

2. ÅRGANG NR 1. APRIL 1994

# NICOLAI



KULTUR AKTIVITET FOLKEOPLYSNING



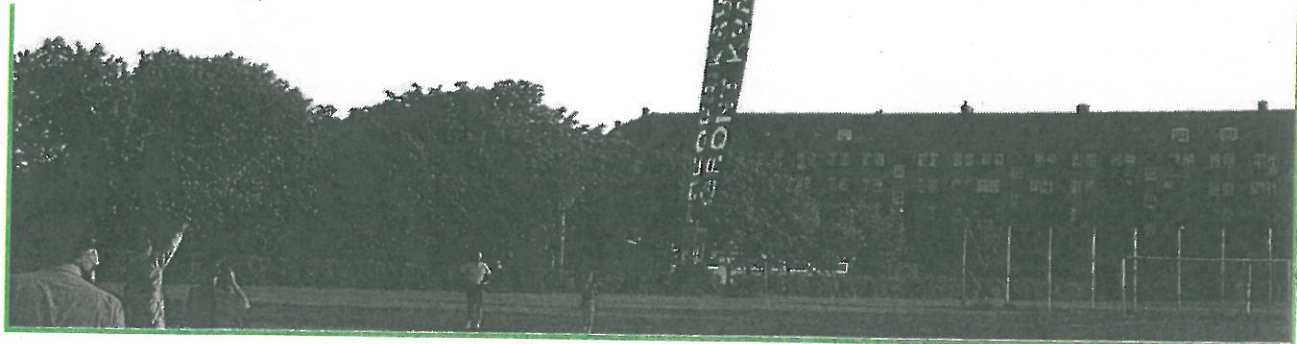
## KVALITET

- *i folkeoplysningen*

## GRØNT TEMA

- *Gør folkeoplysningen grøn*
- *Frederiksbjerg  
- et grønt kvarter*
- *Grøn pengemagt betaler sig*
- *Brev fra en grøn familie*
- *Vi tror det nytter*

# GRØN BYDEL





# NICOLAI

FO's medlemsforenings blad

udgives af:  
Frit Oplysningsforbund's  
medlemsforening  
Ryesgade 7, 2 sal.  
8000 Aarhus C.  
Tlf. 86 12 64 22

Ansvarshavende redaktør:  
Marketingkonsulent  
Carsten Jensen

Redaktion:  
Carsten Jensen  
Henrik Gram  
Mie Skeldrup  
Torben Dreier

Forside foto:  
Hans Jakob Jakobsen

Oplag:  
7000

Opsætning og produktion:  
DataGraf Auning AS  
Norgaardsvej 3  
8963 Auning

NICOLAI  
udkommer 4 gange om året.  
Bladet postbesorges til FO's kursusdel-  
tagere samt lægges frem på biblioteker  
og off. kontorer.

Frit Oplysningsforbund:  
FO's medlemsforenings formål er at  
udbrede folkeoplysning inden for almene,  
økonomiske, politiske, sociale og kultu-  
relle emner, samt at arbejde for de  
idealer som De Forenede Nationer står  
for. Samt at sikre medlemmernes ind-  
flydelse på FO's virke.

Ved tilmelding til et af FO's kurser  
bliver man medlem af FO's medlems-  
forening for 10 kr., som overføres fra  
tilmeldingsgebyret.

# Severin blev til Nicolai

**V**i er glade for at kunne byde dig velkom-  
men til det andet nummer i rækken af  
medlemsblade for FO's kursusedtagere. Der  
er sket nogle ændringer siden Severin så  
dagens lys i 1993. Blandt andet har vi måttet  
ændre navnet. Vi ønskede imidlertid stadig at  
hylde folkeoplysningens fader, NFS Grundtvig,  
hvorfor vi valgte at kalde bladet Nicolai. Ideen  
og indholdet i bladet er uændret - information  
om voksenuddannelse på tværs af kulturelle  
interesser, alder og køn.

## Grønt tema

De fire numre der udkommer i løbet af 1994,  
vil hver indeholde et hovedtema af vidt for-  
skellig art. I dette første nummer har vi valgt at  
sætte fokus på miljø. Folkeoplysningen har  
mange funktioner. Både at skabe rammer for  
uddannelse og sociale kontakter, men også at  
være med til at bringe emner og ideer op, der  
er aktuelle i vort samfund. Et af de mest aktu-  
elle er natur og miljø - miljø i mange afskyg-  
ninger. Både i forhold til genbrug og res-  
sourceforbrug, bymiljø, forurening, at leve  
sundt og grønt og meget mere.

