

– Under utbildningarna tar vi upp den pedagogiska måltiden som handlar om hur man tar med sig pedagogiken till matbordet; Hur vi som vuxna pratar om mat, att vi själva vågar smaka och har ett öppet sinne för nya maträtter. Vår egen attityd mot mat sprider vi vidare till barnen.

Diana jobbar mycket med SAPERE-metoden som bygger på ett lustfyllt

lärande om mat som tränar handens kunskaper, sinnenas förmågelser och förmåga att beskriva de olika upplevelserna i ord. Hur fungerar luktsinnet? Vad betyder temperaturen? Påverkas smaken av den omgivande miljön och eventuella störande moment?

– Doften är till exempel oerhört viktig för att kunna känna hur något smakar, säger Diana. Vi brukar ge deltagarna kapslar som innehåller kanel och socker som de stoppar i munnen, samtidigt som de håller för näsan; Utan luktsinnet blir det söta sockret det enda smaklökarna kan registrera. Vilka färger maten har och hur den är presenterad betyder väldigt mycket. Våra förväntningar, vad vi tror att något ska smaka utifrån det vi ser, hör, känner och luktar, spelar mycket in i vår smakupplevelse.

Vad tycker Diana är det viktigaste första steget mot klimatsmart matlagning?

– Att handla det man verkligen behöver och kanske litet oftare, så att det går åt. Vi kastar bort alldeles för mycket mat. Annars tycker jag att det är viktigast att känna matglädje, att våga ta nästa steg, våga laga smart mat, våga prova nya smaker. Kort sagt: Våga och gör efter egen förmåga!

Vilka är Dianas bästa inspirationstips?

– Dofta på örter, bläddra i kokböcker, inte så mycket för att följa dem till punkt och pricka, som för att fylla dina sinnen med bilder och ord om mat. Ta tillvara på vad andra gör, fråga om tips! Var närvarande, att laga mat handlar om att vara just där och då.

Den viktigaste ingrediensen av alla?

– Kärlek. Mat lagad med kärlek blir god, så är det bara.



Klimatsmarta recept

RECEPTMAKARE: DIANA DOSEN GRUNNING

Härlig höstsoppa

ca 4 portioner

1/2 rotselleri
4 morötter
1 lök
2 palsternackor
1-2 vitlöksklyftor
1- 2 tärning grönsaksbuljong
2 nypor flingsalt
1-2 msk balsamvinäger
5 dl vatten
3 dl vispgrädde
Peppar
Färska örterkryddor (valfritt)

- Skala och skär grönsakerna i mindre bitar.
- Sätt på en stor gryta och fräs grönsakerna och löken tills de blir gyllene.
- Tillsätt vatten, buljong, salt och peppar. Låt koka ca 15 minuter eller tills grönsakerna känns mjuka.
- Tillsätt grädde och balsamvinäger.
- Mixa soppan tills den är slät. Späd eventuellt med extra vatten tills du får önskad konsistens.
- Låt koka upp.
- Smaka av och krydda efter behag.



Frestande fröbröd

1 limpa

1/2 paket jäst

1 nypa flingsalt

2 msk honung

2 msk olivolja

Rivet citronskal från en citron

5 dl vatten

1 dl solroskärnor eller andra frön och nötter som till exempel hampa, sesamfrön, pumpafrön, vallmofrön, linfrön, valnötter eller pinjenötter

6-7 dl dinkelmjöl

3 dl vetemjöl

- Smula jästen. Tillsätt salt, honung, olja och citronskal. Slå över litet av det ljumma vattnet och rör tills jästen löst sig. Håll i resten av vattnet och tillsätt frön.
- Blanda i mjöl och arbeta ihop degen. Låt den ganska lösa degen jäsa i ca 1 timme.
- Arbeta in ytterligare litet mjöl och stjälp upp degen på mjölat bakkbord. Ha rikligt med mjöl på händerna och forma degen till ett stort bröd.
- Lägg brödet på en plåt med bakplåtspapper. Låt jäsa i ca 20 minuter.
- Skär några snitt i degytan. Grädda brödet i mitten av ugnen på 250 grader i 15 minuter. Sänk sedan värmen till 200 grader och grädda i ytterligare 25-35 minuter. (Sammanlagt ska brödet ha gräddats i 40-50 minuter).
- Låt brödet svalna helt innan det avnjuts.

