

Indhold:

Leder - Den sociale dimension

Konkurrence

Rødder og vinger af Henriette C. Andersen

Alle mennesker har noget de er gode til.

Et æble om dagen - mindst!

Aktiviteter

Æbleopskrift

Fra Helhedsskolen til Gyngen af Henriette C. Andersen

Leder

Den sociale dimension

Folkeoplysningens hovedidé er at tage udgangspunkt i den enkelte som en ressource og ikke som et problem. Vi taler om kursister og ikke om klienter - stik modsat socialforvaltningen. Ved på den måde at bruge folkeoplysningen til at give et positivt udgangspunkt for samvær og undervisning får vi forærende en åbenhed og imødekommenhed fra deltagernes side. Her opfyldes Grundtvigs tanker om myndiggørelse i modsætning til det sociale systems umyndiggørelse. Det er værd at præcisere, at folkeoplysning er frivillighed, samtale og undervisning i modsætning til tvang, terapi og behandling. Kernen i folkeoplysning er et positivt menneskesyn og samtale, der kan føre til handling. Derfor bør undervisningen tage udgangspunkt i virkeligheden og have overførselsværdi til dagligdagen. I FO-Århus hælder vi mest til det dynamiske menneskesyn: vi er ikke blot dem, vi er - men vi udvikler os livet igennem. Og vi kan alle i perioder være svage i en eller anden forstand - men vi har også mulighed for at komme ovenpå igen. Den sociale dimension indbefatter at udvikle og forbedre aktiviteter, der kompensere for udsatte gruppers manglende uddannelse eller deltagelse i samfundet. FO-Århus er meget opmærksom på den sociale dimension og har udviklet mange projekter og megen undervisning for udsatte grupper, f.eks. Fobi-skolen (for mennesker ramt af fobisk angst), Århus Specialundervisningsskole (henvendt til sent udviklede unge), Det kreative Værksted (for personer med generelle indlæringsvanskeligheder), Billedspor (for mennesker med psykiske problemer), Opgang 2 (for utilpassede unge), og hensyntagende hold og hold for handicappede i aftenskolen.

Konkurrence

Vind et ostebord fra Grand Fromage

Hvis du svarer rigtigt på spørgsmålet, kan du deltage i lodtrækningen om et ostebord for 6 personer fra Grand Fromage i Guldsmedgade, som for nyligt vandt 1. præmie på Interfair Scandinavia for den bedste osteinretning i Danmark. Værdi ca. 300,- kr.

I hvilken by ligger Det Kreative Værksted?

1. Solbjerg

2. Malling

3. Beder

Afleveres/sendes til Frit Oplysningsforbund, Guldsmedgade 25, 8000 Århus C. Eller send svaret på e-mail:

fo-info@fo-aarhus.dk

Send dit svar senest d. 1. december

Husk at skrive dit navn og afsenderadresse på kuponen.

Svar på konkurrencen i Nicolai nr. 3. 2000:

Claus Bus, Trækasgade 12, 2.tv., 8000 Århus C

Svaret på sidste nummers konkurrence:

3. Århus Amatørbokseklub

Rødder og vinger

af Henriette Corvinus Andersen

"Der er to vedvarende værdier, som vi kan videregive til vores børn. Det ene er rødder – det andet er vinger" – gammelt indiansk ordsprog.

Nicolai har besøgt Det kreative Værksted en regnfuld fredag.

Der er åbent hus på Det kreative Værksted i Malling, en voksenskole for udviklingshandicappede. Jeg har meldt min ankomst om mandagen og er spændt på, om de husker, at jeg skal komme i dag. Min tvivl bliver gjort til skamme, da jeg træder ind ad døren. Alt er tilrettelagt og parat for dagens gæst. Jeg bliver modtaget som var jeg statsoverhoved. Eleverne venter spændt på at modtage mig med kaffe på kanden og hjemmebag til. Og da kaffen er skænket, er det planlagt, hvem der hver især skal fortælle mig om de forskellige områder, der arbejdes med i huset.