## Grøn Information

Med støtte fra Grøn Information har vi fået en  
række miljømennesker til at give deres mening  
til kende omkring miljøpolitik, miljømentalitet  
og ressourceforbrug. Bla. er der tanker om at  
drage folkeoplysningen ind i miljødebatten,

artikler omkring de lokale tiltag for at bedre  
miljøet samt anvisning på hvordan man kan  
spare de grønne afgifter. Vi takker de mange  
der har bidraget til vort tema. Vi vil samtidig  
forsøge at sætte nogle åbne aktiviteter igang  
med et "grønt" islæt. På den måde håber vi at  
kunne bidrage til en debat, der er vigtig og rig-  
tig og derved være med til at bruge folke-  
oplysningen på en ny måde.

## Kvalitet

Et andet emne, der tages op i dette nummer  
er kvalitet i folkeoplysningen. Snakkes der  
meget om miljø i disse år, tales der mindst lige  
så meget om kvalitet. Mange aftenskoler har  
de senere år følt at kravene til undervisningen  
og rammerne omkring undervisningen er ste-  
get. Vi berører i en artikel dette fænomen og  
hvilke tiltag FO har taget i retning af kvalitets-  
forbedring.

## Aktiviteter

Forårssæsonen er så småt ved at gå på hæld  
og underviserne på de enkelte hold er ved at  
runde af. Dog gør vi opmærksom på at der sta-  
dig vil være en del aktiviteter at finde de næste  
par måneder. Vi kan bla. byde på sangaften,  
dansaften, eventyr og foredrag. Alt sammen  
lavet med henblik på at I, kursusedtagere kan  
få nogle ekstra oplevelser her i foråret.

God fornøjelse med læsningen. ■

## Kvalitet i aftenskolen

**I** dag forlanger folk en god vare, når de mel-  
der sig til et kursus. Samtidig er folk mere  
nøjeregnende med deres tid, og ønsker ikke at  
spilde den på et eller andet dårligt eller i bed-  
ste fald, ligegyldigt kursus.

I aftenskolerne bør vi være glade for den  
udvikling, på trods af, at det giver mere admi-  
nistrativt arbejde og stiller større krav til  
underviserne for at sikre kvaliteten. Glæden  
ved at levere noget som folk er glade og til-

fredse med er langt større end glæden ved at  
sælge så mange kurser som muligt.

## 4 kvalitetsmål

I FO har bestyrelsen, underviserne og admi-  
nistrationen det sidste års tid arbejdet med at  
stille en række kvalitetsmål op. Vi er nået frem  
til fire hovedområder, hvor vi i første omgang  
ønsker at sikre en god kvalitet; Undervisnin-  
gen, underviserne, lokaler og administrationen  
(herunder information og service).

## Undervisningen

Med hensyn til undervisningen søger vi at sik-  
re en klar sammenhæng mellem det folk for-  
venter (ud fra bl.a. kursusbeskrivelserne) og



*"Man behøver ikke at være helt GRØN for at være med i politik"*

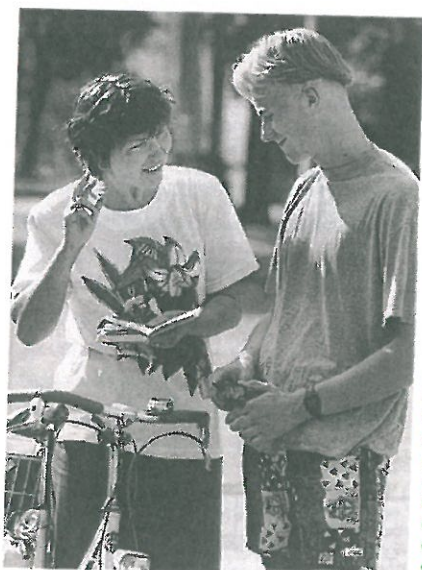


Ovenstående bliver ifølge pålidelig kilde folketingskandidat Jacob Haugaards slogan for næste valgkamp. Haugaards stab har et skarpt øje for, hvad der gør sig. Nemlig det, som alle de andre gør: bruger ordet GRØNT. Kan man på en eller anden måde få det flettet ind i sin markedsføring, så har man en vinder. Ordet Grøn strøs ud med let hånd. Det ene øjeblik er det symbol på at redde kloden, det næste øjeblik fortæller det om farven på et stykke tyggegummi.