Himmelsgoda havrekakor

ca 25 kakor

220 gram rumsvarmt smör

2 1/2 dl farinsocker

1 dl strösocker

1 ägg

1-2 msk vatten

2,5 dl vetemjöl

2 tsk vaniljsocker

2 tsk kanel

1/2 tsk bikarbonat

1 dl rivna morötter

8 dl havregryn

2 dl solroskärnor

2 dl tranbär

150 gram hackad choklad

- Sätt på ugnen på 175 grader.
- Rör smör, socker och farinsocker poröst, tillsätt ägg och vatten.
- Blanda mjöl, kanel, vaniljsocker, kanel och bikarbonat. Blanda ihop med äggblandningen tills det blir en jämn smet. Tillsätt de rivna morötterna, havregrynen, solroskärnorna, tranbären och chokladen.
- Klicka ut smeten på en plåt med bakplåtspapper.
- Grädda kakorna i ca 12 minuter. De ska vara litet mjuka när du tar ut dem ur ugnen.
- Låt kakorna svalna en liten stund på plåten och lägg sedan över dem på ett galler.

Lärande Rum



Rosengårdsfröer - från jord till ord

Ett av de mest välbesökta rummen på Örtagårdsskolan är biblioteket. Det är inte svårt att förstå varför. Bland hyllraderna av böcker finns mjuka, randiga soffor att sjunka ned i, färgglada tavlor att titta på och udda ting att upptäcka i skrymslen och vrår. Har man riktigt tur - och frågar riktigt snällt - plockar Lone fram sin hemliga resväska.

Lone har jobbat på Örtagårdsskolan i snart 20 år och är fascinerad av vad hon kallar för "lärande rum".

– Det fysiska rummet, den miljö vi omger oss med, tror jag har en enorm betydelse för inlärnin, kreativitet och välbefinnande, säger Lone, som vill att skolbiblioteket ska kännas som en spännande upptäcktsfärd.

– Att överraska och väcka nyfikenhet är en viktig del av pedagogiken, samtidigt som det måste finnas ro och utrymme för barnen att landa i det nya de tar till sig, att man inte pressar dem till ständig förändring. Det måste finnas plats för möten och samtal, en balans mellan det kreativa och det reflektiva. Man ska inte underskatta samtalets betydelse och man ska inte underskatta miljöns betydelse för att samtal ska kunna uppstå.

Lone berättar att skolan har ett växthus och en atriumgård, som tills för två år sen var undangömda, bortglömda och mest använda som lagerlokaler. Sen dess har Lone tillsammans med ett par kollegor sett till att de kommit till användning igen.

– Det finns så mycket man skulle kunna göra med de rummen, säger Lone, som drömmer om att skapa ett litteraturväxthus. Tänk att kunna