Opslagstavlen

Men først hører jeg om opslagstavlen, der er et kapitel for sig. Den bliver brugt til at holde styr på aktiviteter og hvem der gør hvad. Der er 20 elever, tre faste lærere og et par gæstelærere tilknyttet skolen og der er fire aktiviteter i huset, så der er nok holde rede på. Der er ingen ord eller tekst på den, så til en forandring føler jeg mig som analfabet. Alle elever og lærere har et symbol, som de selv har tegnet. Der er blandt andet en dåbskjole, en cykel, solen, en blomsterranke, et selvportræt, en delfin, et øje og gæsten, altså mig, der er et næsehorn – de synes måske, gæsterne kommer for at stikke næsen i alting?! Hver aktivitet har sin farve. Hver især vælger sig ind på den ønskede aktivitet og i de grupper aftales det så, hvem der gør hvad i detaljer. Der er undervisning hver dag fra 9.00 til 15.00, undtagen om torsdagen, hvor det er til 13.00. Hver fredag er der åbent hus med salg af produkter fra butikken og kaffe på kanden. Der sælges krydderreddiker, fuglekasser, thevarmere både af stof og filt, veste af filt, filthatte, postkort og meget andet. Inden elverne går i gang med at fortælle om aktiviteterne hører de lidt om FO, som værkstedet også hører under, så vi er nærmest i familie med hinanden. Men jeg er kommet for at høre om det, de laver i huset: naturplejeværkstedet, haveværkstedet, dramaværkstedet og stoftrykværkstedet.

Naturpleje og haveværkstedet

Naturplejeholdet er ude og lave noget, så Jesper fortæller på deres vegne. Han har selv været med til at lave et stendige for præsten i Beder og viser mig fotos af, hvordan arbejdet er skredet frem. Det ser ud til at være hårdt arbejde. Udover at lave stendiger foretager holdet også beskæringer (også om vinteren, når det er koldest) og rensning af vandløb. Bagefter bliver jeg vist rundt i huset. Mogens følger mig ovenpå og fortæller om plante- og haveværkstedet. De laver æblemos, planter af stiklinger, som de sælger på markedet i Malling, hjulkrone-vin og Grevinde syltetøj, der er lavet af æbler og hyldebær

(men ville ikke af med opskriften - øv!!). Desuden har de hønsehold og kaniner, og sørger for havepleje for pensionister, der ikke kan klare det selv. Det meste af arbejdet foregår udendørs undtagen om vinteren, når det er koldest.

Drama og stoftrykværksted

Dramaholdet holder en lille pause og har tid til at fortælle mig lidt om det stykke, de øver på. Prøverne skal efter en uges tid flyttes over på plejehjemmet, hvor stykket snart skal opføres for plejehjemmets beboere, familie, venner og bekendte. De er spændte allerede og fortæller om, at stykket handler om spor, blandt andet de spor, man har i sig selv.

Eleverne har selv skrevet det og det gennemgående tema er et trekantsdrama kombineret med små billeder fra elevernes egne virkelige liv. Bagefter følger jeg med Marianne, der fortæller mig om stoftryk værkstedet, hvor der også bliver tegnet, malet, klippet og syet. Her har de også arbejdet med spor som tema. Dørmåttens mønster er for eksempel tegnet over på papir og mønstre af dyrespor og meget andet fra naturen er blevet brugt til collager i sort hvid.

10 års jubilæum, rødder og vinger.

Da Marianne synes, hun har vist og fortalt nok, fortæller værkstedets leder, Ehs Østergaard, lidt om skolen. Blandt andet om deres 10 års jubilæum sidste år. Det blev fejret og markeret med forskellige aktiviteter, hvor der blev arbejdet med rødder og vinger ud fra et indiansk ordsprog. Disse to elementer er et symbol på det, skolens ansatte ønsker at give eleverne. Rødderne fandt man i huset og dets historie som tidligere skole, kommunekontor og bibliotek. Også rødderne i Malling bys historie blev gravet frem (DkV er nabo til egnsarkivet, så hvad var mere nærliggende). Vingerne blev produceret på forskellige måder og endte blandt andet i form af tegninger som motiv på Socialrådmænd Lis Særkjærs julekort sidste år. Alle produkterne bliver til ud fra elevernes egne idéer og via deres samarbejde. Og det er ikke småting, der produceres. Kreativiteten er imponerende. Trods det kedelige vejr, tager jeg fra Malling i højt humør - for der masser af farver og solskin indenfor på Det kreative Værksted.