Men det er jo vigtigt, at vi er meget opmærksomme på konsekvenserne af vores måde at leve på, så det kan godt undre, at FOs program ikke også er overstrøet med ordet "grøn". Der er ikke noget foredrag om grøn livsførelse eller noget praktisk kursus i at bygge en solfanger. Er folk, der går på aftenskole, ligeglade med miljøet?

Vi håber med dette temanummer af Nicolai, at vække nogle af de grønne følelser, der er i befolkningen. Temasiderne udgives med støtte fra Grønt Forbrugerpulje v/ Grøn Information. Måske kan det være med til at skabe flere "grønne" aktiviteter i aftenskolernes regi

Vi vil meget gerne have læsernes reaktioner i form af breve og evt. ideer til aktiviteter inden for det grønne område (se adressen på Servicесiden). ■



## GØR FOLKE- OPLYSNINGEN GRØN

af Lars Bo Jensen, koordinator  
i miljønetværket for Vor Fælles Fremtid  
i Århus Amt.

Vores miljø trænger til inspiration og en hjælpende hånd. De sidste 50 års ødelæggelse af miljøet er nu blevet meget synlig. Vi står overfor store og sandsynligvis uover-skuelige problemer med hensyn til drikkevand, luft, madvarer og affald. Ja naturens kredsløb er helt ude af balance.

### Ansvar

Hvem har ansvaret for vores natur og miljø? Svaret er ligetil. Det har vi alle.

Miljøspørgsmål er ikke længere alene spørgsmål af teknisk-eller politisk karakter. Vi kan ikke længere måle, veje og rense os ud af miljøproblemerne. Og miljøet er for vigtig en sag at overlade til politikerne alene. Det ønsker de i øvrigt heller ikke.

Det er OS SELV, der står med kloden i hånden, og siger .... "at være eller ikke være".

### Hvad kan vi gøre ?

Men hvad kan vi gøre for at undgå en total ødelæggelse af Jorden gennem de næste 50 år? - Her er svaret ikke så ligetil. -Der er nemlig stor forskel mellem det at forstå et problem (at have de "rigtige holdninger"), og det at ændre adfærd (aktivt gøre det "rigtige").

Det er her **folkeoplysningen** - den gode gamle danske tradition med at løse problemerne ved åbenhed - oplysning - oplevelse, debat og aktiv deltagelse - kommer ind i billedet.

Erfaringen viser, at det er gennem folkeoplysningen fornyelsen kommer. Nogle vil måske mene at traditionerne ikke længere er, hvad de har været, og at TV i dag spiller en større rolle i samfundsudviklingen end de traditionelle

folkeoplysningsområder gør. Det tror jeg ikke. TV sætter nok fokus på væsentlige aspekter i vores samfund, - giver os måske holdninger, men bidrager kun i ringe grad til at holdningerne omsættes i handlinger.

### Kørt træet

Nej, taler vi fornyelse i samfundet spiller folkeoplysningen en stor rolle. Desværre ser det ud til at **folkeoplyserne** i nogen grad er ved at køre træet! - Det en gåde, hvorfor aftenskolerne landet over ikke tager del i den interesse som befolkningen har i forhold til natur- og miljøspørgsmål. Aftenskoleprogrammerne indeholder så godt som ingen tilbud om aktiv deltagelse i studiekredse, kurser, undervisning/foredrag m.m., hvor natur og miljø er på programmet.

### Hvorfor...?

Det er der flere grunde til. Én af årsagerne er, at der er for få lærere og instruktører, der har de nødvendige kvalifikationer. Der er behov for en "grøn efteruddannelse" - som dels tager fat på den tekniske side af sagen - men nok så vigtigt lægger vægt på helheder og sammenhænge. Pædagogikken skal tage sit udgangspunkt i igangsættelse, oplevelse og handling. En anden årsag er, at vi alle føler en magtesløshed og handlingslammelse overfor, hvad vi kan gøre. Måske fokuserer vi for meget på de negative aspekter, hvilket medfører, at vores interesse for at deltage i aftenskoleforløb med natur- og miljømener ikke fanges.