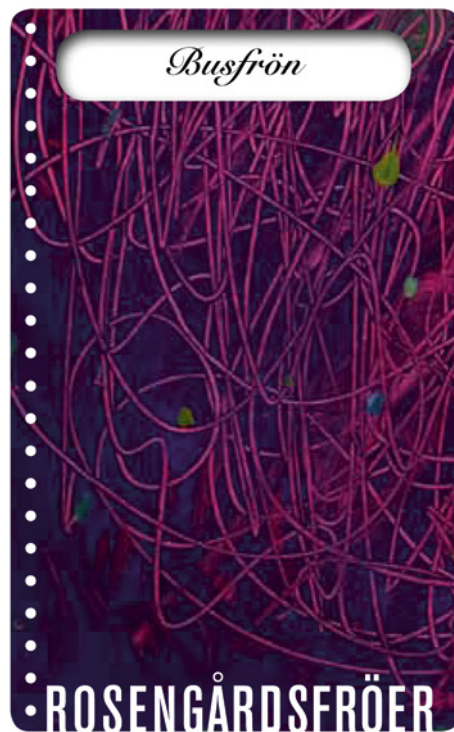
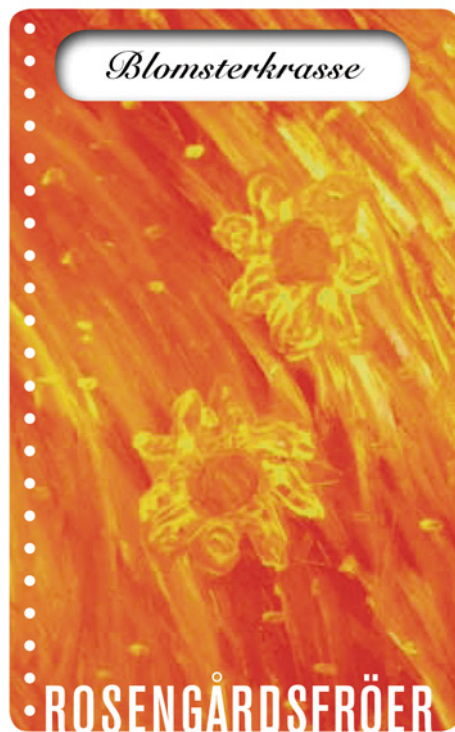
erbjuda barnen ett blomstrande levande rum där de kan botanisera både bland växter och bland böcker, vore det inte helt underbart? Då kan vi prata om kunskap som växer!

Under hösten har Drömmarnas Hus trädgårdsmästare arbetat med Lone och elever från Örtagårdsskolan och Apelgårdsskolan utifrån temat "Att växa". En del av projektet bestod av en skriververkstad med författaren Mårten Melin. Det kreativa arbetet började redan ute i Orangeriet där trädgårdsmästarna berättade om frön och växter, insekter och kretslopp. Barnen fick skriva ned allt nytt de hade lärt sig och utifrån de nya kunskaperna växte dikter om naturen fram. Sju av dikterna trycktes sedan upp på fröpåsar med sju olika fröer från Lärande livs odlingar. Fröpåsarna, som även pryddes med bilder som barnen har målat, ska nu spridas och ge fler glädje - från jord till ord.

– I mötet med naturen får ju barnen verkligen utrymme att undersöka, upptäcka och bli aktiva i sitt eget kunskapssökande, säger Lone. Och det är precis det som Lärande liv ska handla om, att man lär sig om livet, under hela livet och att man känner lust att lära sig!

Lone är entusiastisk över naturcentrat som med gemensamma krafter växer fram på Rosengård.

– Det är glädjande att se vad som kan ske när alla jobbar mot samma mål. Vårt samarbete med Drömmarnas Hus och Naturskolan är ovärderligt. För att saker och ting ska kunna ändras måste det finnas de som aldrig skulle säga att "det där är omöjligt". Man måste få tänka stort, utanför "boxen", för att stora saker ska kunna hända! Ingenting går att göra ensam, men tillsammans är allt möjligt!



A seed packet for coriander. It has a white central area with text and a green border with a leaf pattern. The text is in Swedish.

Koriander

Jag växer
Jag blir rädd
Jag börjar att tappa frön
Jag tappar blad
Jag och mitt liv
Kommer gå vidare
Jag kommer att ha minnen
Av något finare

Abbe

www.drommarnashus.se

A seed packet for tomatoes. It has a red background with a green tomato plant illustration. The text is in Swedish.

Tomat

ROSENGÅRDSFRÖER

A seed packet for radishes. It has an orange background with a pink and white radish illustration. The text is in Swedish.

Rädisa

ROSENGÅRDSFRÖER

Jag som är så liten
Som ligger under jord och vatten
Jag som är så liten
Och blir till en stor gul växt
Jag som har blivit så stor
Jag kommer
Och sprider ut mig

Khaled

Jag är ett frö som
Växer upp
Alla
Växter
Som finns i vårt universum
På en gång

Ibrahim

Jag sover och vaknar
I jorden jag längtar
Att gå upp i världen
Jag har 2 bästa vänner
Det är sol och vatten

Merve

Jag vill komma upp från jord
Jag vill se världen
Jag vill va fin
Jag vill växa snabbt
Här är det mörkt
Här är det varmt
Här är tusen insekter
Jag vill ha solen
Jag är här så ensam
Jag vill bara känna till dig
Trampa inte på mig
Nu när jag har växt
Jag vill bara att du ser mig

Tuba

Jag är frö som växer till en blomma.
Jag är frö som växer till ett äppelträd.
Jag är frö som växer till gräs.
Jag är frö som växer till jord.