Fakta:

I løbet af de ti første år har der gået 70 elever, hvoraf de fleste har været der i tre år (som er maximum). Deres tilmelding gælder for et år ad gangen. Det pædagogiske grundlag er det svenske SIVUS – Social Individ Ved Udvikling i Samspil, hvor udgangspunktet for undervisningen er den enkeltes ressourcer. Målsætningen er udvikling af elevernes sociale færdigheder: selvstændighed, selverkendelse, samhørighed. Det praktiske og det kreative er gennemgående i undervisningen, hvor det vigtigste er at fremme den enkelte elevs sociale udvikling gennem at samarbejde, at vælge, at forstå sig selv, at åbne sine sanser, at tale sammen og at knytte bånd.

Fra forordet til Det kreative Værksteds 10 års jubilæums skrift.

Alle mennesker har noget de er gode til...

det drejer sig bare om at finde ud af hvad det er -

af Henriette Corvinus Andersen

Frit Oplysningsforbund som social kobling til arbejdsmarkedet

Regeringen har sat sig et mål om at få 100.000 flere i arbejde eller flexjob som en del af førtidspensionsreformen. Flere skal holdes fast på arbejdsmarkedet og færre skal på

førtidspension. Til gengæld skal de i flexjobs, der er tilpasset deres nedsatte erhvervsevne. Antallet lyder umiddelbart som et ambitiøst projekt og der ligger en stor opgave foran, som skal løses i fællesskab mellem det offentlige og arbejdsmarkedet – men også oplysningsforbundene spiller en stor rolle. I løbet af 1990'erne er folkeoplysningen begyndt at bidrage til løsningen af sociale opgaver. Folkeoplysningens oprindelige opgave med at oplyse folk er stadig uændret men målgruppen er skiftet i løbet af 90'erne og folkeoplysningen bruges nu også i aktiveringen af arbejdsløse og bistandsklienter – som ambulancetjeneste. Folkeoplysningsprojekter tilbyder anderledes skolegang, hvor projekterne tilrettelægges efter deltagerens behov, og anderledes samværsformer, der aktiverer deltagerne og fører dem til handling på deres egne præmisser. Kort sagt, fører opkvalificering via et kursus i sig selv sjældent til arbejde - men det netværk, der skabes mellem de andre deltagere, et praktikforløb og kontakten til arbejdsmarkedet hjælper ofte godt på vej. Det handler nemlig ikke altid om at lære mere bogligt, men at få nye redskaber til at kvalificere jobsøgningen. Oplysningsforbundene er altså andet og mere end tilbud om daghøjskoleforløb eller aftenskoleundervisning i 'palmebladslæsning' og 'fandangostrik'. Og måske især Frit Oplysningsforbund, hvor en del projekter af forskellig karakter og varighed hører under. Der er projekter for de mindre boglige, for de meget kreative, for flygtninge/indvandrere, for teatergale, for nørder, et kun for indvandrerkvinder, et for sindslidende og et for fysisk og psykisk handicappede. Arabesk, Billedspor, Den Halve Himmel, En hel dag – en hel verden, Facet, Firmastewardesserne, Genesis, Godt begyndt, Jobbreaker, Det kreative Værksted, Opgang 2, Ord og liv, Propylon, Renholdet, Tilværelse med udsigt, Varmekedlen, Århus Specialundervisningsskole – og så er alle måske ikke engang nævnt. Fælles for disse projekter er, at de enten er FO-projekter eller har trådt deres barnesko i oplysningsforbundet. De projekter, der ikke længere hører direkte under FO, har dog stadig en navlestreng, der ikke er kappet helt. Gøglerskolen er et eksempel på det. Kreativiteten skinner tydeligt igennem navnene på projekterne. Men det korte af det lange er, at de alle fungerer som en kobling mellem det sociale og arbejdsmarkedet.