En tredje årsag er den simple, at aftenskolerne ikke før har haft emnet på programmet. Holdningen "det er bedst at holde sig til det sikre", som mange aftenskoleledere ser ud til at have, er utrolig vanskelig at ændre.

### Hvad skal der til?

Svaret må naturligvis komme fra aftenskolerne selv. Der er muligheder nok.

Rundt om os findes utroligt mange ildsjæle, der brænder efter at bruge energi på at få flere sat igang med spændende miljøprojekter. Selvom man ikke skulle tro det, er det ikke altid sikkert, at ildsjælene ved, hvor de skal gå hen med deres ideer. Man kunne derfor godt ønske, at aftenskolerne ville tage initiativ til at opsøge og opfordre ildsjælene til at starte hold/studiekredse/forløb.

Med hensyn til at få dækket eventuelle udgifter til aktiviteter m.m. er der faktisk i dag



# FREDERIKSBJERG

## - ET GRØNT KVARTER

af Søren Kirk Christiansen, Frederiksbjerg

**D**en 5. juni 1992 sidst på eftermiddagen steg en kæmpemæssig rød og hvid luftballon til vejrs fra ASAs boldbaner op imod en skyfri, blå himmel. Under ballonen hang en 10 meter lang grøn transparent med store hvide bogstaver: FREDERIKSBJERG - ET GRØNT KVARTER.

Denne flotte ballonopstigning var starten på en kampagne, hvis formål var at bakke op om Århus kommunes planer om at skabe en grøn -byøkologisk - byfornyelse på Frederiksbjerg.

"I dag, hvor kampagnen har kørt i snart tre år, må vi konstatere, at vi både har sejret og lidt nederlag", siger en af initiativtagerne til kampagnen Hans Pedersen fra Frederiksbjerg Miljøgruppe.

### Sejrene

"Udover en række udmærkede og velbesøgte grønne arrangementer og foredragsaftner har vi satset på at nå en hel konkret målsætning:

At Frederiksbjerg skal leve op til målsætningen i Brundtlandrapporten. D.v.s. at vi skal halvere kvarterets forbrug af vand og fordoble kvarterets grønne arealer", siger Hans Pedersen, der kan fortælle, at man sidste år i januar fik teknikere fra kommunens 2. magistrat til at foretage en opgørelse over kvarterets forbrug i 1992 af vand, el og varme.

"Nu venter vi spændt på tallene fra 1993. vi håber bestemt på, at vores kampagne har virket, så vi kan registrere et lavere forbrug af el, vand og varme", siger Hans Pedersen, der især forventer et lavere vandforbrug, fordi det i foråret lykkedes Frederiksbjerg Miljøgruppe at få Århus Kommunale Værker til at tilbyde kvarterets beboere vandspareudstyr til meget lave rabatter.

### Nederlagene

"For at forstærke vores grønne kampagne, ønskede vi, at kvarteret skulle have et godt grønt eksempel til efterfølgelse. Vi fremlagde derfor over for kommunen en plan til, hvordan Frederiksbjerg Beboerhus - og især den asfal-

terede legeplads foran huset - kunne fremstå som et grønt og energirigtigt eksempel for kvarterets beboere", fortæller Hans Pedersen.

Desværre endte en lang række opslidende møder med embedsmænd fra magistratens 2. og 4. afdeling i det rene ingenting. "Det har været skønne, spildte kræfter", siger Hans Pedersen.

Til gengæld glæder han sig over, at der er kommet gang i flere store gårdsaneringer i kvarteret, samtidig med, at der er foretaget energi-eftersyn i en lang række ejendomme.

### Nye mål

"Nu har vi sat os et nyt mål. Vi ved, at der skal bygges en hel ny bydel på området, hvor DSBs centralværksted ligger. Nu ønsker vi, at kommunen forlanger af bygherrerne, at byggeriet bliver opført efter de bedste byøkologiske principper. Her får kommunen ikke lov til at slippe så let", siger Hans Pedersen fra Frederiksbjerg beboergruppe, der iøvrigt for tredje år i træk inviterer kvarterets beboere og andre interesserede til Grøn Grundlovsdag den 5. juni. Sted: Frederiksbjerg Beboerhus. Emne: Grønt forbrug.