Ahmed

Jag orkar inte
Sitta här inne längre
Jag vill ut till jorden
Och bli en morot

Emre



Under Ytan

Ett par dagar i veckan under hösten har Robert och Janzeb från Rosengårdsskolan arbetat med att ta fram ett konstverk på muren utanför Orangeriet. Drömmarnas Hus konstpedagog Erik berättar hur projektet tog form:

– Det startade utifrån en dialog mellan mig, Åsa och trädgårdsmästarna kring vad man skulle kunna göra i konstväg kring Orangeriet, något som kunde sammanföras med odling. Vi ville använda oss av de befintliga slitningarna och missfärgningarna i muren och kombinera det med växtlighet. Åsa hörde sig för om det fanns några elever från någon av skolorna som skulle vara intresserade av att vara med i projektet och så kom vi i kontakt med Robert och Janzeb från Rosengårdsskolan. Vi började med att tillsammans skissa och fundera på hur vi ville att muren skulle se ut när vi var klara, och hur vi skulle kunna göra det på bästa vis. Vi hämtade även inspiration från mängder med bilder på typsnitt, sprickbildningar och håligheter. Innan vi satte igång pratade vi också om vilka ramar och premisser vi hade att jobba utifrån.

Arbetet började ta form. Sprickorna hackades varsamt ut i muren enligt skisser och noggranna mått. Ur putsen slipades sedan bokstav för bokstav fram.

– Under Ytan valde vi för att vi kände att det har många bottnar som man kan tolka fritt. Kraften i orden tyckte vi förstärktes av den slitna hårda ytan i kombination med den skira, spirande grönskan som tränger fram genom det råa materialet. Framåt våren kommer det att bli riktigt fint när slingerväxterna börjar blomma på stenen. Det är ett konstverk som följer naturens rytm och får lov att förändras med årstiderna.

Vad tror Erik att det har för betydelse för oss att vara kreativa, att lämna avtryck?

– Vad kreativitet är kan man ju diskutera. Kreativitet kan vara så många olika saker och komma till uttryck på många olika sätt: genom det verbala, det visuella, ljud eller annat. Men jag tror att det i grund och botten handlar om behovet av att kommunicera. Att bli sedd och hörd.



Livet i en bikupa

Dinos passion för bin gör att skolbarnen har gett honom smeknamnet Bino. Men trots att Dino växte upp med en morfar som odlade bin, berättar han att det var först långt senare i livet som han fick upp ögonen för binas fascinerande värld.

– Under en resa till Bosnien träffade jag en biodlare som berättade för mig om sina bin med så mycket kärlek och entusiasm att jag började se på dem med helt nya ögon.

När Dino senare fick veta att det svenska klimatet var idealt för biodling, gjorde han slag i saken och köpte två bikupor. Efter ett besök på ett grekiskt honungsmuseum, började en idé ta form:

– Jag gick förbi Orangeriet en dag och tänkte att detta skulle vara en perfekt plats för att visa barn hur ett bisamhälle fungerar. Jag tog kontakt med Drömmarnas Hus och det dröjde inte länge innan vi tog emot de första skolklasserna. Några månader senare kunde vi slunga vår egen Rosengårdshonung!

Fortfarande importerar vi en stor del av vår honung till Sverige och det finns relativt få biodlare i Sverige. Dino vill sprida sin kunskap och uppmuntra fler till att bli biodlare.

– Det är viktigt att skapa förståelse för hur betydelsefulla bina är för oss människor och för det naturliga kretsloppet. De står för 60-70 % av pollineringen i vår värld. Men något har hänt de senaste åren, vi förlorar mängder av bin, i vissa länder har 40 % av biodlingen dött och man har egentligen ingen förklaring till orsaken. Einstein har sagt att om våra bin försvinner så har människan bara fyra år på sig att leva.