Succes for Renholdet

Det grundlæggende i de fleste af projekterne for flygtninge/indvandrere er at bruge dansk mere aktivt og at lære noget om det danske samfund og vores kultur. 'Renholdet' er et revaliderings projekt for flygtninge/indvandrere, som har eksisteret i et par år og som har stor succes med at få kursisterne ud i arbejde. Her er indgangsvinkelen rengøring, som navnet også antyder. Kursisterne henvises til projektet fra Bøgekilde Industri, som er et kommunalt flygtninge/indvandrer-projekt for bistandsklienter (som bl.a. går ud på arbejdsstræning via praktiske opgaver med at montere, pakke og forsende for forskellige firmaer). På Renholdet foregår undervisningen på dansk, men det er ikke et krav, at deltagerne har afsluttet sprogundervisning. For at kunne deltage skal man dog være motiveret for rengøringsarbejde. Og man skal kunne møde tidligt, da det daglige forløb er fra kl. 6.15 til 13.15 alle ugens dage. Desuden kræver rengøringsarbejde en god fysik. Kørekort er et godt adgangskort til rengøringsbranchen, men ikke noget krav til kursisterne. Kursusforløbet er en vekselvirkning mellem praktisk arbejde og undervisning, idet kursisterne får en rengøringsjob, de skal passe sideløbende med undervisningen. Hver dag består af tre timers praktisk rengøring og fire timers undervisning i rengøring og almene fag som dansk, regning, samfundsforhold, psykologi, motion/bevægelse samt nogle kreative aktiviteter. Rengøringsundervisningen består af ergonomi, arbejdstilrettelæggelse, rengøringsmidler og kemikalier m.v. Forløbets udstrækning er

individuel, men højst seks måneder. Hvis muligheden for job åbner sig under forløbet, stopper kursisten på projektet. Og med kontakt til omkring 40 rengøringsfirmaer i Århus og omegn, er der gode muligheder for det. 11 ud af 14 kursister fra sidste hold er kommet i arbejde, hvorved succeskriteriet for projektet er opfyldt. Der er noget at leve op til for andre projekter.

Flexjobs på byens museer

Når det drejer sig om mulighederne på arbejdsmarkedet, gælder det om at finde nicherne og smede mens jernet er varmt. Det sidste skud på stammen i FO's 'projektfamilie' er et museumsprojekt, hvor formålet netop er at få kursisterne ud i flexjobs på museer i Århus. Det drejer sig om Århus Kunstmuseum, Moesgård Museum og Århus Bymuseum. Kurset varer et halvt år og skal kvalificere kursisterne til at blive servicemedarbejdere på forskellige områder på museerne. Forløbet er opbygget som en blanding af undervisning og praktik. Praktikstedet bliver valgt på forhånd og der undervises i service, konfliktløsning, brandslukning, førstehjælp, edb, layout, historisk viden, kantine, rengøring, vagt, sprog m.v. Undervisningen varetages af FO, museumsmedarbejdere, AMU, Falck og Røde Kors. Praktikperioderne finder sted på de museer, kursisterne har valgt og arbejdsopgaverne tilpasses den funktion, museet har behov for – det kan enten være som pedel, kantinemedarbejder, rengøringsassistent, vagt eller lignende. Disse emner er kursisternes hovedfunktioner, som de vælger sig ind på i forbindelse med valg af praktiksted. Edb er obligatorisk fag og sprogfag er frivillige. Efter første kursus- og praktikperiode afklares det, om kursisten kan og vil fortsætte i projektet og blive ansat i et flexjob på det udvalgte museum. Hvis resultatet er positivt, kan kursisten allerede fra det tidspunkt blive ansat i flexjob, samtidig med at kursusforløbet gøres færdigt.