"Vi vil invitere producenter og handlende af bæredygtige og økologiske varer til at vise deres varer frem. Samtidig bliver der musik, optræden og taler", lover Hans Pedersen. ■

## Grøn pengemagt betaler sig

Af Kjeld Hansen, Bæredygtighed ApS

**H**vem glemmer altid at slukke lyset efter sig? Skyller du opvasken af under den varme hane? Hvorfor bruger du klorhvide kaffefiltre? Er det virkelig nødvendigt at tage bilen hen til bageren hver søndag morgen? Kan du se en burhøne i øjnene, mens du spiser dit morgenæg? Og hvorfor er dette FO-blad ikke trykt på genbrugspapir?

Hvad har den slags spørgsmål at gøre med miljøproblemer? Alverden - lyder svaret i dag.

Faktisk er det sådan, at stort set alle miljøproblemer skyldes - eller hænger sammen med - den måde, vi lever på til daglig. Det gælder drivhuseffekten, syrerregnen, ødelæggelsen af ozonlaget, vandforureningen,

luftforureningen, osv. I dag sidder der titusinder af højtuddannede miljøvogtere som ansatte i stat, amter og kommuner. Alligevel vokser miljøproblemerne. Efterhånden står det klart, at nok så mange miljøeksperter løser ikke problemerne. Et par Greenpeace-aktivister i en gummibåd redder heller ikke verden.

Det gør kun du og jeg. Men ikke ved at gå rundt og føle på sin dårlige samvittighed. Kun handling giver forvandling.

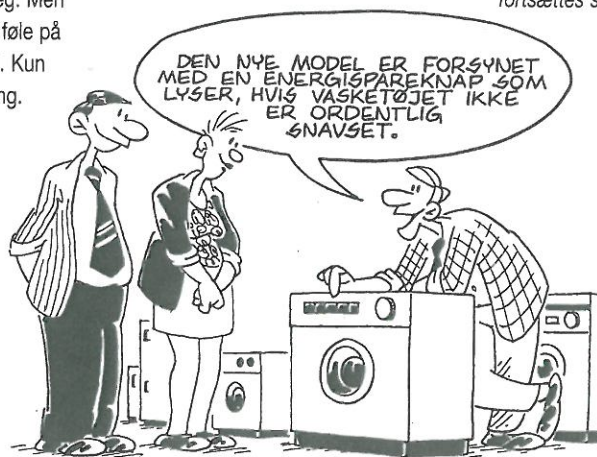
Til gengæld kan alle være med, og der er brug for alle.

Hver eneste dag træffer vi valg, der påvirker miljøet og os selv. Det gælder, uanset om man kører Saab eller Skoda, køber kød eller køleskab, er på

planteskolen eller rejsebureauet. Hver eneste gang du tager pengepungen frem for at købe noget, træffer du et valg - for eller imod et bedre miljø.

Flere og flere forstår - og bruger - den magt, der ligger i pengepungen hos de grønne

fortsættes side 6





## Vi tror det nytter...

Hele mit liv har jeg været vant til at en affaldsspand er en affaldsspand. Sådan er det ikke mere. For to år siden blev jeg og min lille familie "indrulleret" i Århus kommunes forsøg med kildesortering.

Fedt! - var vores første reaktion. Vi hører nemlig til den generation, der mener at vi bør aflevere jorden i (mindst) samme tilstand, som vi modtog den. Vi måtte dog erkende at det ikke er helt ligetil at være miljøbevidst.



Grønt affald til kompostering  
Grøn pose

### Viden er magt

For det første måtte vi jo sætte os grundigt ind i, hvad affaldssortering egentlig er. Til det brug havde kommunens renovationsvæsen sørget for grundig information. Det gik der så et par timer med - både hvor vi læste og diskuterede; "Hvad med det og det..." Johh - aldrig havde vi snakket så meget om skrald, som den aften. Vi mente os nu rustede til at



Restaffald til forbrænding  
Sort pose

gå igang. For de voksne var der ikke de store problemer, selvom vi kunne være lidt i tvivl om, hvorvidt kaffegrumsset skulle tages ud af filteret og hældes i den komposterbare pose, mens filteret skulle i posen til restaffald. Vi valgte at smide det hele til restaffald for at være på den sikre side. For børnene var det lidt vanskeligere. Madrester og æbleskræller gik det let med - men hvad med tyggegummi, gamle popcorn osv. "Slik er jo ikke mad" - tænkte de. Så dét røg i posen med restaffald.