Vad är det mer hos bin som fascinerar Dino så mycket?

– De är fantastiska! Alla bin vet precis vad de ska göra, alla har sin specifika uppgift som de utför. Några hämtar vatten, några putsar drottningen, en del bär ut döda kompisar, andra ser till att det alltid är 31-32 grader varmt i bikupan - antingen genom att kyla ned eller värma upp med hjälp av sina vingar, precis som luftkonditionering. Allt fungerar genom samarbete och organisation. Är de inte duktiga?

Idag har Dino och hans familj 20 stycken bikupor hemma på gården.

– Jag ser dem som mina husdjur. Absolut. Jag älskar dem verkligen! Visst ägnar jag dem mycket av min fritid, men det är de värda med tanke på allt de ger oss.



Visste du att:

- **Honung är nektar från blommorna** som bina processar i kroppen i sina organ. En enda bikupa ger 50 kilo honung.
- **Förutom honungen producerar bina vax** som vi använder till exempel till hudkräm och massageolja.
- **Drottninggelén är en typ av näring** bina producerar med sina körtlar och ger till drottningen. Med denna specialdiet lever drottningen fem till sex år, jämfört med de övriga bina i samma bikupa som lever ca sex månader. Hon får alltså tio gånger längre liv med hjälp av denna superkost! Men så lägger hon också ägg två och en halv gång sin egen kroppsvikt varje dag, ca 1500-2000 ägg om dagen under våren och sommaren.
- **Bina producerar också propolis.** Den används som byggnadsmaterial i vaxkakorna och till att täta kupans ingång (pro polis = framför staden). Den fungerar också som allmänt skyddsmedel mot bakterier, virus, svamp och mögel i kupan. Om till exempel en mus har råkat komma in i bikupan kan de inte bära ut den döda kroppen, utan balsamerar den istället med denna propolis så att inga bakterier ska sprida sig. Även vi människor drar nytta av dess antibiotiska egenskaper i form av naturläkemedel och hudvård.



A child with blonde hair is looking down at a light projection of a butterfly on a tree trunk. The scene is dimly lit, with the light from the projection illuminating the child's face and the surrounding area. The butterfly is a vibrant orange and black, and the light it casts creates a soft glow on the tree bark. The child's expression is one of wonder and curiosity.

Allt ljus på Rosengård

En trädgård byter verkligen skepnad under årets olika månader. Precis när det började kännas litet ruggigt och mörkt och de vackra höstlöven fallit av träden, genomfördes ljusprojektet *Stadens ljus: Rosengård*. Drömmarnas Hus trädgård var en av ytorna som ingick i ljusvandringen och som ljussattes med stöd och hjälp av Malmö stad och Gatukontoret.

Under hösten hade Drömmarnas Hus pedagoger arbetat med Rosengårdsskolans fjärdeklassare med ljuset som tema. Barnen skapade kloka och roliga dialoger mellan fikonsträden i Orangeriet om hur växter i vintervila längtar efter sol och ljus. Från herrgårdens fönster lyste pappersögon ur mörkret och barnens stumfilm "I rampljuset" projicerades på sporthallstaket bredvid. Inne i Drömmarnas Hus västra flygel klev besökarna in i en magisk värld. Här utspelades en fantasifull historia om Nattens drottning och den litet busiga Sömntruten som åt upp drottningens blommor i den självlysande trädgården.

Stadens ljus är ett fint exempel på vad ett samarbete mellan förvaltningar, föreningsliv och skola kan innebära. Årets ljusevenemang lockade människor från hela Malmö att komma till Rosengård och se stadsdelen i ett nytt ljus. Återigen blev vår trädgård levande, trots kylan och mörkret.



GRÖNA SKOLGÅRDAR

Föreställ dig en asfalterad platt skolgård. Lägg nu till grönt gräs, böljande kullar, slingrande gångar och traddungar. Du har precis skapat en grön skolgård.