Nicolai har talt med Socialrådmand Lis Særkjær om museumsprojektet, som hun har været involveret i. "Det er en glæde, når folk med erhvervsevne kan forsørge sig selv. For nyligt rundede vi i Århus Kommune nr. 1000 person ansat i flexjob. Og museerne har brug for flere ansatte. Systemet er opbygget på sådan en måde, at man i et flexjob ansættes til overenskomstmæssige løn. Arbejdsgiveren betaler for det antal timer, den ansatte reelt er ansat og staten betaler resten op til fuld tid. Hvis arbejdspladsen er en statsinstitution, som museerne, betaler staten det hele. Jeg tror ikke, folk er klar over, at systemet er sådan." Og måske er det grunden til, at der ikke skaffes flere stillinger på landsplan – eller hindringen for det. Umiddelbart kan det lyde som en dyr løsning for den danske stat, men kommunen har økonomisk fordel af det og som Lis Særkjær også pointerer, er der ingen tvivl om, at den største fordel har de personer, der kommer i flexjob. Men hvis arbejdsgiverne ikke kender så meget til ordningen, må det vel være vanskeligt at skaffe flere flexjobs. Leif Jepsen, der er Socialchef i Århus Kommune, siger, at det går godt. "Det har ikke været svært for Århus Kommune. Der er skaffet 300 nye stillinger bare i år. Pr. 29/9 var der 336 i private virksomheder, 188 i kommunale jobs og 225 i andre offentlige stillinger (i stats og amts regi). Så vi har allerede opfyldt det kriterium, som kommunen har ønsket pr. år for i år", siger Leif Jepsen. Regeringens mål er nødvendigvis højere, og ligger på 500 nye flexjobs pr. år.

Virksomhedsrevalidering

Man kan så spørge, hvor flygtninge/indvandrere kan komme ind i billedet, når mange flexjobs drejer sig om arbejdsfastholdelse. Nicolai spurgte Lis Særkjær, om der er lignende projekter der er møntet mere på flygtninge/indvandrere. "I Århus Kommune arbejder vi nu videre med andre former for job på særlige vilkår end flexjobs. Næste skridt

er, at få 1000 personer i virksomhedsrevalidering. Da det blev omtalt i pressen, fik vi henvendelser både fra arbejdspladser og arbejdsløse, der var interesserede. Projektet er ikke udelukkende bestemt for flygtninge/indvandrere, men det er også for dem. Forskellen på virksomhedsrevalidering og aktivering er, at der med virksomhedsrevalidering ikke er nogen slutdato og man kan blive på virksomheden, så længe hver især ønsker det. Lønnen betales af det offentlige, men firmaet optrapper betaling af lønnen gradvist. Det kører som forsøg p.t., men ordningen ønskes udvidet og tages op i byrådet inden længe", slutter Lis Særkjær. Formålet med virksomhedsrevalidering er blandt andet at give de ledige en bedre grobund på arbejdsmarkedet, som måske især flygtninge/indvandrere kan nyde fordel af. Som det er nu har de ikke kun svært ved overhovedet at finde fodfæste på arbejdsmarkedet, men de har også langt sværere ved at overbevise en arbejdsgiver om, hvad de dur til, især i løbet af en kort periode i aktivering. Og det kan jo skyldes mange ting – sproglige, kulturelle eller sociale. Museumsprojektet nærmer sig i skrivende stund sin afslutning, og resultatet af forløbet afventes med spænding af alle involverede. Vi håber selvfølgelig på, at det bliver (endnu) en succes – for alle parter.

Et æble om dagen – mindst!

Det er æbletid, og det er den tid på året, hvor æblerne smager bedst og indeholder flest vitaminer. Det er vigtigt at spise masser af frugt og grøntsager. Sundhedsstyrelsen anbefaler 600 gram om dagen. Det er både med til at give det nødvendige vitamin- og mineraltilskud og til at regulere vægten. Det er vigtigt at spise frugt og grønt også selvom man ikke køber det økologisk. Selvom æblerne eventuelt indeholder rester af sprøjtegifte, betyder det ikke, at de er usunde, og at man skal lade være med at spise dem. Alt tyder på, at det er sundere at spise æbler med giftrester end helt at lade være. Der kan dog heller ikke være så meget tvivl om, at det trods alt er sundest at spise så lidt gift som muligt.

Grøn Information har nogle gode råd om æbler og man kan masser af informationer om frugt og grønt på Grøn Informations hjemmeside: www.greeninfo.dk.