### "Udstyret"

For det andet skal poserne være henholdsvis grønne og (helst) sorte. Så denne type poser

skulle købes. Og de poser, der passer til kommunens stativer koster selvfølgelig dobbelt så meget som alle andre affaldsposer. Snyder man, og køber nogle ukurante poser, har de det med at gå i stykker. Især de grønne. Man drømmer ikke om hvor tungt sådan noget

kompostérbart affald er. Og hvor ulækkert det er, når det falder ud på gulvet. Så gik vi tilbage til "de originale", dyre poser igen.

Når affaldet er behørigt sorteret, skal det selvfølgelig puttes i hver sin spand. Til det brug får man udleveret to grønne spande. En stor

fortsættes side 6

## Brev fra en grøn familie

For nogle år siden udgav FN en rapport om jordens usikre fremtid. Brundtland-rapporten kaldte de fleste den. Den officielle titel var *Vor Fælles Fremtid*, og det blev også overskriften for en mængde

miljø-aktiviteter i Danmark. En af dem var et forsøg: 26 familier over hele landet blev bedt om at leve miljøvenligt i en periode, og fra en af dem har vi fået dette brev.

>>Atrazin i grundvandet, dårlig sædkvalitet hos nutidens mænd og "drøhus-effekten" er tidens overskrifter.

Jeg kommer uvilkårligt til at tænke på romanen "Shira" af Marge Piercy: En foruroligende historie om en ikke særlig fjern fremtid; en historie, som er et realistisk bud på fremtiden, hvis ikke vi i vores nutid reagerer på avis-overskrifterne, hvis ikke vi siger: Jamen, dette vedkommer altså os og vore efterkomere!

Gider du fortælle, hvorfor du er grøn familie?

- Ja, selvfølgelig! Fordi jeg frygter for den fremtid, som mine børn vil få, hvis ikke jeg tager min del af ansvaret for deres fremtid! Og så er jeg nok "miljø-skadet"! Allerede fra barnsben gik vi børn på den lokale losseplads for at "klunse" ting. For min bror blev det en levevej, idet han allerede først i firserne etablerede sig som en af de første private flaske- og papgenbrugs virksomheder på Sjælland.

Mine erfaringer som grøn familie er samlet over en tiårs periode, hvor "det offentlige" miljøbevidsthed samtidig har gennemgået en væsentlig forandring. Det er nemmere at være miljøbevidst i dagens Danmark, end det var for ti år siden.

- Og alligevel! For at hjælpe hinanden har en gruppe af grønne familier her i

Århus Amt etableret foreningen "Grønne familier i Århus Amt" for at skabe et forum for erfaringsudveksling og give inspiration til nye grønne familier.

På landsplan har vi dannet foreningen "Sammenslutningen af grønne familier i Danmark", og Folketinget har i 1994 bevilget os penge til at lave miljø-aktiviteter overalt i Danmark. Og så har vi skabt bladet "Grøn Hverdag", som udsendes til alle grønne familier i Danmark. Her i Århus Amt koster det i 1994 50 kr. for en husstand at være medlem af "Grønne familier" (incl. fire numre af "Grøn Hverdag"). Du kan rekvirere gratisnumre af bladet ved at kontakte vores landssekretariat i København på tlf. 33 15 33 45.

Udover at jeg gerne så dig og din familie blandt "Grønne familier i Århus Amt", så du kan få hjælp til at leve grønt, så har jeg et godt og effektivt råd til dig: Kig kritisk på dit og din families forbrug! Du kan spare penge ved at gennemgå familiens el-, vand- og varmetforbrug! Og når du køber varer: Efterspørg de produkter, som ved deres produktionsmåde belaster verden mindst muligt. Gennem din efterspørgsel er du med til at styre vores samfund ind på den rette kurs imod en fælles fremtid for os alle.<<

Marianne Lynæs Larsen

Forsøget med de grønne familier har været så stor en succes, at de ikke vil holde op igen, og de har fået miljøministeriets støtte til at fortsætte aktiviteten. Der er dannet en sammenslutning af grønne familier i Danmark, som udgiver bladet GRØN HVERDAG.