Emma jobbar som skolgårdsinspiratör på Malmö naturskola och har arbetat för att få igång projektet Gröna skolgårdar sedan 2008. I februari 2010 avsatte Kommunstyrelsen pengar till projektet och därefter inleddes ett samarbete med Serviceförvaltningen som gav resurser för att kunna omsätta tankar till praktik. Under 2010 har tolv stycken skolor runt om i Malmö, minst en i varje stadsdel, deltagit i arbetet med att skapa Gröna skolgårdar. Barn, skolpedagoger och ledningsgrupp från varje skola har varit delaktiga i arbetets olika moment och barnen har planterat minst en växt var.

– Det har verkligen överträffat alla förväntningar, säger Emma. Det har varit mycket jobb, men alla har verkligen gjort sitt yttersta, vilket känns jättekul!

I november satte arbetet igång på Örtagårdsskolan, där man har haft ett nära samarbete med Drömmarnas Hus trädgårdsmästare i allt från planering och ritning till genomförande.

Emma hoppas på att arbetet med Gröna skolgårdar ska sprida goda ringar på vattnet och inspirera till att resten av Malmös skolor ska få samma möjligheter.

– Det är så litet pengar det handlar om för att få så stora resultat, säger Emma. Framförallt är det en långsiktig investering som gör så stor skillnad i barnens vardag. Dessutom sjunker aldrig naturen i värde som

mycket annat gör, tvärtom! Tänk på ett träd till exempel, med tiden växer det, blir större och får starkare rötter.

Emma har en vision om att det i framtiden ska finnas en trädgårdsmästare på varje skola, som ska ha samma funktion på skolgården som en bibliotekarie har i ett skolbibliotek.

– Det är så viktigt att vi får in naturen på skolgårdarna säger Emma. Vi måste ge barnen en känsla för den, annars kan vi aldrig göra dem miljömedvetna.

På vilket sätt leker man annorlunda på en Grön skolgård?

– Med de Gröna skolgårdarna skapas en mångfald i miljön som öppnar helt andra möjligheter för att undersöka och fantisera. Det uppmuntrar till mer fysiska lekar, mer variation. Naturen förändras ju hela tiden, både med årstider och med tidens gång, vilket också gör att barnen måste vara kreativa och komma på nya sätt att anpassa leken efter de förändringar som uppstår.

På vilket sätt kan man använda Gröna skolgårdar i pedagogiken?

– Naturen är ett fantastiskt verktyg för att få praktisk tillämpning inom alla ämnen, inte bara inom naturorientering utan även matematik, geografi, historia, slöjd och bild. Vi lär oss på ett helt annat sätt när vi aktiverar alla sinnen, när vi kan få konkreta exempel eller praktisk tillämpning på teorin. Det är också ett jättebra sätt att öva på språk och kommunikation. När man gör saker tillsammans måste man prata, formulera sig, samarbeta, till skillnad från hur den traditionella undervisningen många gånger fungerar när man sitter still i bänken och lyssnar. Det fysiska rummet utomhus både aktiverar och ger ett större lugn. Alla får mer utrymme och kan skifta aktivitetsgrad och fokus utan att det stör någon annan.

Samtidigt som det uppmuntrar till fysisk aktivitet gör det också att vi går ned i varv. Att vara utomhus har rehabiliterande egenskaper.

Har det varit något särskilt tillfälle under projektet som har gjort Emma extra glad?

– Det är så många... Alla möten med barnen! Men jag har ett särskilt fint minne från när vi var i planeringsfasen på en av skolorna. Barnen stod på skolgården och fantiserade om hur de skulle rulla nedför kullarna som vi skulle bygga upp. Det var härligt!



Drömmarnas Hus, Friluftsväg 4, 21368 Malmö, www.droemmarnashus.se

Varmt välkomna till en dag med

Näring

En eftermiddag och kväll med inspiration och workshops om odling, ätliga växter, insekshotell och mycket, mycket mer!

Den 26 maj kl. 15.00 – cirka 18.30

Platsen är i ett Litet lokalt naturcentra på Rosengård (Orangeriet i Drömmarnas Hus trädgård)

De som kommer till att inspirera er är trädgårdsmästare och pedagoger från Drömmarnas Hus, Naturskolan i Malmö och Lone från Örtagårdsskolan

Du kan välja två av de sex följande workshops:
Gör 3 prioriteringsval (1:a hand, 2:a hand, 3:e hand)
– så lägger vi in dig på två av dina val

Workshops att välja mellan:

A. Upptäck naturen med alla sinnen!
I denna workshop får du träna på att upptäcka naturen med alla sinnen. Du får exempel på enkla sinnesövningar, men även prova på att i grupp hitta på nya övningar som kan vara användbara i undervisningen. En workshop med Bo.