Konventionel æbleproduktion kræver flittig brug af sprøjtemidler til at bekæmpe svampe og insektangreb. Det gælder også danske æbler, om end det er mindre, end hvad udenlandske æbler udsættes for. Et dansk æble kan være sprøjtet op til 15 gange med flere end 10 forskellige sprøjtemidler, inden det når forbrugeren. Udenlandske æbler kan være sprøjtet 20 gange og dertil kommer, at der kan være foretaget en efterbehandling med sprøjtemidler og voks. Grøn Information har registreret over 25 forskellige sprøjtemidler i den danske eller udenlandske produktion (kilde: Grøn Information).

Undersøgelser fra Veterinær- og fødevarerdirektoratet viser, at der er flest æbler med giftrester blandt franske og italienske æbler (30-65 %), mens der er færrest giftrester blandt danske og hollandske æbler (5-8 %).

Grønne råd om æbler (kilde Grøn Information):

Spis flere æbler – gerne danske – så ved man, hvad man får. I Danmark er brugen af sprøjtemidler væsentligt mindre end i de lande, vi importerer fra. Danske æbler bliver ikke dyppet i sprøjtemidler efter høst og behandles ikke med voks eller lak. Vask og skyl æblerne, inden de spises. En meget stor del af giftresterne sidder uden på skrællen. Det er derfor en god idé at vaske, skylle og eventuelt skrælle grøntsager og frugter, inden de spises. Køb økologiske æbler – når det er muligt. I økologisk æbleproduktion i Danmark

bruges kun få sprøjtemidler – f.eks. svovl – og disse er blandt de mindst miljøskadelige. I flere europæiske lande er det også tilladt at bruge andre sprøjtemidler, bl.a. kobbersulfat. Dyrk dine egne æbler. Dyrker man sine egne grøntsager, er man selv herre over, om og hvor mange sprøjtegifte, der skal bruges. Lige nu er der masser af dejlige æbler til salg, og de fleste æbler i haverne er modne nu. Æbler kan spises friske, men der er også nærmest uendelige anvendelsesmuligheder med æbler i madlavning og til desserter. Frit Oplysningsforbund, der jo har æbler som sit logo, har gennem tiden samlet en del æbleopskrifter, som nu kan findes på FO's hjemmeside (www.fo-aarhus.dk under nyheder). Opskrifterne er også samlet i et lille hæfte, der kan fås ved henvendelse til Henriette C. Andersen på tlf. 8612 6000. Bogen "Gamle danske æbler" af Jeanette Thorseng Lildholdt kan ligeledes anbefales at læse. Den fortæller blandt andet om gamle, danske æblesorter som Ananas, Belle de Boskoop, Gråsten, Ingrid Marie, Pigeon og Skovfoged, og der er masser af æbleopskrifter i bogen. Har man mange æbler i haven, er det også muligt at presse dem til æblesaft.

Man kan leje en manuel mostpresser enten hos
Grøn Guide Erik Stryhn Rasmussen tlf. 8742 6442
eller hos mig,
Sussie Pagh, på tlf. 8612 5002.

Velbekomme.

Grøn Guide Sussie Pagh - Århus Midtby

Aktiviteter

Familieforestilling 2000 på Gellerupscenen - Junglebogen Nicolai har anskaffet en stak billetter til Gellerupscenens egenproduktion 'Junglebogen'. Rudyard Kiplings bog om drengen Mowgli er skrevet i 1894, men den er alligevel stadig aktuel, fordi den har alle de ingredienser, der hører til i en god historie. Mowgli lever blandt en ulveflok i junglen, fordi hans familie er blevet jaget væk af tigreren Shere Kahn. Drengen må gå grueligt meget igennem, inden han og vennerne, bjørnen Baloo, slangen Kaa og panteren Bagheera, med hjælp fra den røde blomst, ilden, vinder kampen over Shere Kahn. Arne Lindtner Næss, der har skrevet teksten til forestillingen, har været tro mod handlingen i bogen, men har sat sit eget personlige præg på figurerne. Junglen vrimler med sjove dyr, der har mange menneskelige træk. Musicalen er skrevet med en komik, der er fuldt på højde med Walt Disneys version. Og med Svein Gundersens iørefaldende musik er der lagt op til en eventyrlig forestilling. Lisbeth Lautrup Knudsen har instrueret forestillingen, der både er for øjet og øret – en forestilling for hele familien.