Og der er nu en sammenslutning af grønne familier i Århus Amt, som man kan komme i kontakt med ved at ringe til Marianne Lynæs Larsen på tlf. 8687 7403 eller Lars Bo Jensen på tlf. 8627 3044 lokal 4366. ■



## Kvalitet i aftenskolen

fortsat fra side 2

det de får. Vi vil benytte forskellige metoder, så vore kursusdeltagere er sikre på at de vælger rigtigt i forhold til undervisningsniveau, at de får indflydelse på undervisningens indhold ud fra underviserens oplæg og at deltagerens engagement og aktive medvirken kan komme frem i undervisningen.

### Underviserne

I forhold til lærerne har vi altid prøvet at sikre os, at de lever op til de krav en voksenunderviser skal kunne holde. Ved hjælp af tæt kontakt til lærergrupperne, tilbud om lærerkurser o.m.m, giver vi vores undervisere den støtte, der gør det muligt at opfylde deres rolle. Vi søger samtidig at sikre at de værktøjer som evt. benyttes i undervisningen er i tip top stand og klar til brug.

### Lokaler

Lokaler er et kapitel for sig inden for aftensko-

lerne, da vi lever på kommuneskolernes nåde. Vi har få eller ingen undervisningslokaler, som er vore egne. Derfor er det vigtigt at vi, dels bevarer et godt forhold til de enkelte skoler og deres pedeller, dels kan medvirke til at lægge pres på de offentlige instanser der har det overordnede ansvar for skolerne og lokalerne, for at tingene er i orden og kan bruges.

### Administration

Vi har altid forsøgt at yde så høj en administrativ service som muligt. I særlig grad ser vi det som en vigtig opgave at informere deltagerne så godt som muligt. Især når det drejer sig om indplacering på kursusniveau, udsættelser eller aflysninger. Med hensyn til kursusniveau har vi, på sprogsiden, indført selvtests, så deltagerne selv kan prøve deres faglige kunnen af inden de vælger niveau. Vi giver så vidt muligt deltagerne mulighed for at kontakte underviserne inden kursusstart, så de kan få personlig rådgivning om kursusvalg og vi har træffetider, så det er muligt at møde underviserne på FO's kontor.

Tvivel om holdstart er et af de største problemer, administrationen kæmper med. Mangler der nogle få deltagere kort før start, er det en bedrøvelig affære at skulle aflyse, men det er samtidig vanskeligt at give klar besked, om et hold starter eller ej. Derfor har vi indført Garanti For Holdstart, hvor vi, ud fra erfaring og hvordan tilmeldingen rent faktisk forløber, garanterer at et hold starter op, uanset om der mangler et par elever. Det giver en dejlig sikkerhed, når folk ved tilmeldingen ønsker at vide om deres hold starter.

Af andre tiltag, der kan nævnes er ratebetaling, der er med til at gøre tilmelding til de "dyre" hold mere overkommelig

### Send ris og ros

Med FO's kvalitetspolitik håber vi at kunne give deltagerne en endnu bedre oplevelse, når de vælger uddannelse på aftenskolen. Og vi er naturligvis lydhøre over for hvad folk mener om vore kurser. Derfor er I velkommen til at sende ris og ros ind til kontoret, så vi løbende kan se hvad der er godt og hvad der er skidt. ■

## Gør folkeoplysningen grøn

fortsat fra side 3

flere forskellige muligheder. Folkeoplysningslovens 5%-pulje giver mulighed for at fremme og støtte miljøprojekter, men også en lang række private og offentlige fonds ønsker at fremme miljøprojekter. Der findes mange spændende emner indenfor natur og miljø, som aftenskolerne kan tage op.

Hvad med hold der producerer solvarmeanlæg? Eller laver muld-toiletter og kompostbeholdere til kolonihavehuset? Konstruerer anlæg til opsamling af regnvand? Laver økologisk tøj af danske råvarer? Kurser i "økologisk køkkenhave"? Planter og sundhed?

Hvad med en foredragsrække, hvor byens miljø, huse, grønne områder, dyreliv m.m. le-

vendegøres med fx byvandring af kyndig guide.