B. Bygg ett insekshotell
Insekter behöver små krypter och håligheter där de kan hitta mat och skydda sig från oväder och rovdjur. Av gammalt skräp och naturmaterial bygger vi ett hotell för flera olika sorters insekter. Ta gärna med tegelstenar, kottar, pinnar, brädbitar, äggkartonger, bamburör, vass, takpannor så bygger vi ett gemensamt hotell. En workshop med Emma och Josef.

C. Odlar och föröka växter
Vill du lära dig lite mer om hur man odlar och föröka växter? Hur tar man en stickling? Hur skapar man en bra grogrund för ett frö? Vi erbjuder planter och fröer från olika länder, både ätliga, doftande, läkande eller enbart sköna att uppleva. Välkommen på planteringsworkshop i Orangeriet med Frederik och Lisa.

D. Vårsallader och växt omelett
– Lär dig mer om ätliga växter!
Vill du som lärare hitta ett nytt sätt att fånga dina elevers intresse för naturen och miljön? Vill du lära dej om hur man kan tillaga vilda ätliga växter, för att på så sätt få en naturlig ingång till att tala om naturen? Då ska du ta och komma på ätliga växt workshopen! Under en späckad timme kommer vi att samla in några av det vanligaste ätliga växterna i omgivningen och få tips på hur man lätt kan tillaga och blanda dem. Workshop med Jacob.

fortbildningsdag

Forträttning nästa sida!



Svenska lantbruksveckans fond

Drömmarnas Hus
www.droemmarnashus.se

NÄRING

Inom Lärande liv arbetar vi dagligen med att ge barn och vuxna inspiration och kunskap om miljö, odling och pedagogik. För att vårt arbete ska kunna skapa ytterligare ringar på vattnet har vi velat samla vår kompetens i form av utbildnings- och inspirationsdagar för pedagoger, lärare och andra som arbetar med barn och unga. Detta år har vi genomfört två Näringsdagar tillsammans med Malmö naturskola.

Kajsa från Naturskolan berättar om sina tankar kring fortbildningsdagarna:

– Utan näring kan varken plantor eller människor växa. Pedagoger ger hela tiden av sig själva och arbetssituationen på många skolor är oerhört tuff. För att orka måste man själv få ett “näringstillskott” emellanåt. Inom Lärande liv vill Naturskolan tillsammans med Drömmarnas Hus erbjuda annorlunda fortbildningsdagar där kunskap och skaparglädje blandas och alla sinnen får vara med. Många pedagoger använder redan skolgården och närmiljön i sin undervisning men vi hoppas att de ska bli fler! Tillsammans kan vi stötta och inspirera varandra i arbetet med att skapa grönnare, mer kreativa skolmiljöer där vi odlar kunskap för livet.

Ett år i vår trädgård

Det är december och snöflingorna faller. Vi firar jul i Orangeriet, gör mat till vinterfåglarna, stöper ljus och värmer oss vid elden. Vi tittar tillbaka på året som har gått, med något att glädjas åt för varje årstid. Vårens första spirande grönska och barnens förundran över naturens små mirakel. En sommar med varma dagar och utflykter till Fulltoftas vilda natur. Höstens skördefest, en dag fylld av skratt och lek, mat och musik, grönsaker, frukt, sylt, saft och honung.

Så är vintern här. Årets cirkel är slutet och vår trädgård vilar i väntan på en ny vår, ett nytt år med nya fröer att så.

Det växer ständigt i ett Lärande liv.



Lördagen den
4 December

Bjällerklang, nu é det snart jul!