Pris: voksne 95 kr. / børn 45 kr.

Billetter skal være bestilt og betalt hos FO i Guldsmedgade senest torsdag d. 23/11.

Holdnr. 9501 lø 9/12 16.00

Gellerupscenen

Æbleopskrift

Æblekage med rørsukker, ymer og meget lidt fedt.

Ingredienser:

200 g rørsukker, muscovadosukker (el. brun farin)

150 g hvedemel

1 tsk. natron

en anelse salt

2 store æg

½-1 spsk kanel

1 dl ymer (el. andet mælkeprodukt)

2 syrlige æbler, groft revet (f.eks. Belle de Boscoop, Filippa, James Grieve)

Rør sukker og mel grundigt sammen. Tilsæt de revne æbler og ymer. Bland melet med natron og kanel og vend det i dejen. Hæld dejen i en smurt form (f.eks. en springform) og bag kagen ved 185 grader i ca. 40 minutter.

Pynt: sigtet flormelis

Serveres med: 2 dl græsk yoghurt rørt med 2 spsk flormelis og kornene fra ½ stang vanille

Pernille Evers har indsendt opskriften til www.appetit.dk

Fra Helhedsskolen til Gyngen

af Henriette Corvinus Andersen

Nicolai har haft besøg af Claus Nielsen, en gammel ven af huset og vi fik en snak med om løst og fast. Claus har gået på Helhedsskolen i tre år og det sidste år var han dels på skolen dels lavede han lidt kontorarbejde og var gå-til-hånde-med-alt-mulig-mand for Århus

Specialundervisningsskole, som deler hus med Frit Oplysningsforbund i Guldsmedgade.

Nu arbejder han i køkkenet på Gyngen, hvor han startede i foråret. Og det er han meget optaget af, for det er lige et sted for ham.

Køkkenarbejdet "På Gyngen er man som man er og der bliver ikke gjort forskel på nogen.

Alle er lige". Claus er glad for arbejdet i køkkenet. "Jeg smører sandwich, laver salater, lidt af det lune, som jeg pynter. Og så bager jeg boller og brød og tager opvasken".

Engang i mellem sørger han også for lidt indkøb, når alt-mulig-manden ikke er der. "Jeg tager en dag ad gangen, men hvem ved – måske bliver jeg der længe. Alt-mulig-manden er ansat i et skånejob og han har været der i 10 år nu". Jeg spørger, hvordan det er at arbejde i et køkken i modsætning til kontorarbejdet? "Jeg har altid været interesseret i køkkenarbejde. Og på Gyngen siger de, at det er godt at have en herre i huset i stedet for alle de høns!"

Bestået hygiejnekursus Som et ekstra plus for Claus går det ikke kun godt i køkkenet. For nyligt bestod han et tre-dages hygiejne kursus på Teknisk Skole. Og stoltheden lyser ud af ham. "Det var svært, for der er mange navne på bakterier, man skal huske. Heldigvis fik jeg hjælp fra en af pigerne i køkkenet. Ellers er jeg ikke sikker på, jeg havde klaret det". Og han klarede det flot. Hvis man får under 75 point, kan man ikke bestå prøven - Claus fik 83. Et andet resultat var, at den gamle opvask, der havde stået derhjemme i nogle dage, blev taget med det samme, Claus kom hjem. Den var for uhygiejnisk.

Fritiden Med fire timers arbejde om dagen, er der en del fritid til overs. Men hvad laver han så? "Hvis jeg ikke skal ud med en af kammeraterne i weekenden, kan jeg godt finde på at tage forbi Gyngen eller Musikcaféen for at høre live musik. Med mit personalekort kommer jeg gratis ind, medmindre der er fuldt hus. Og måske bliver det også til et måltid til personale-pris".

Ja, selv fritiden bliver brugt på arbejdspladsen. Det er tydeligt, at Claus er godt tilfreds med sit arbejde. Og hvis han skulle få lyst til noget andet, er næste skridt måske City Sleep-in, som også bestyrers af Kulturgyngen.

Vi ønsker i alt fald Claus held og lykke - og god arbejdslyst fremover.