Tid: Lördagen den 4 december kl. 13.00–16.00
Plats: Orangeriet i Drömmarnas Hus trädgård, Frölichs väg 4

Kom och gör vintermat till fåglarna, knyt julkransar, gjut ljus och gör ljussnöytktor! Utomhus i julstämning, pysslar vi tillsammans till musik, glögg och en liten marknad. Eftermiddagen är för hela familjen och arrangeras i samarbete med Malmö Naturskola.

Varmt välkomna!

Releasefest

Idag släpper vi också en underbart, inspirerande bok om vårt odlingsprojekt "Lärande liv". I den finns dikter, recept, tankar och glädje samlade. En bok att inspireras av, nu i de lite mörkare höstiderna.

Kärlek och modigheter!

Den 4 december, kl. 14.00 på Drömmarnas Hus:
För installationsprojektet av Drömmarnas Hus serieteknik:
Kärl- och mod- och dörrspjeler. Här visar de sitt arbete
om kärlek och mod. Vem kan man egentligen älska? Sin
vår, sin familj, tillvaro, kärlek och kärlek också till
ekot? I installationsprojektet finns ett speciellt rum där
har bra, stark, vackert och fantastisk till det. Efter det
kan du se år runda att gå in och möta teater och musik i
modigetsrummet där kärlek och teaterare uppträder.

Frölichs väg 4
Drömmarnas Hus
www.drommarnashus.se

  Svenska lantbruksveckans fond



Till sist

Drömmarnas Hus vill rikta ett särskilt tack till alla de som bidragit ekonomiskt till projektet Lärande liv. Serviceförvaltningen/Stadsfastigheter Malmö stad som på alla sätt har stött oss i arbetet. Region Skåne/Miljövårdsfonden, Rosengårds stadsdel, Miljöförvaltningen Malmö stad, MKB och Newsec, samt Svenska Lantbruksveckans Fond som genom sitt stöd har möjliggjort tillkomsten av denna bok.

Vi vill även specialrikta ett jättetack till våra goa kloka kollegor och samarbetspartners i projektgruppen Lärande liv. Tack alla på Naturskolan i Malmö för att ni finns! Tack Dino och Lone på Örtagårdskolan för klokskap och värme!

Sen naturligtvis ett jättetack till alla barn, vuxna och andra som vi mött, många av dem har ni fått möta inne i boken.

Ni ger oss framtidshopp allesammans.

Vi ses igen nästa år!

Nana

Concombre

Gruszki

Kartoffel

MANZANA

Rajčica

Luumut

Mynta på arabiska

Gurka på franska

Päron på polska

Potatis på tyska

Äpple på spanska

Tomat på kroatiska

Plommon på finska

Intervjuer, text, formgivning:
Sara Andersson/Casara
www.casara.se

Texter även: Åsa Johansson och
trädgårdsmästarna på Drömmarnas Hus

Klimatsmarta recept:
Diana Dosen Grunning

Textgranskning: MarieLouise Temnare

Fotografer:
Margita Waldehov samt personal på
Drömmarnas Hus: Från jord till ord,
Hemodlat, Grodda själv (stora bilden),
Gräsgubbar

Dieter H Engler: Samtliga övriga foton
www.dieterhengler.com

Formgivning fröpåsar samt flyers för
Näring och Jul i Orangeriet:
Rebecka Hagfors, Drömmarnas Hus

Lärande Liv

Det här är en kaxigt stolt och glad inspirationsbok och rapport om odling på Rosengård i projekt Lärande liv. En bok som vi hoppas ska inspirera andra till att vilja odla själva. En bok som ska förmedla alla de kloka tankar om miljö, om mat och hållbar utveckling som vi möter hos barn, ungdomar och vuxna i olika samarbeten och i det delade odlingsarbetet i trädgården. Här finns dikter, recept, tankar och glädje just nu när vi behöver det som bäst! En bok att inspireras av i de lite mörka, höstiga tiderna. En bok att känna framtidshopp och inspiration utifrån. Det kommer en ny vår, känn förtröstan även i de lite mörka stunderna. Vi är så många som vill. Tillsammans kan vi få små, små frön till att växa!

Drömmarnas Hus
www.drommarnashus.se



Malmö stad



SKÅNE

Svenska lantbruksveckans fond

ISBN: 978-91-979339-0-2