- Eller hvad med studiekredse, der diskuterer emner som: etik, miljø og arbejdsløshed, handlingsplan for "grønne forbrugere", alternativ økonomi, idéudvikling på miljø-temaer (fx udarbejde løsningsforslag til stat, amt og kommune på emner som grundvandsbeskyttelse, braklægning, energi, trafik, byøkologi m.m.).

### Ideerne er mange

Mange flere end nævnt her. Fremtiden vil vise om oplysningsforbundene - som før i tiden - fortsat tør tage fat på aktuelle emner. Om de stadig vil være med til at præge samfundsdebatten - udvikle - forny - ændre og give oplevelser. Gøre natur- og miljøspørgsmål vedkommende og levende! ■

Vi kunne ha' beskrevet mange flere pudsigheder i forbindelse med kildesorteringen, men vil slutte her med en erklæring om, at selv om det er lidt (meget lidt - i virkeligheden) mere besværligt, og selvom det koster lidt ekstra i poser, så støtter vi ideen og håber at alle en dag får mulighed for at kildesortere. Vi tror nemlig det nytter! ■

## Grøn pengemagt ...

fortsat fra side 4

forbrugere. Og salgskurverne stiger og stiger for øko-grønsager, klorfrie kaffefiltre, vindmøller, energisparepærer, genbrugspapir, kompostorm, grønne bomuldstrøjer, solvarmeanlæg, frilandsgrise, naturmaling, PVC-fri ringbind, osv. osv.

Den grønne bølge er i dag blevet til en konstant strøm af nye og bedre produkter, og de behøver ikke at koste hele verden.

Der er masser af penge at spare på vejen mod en bæredygtig fremtid. De nye grønne afgifter på vand, fjernvarme, el, benzin, bærespøser og affald gør det til en ganske god forretning at leve mere miljørigtigt. For en almindelig familie med to voksne og to børn, hus, bil og hund snakker vi om en grøn sparegevinst, der ligger mellem 1000 og 4500 kroner om året. Og der skal ikke andet til end en smule sund fornuft og lidt ny teknik.

Nogle mennesker påstår alligevel, at de ikke har råd til at tage hensyn til miljøet. Det er noget sludder. Faktisk kan det ikke betale sig at lade være. ■

## Vi tror det nytter ...

fortsat fra side 5

og en lille. Den lille, der er til kompostaffald, tømmes en gang om ugen. Den store, til restaffald, tømmes hver anden uge. Resultatet er, at renovationsfolkene henter en halvtom spand kompostaffald hver uge og en overfyldt spand restaffald hveranden uge.



# AKTIVITETER

på tværs

## Irsk aften på Paddy Go Easy

Drømmer du om en sviptur til Irland? Synes du om musik, hygge og muligheden for en spændende aften i godt selskab. Så giver Nicolai og FO's engelskundervisere dig muligheden for en oplevelse, hvor du kan møde nogle af deltagerne på andre hold under hyggelige former.

Vi vil, så det er vidt muligt arrangere et møde med en engelsktalende standup comedian, men ellers vil aftenen byde på "sing along" og det er muligt at få en svingom til en gang irsk folkemusik.

## Tjekkiske børneeventyr og sanglege

Giv dine børn en dejlig mulighed for at stifte bekendtskab med et østeuropæisk land, hvor hverdagen ikke er præget af ufred og krig. Ivana Ilkivova, der selv kommer fra Tjekkiet, står for 1.1/2 times oplevelser med eventyr, dukketeater, folkedans, musik og sanglege samt tjekkisk tegnefilm. Benyt fridagen til at lege med dit barn et par timer.

## Spændende danseaften

Det er lykkedes FO at få arrangeret en aften i dansens tegn, for de der kan lide mavedans og latinamerikansk dans.

Du har her alle tiders mulighed for at prøve to af de mest eksotiske, provokerende og livlige danseformer der findes. Liz True og Miquel Flores vil vise deres kunnen og derefter give deltagerne mulighed for selv at prøve kræfter med dansen. Bag efter vil der være mulighed for at fortsætte på egen hånd til man ikke orker mere.

## "Slip" for de grønne afgifter

Et spændende og lærerigt foredrag om miljø, hvor du får mere at vide om hvad du selv kan gøre for at give et bidrag til et renere miljø og samtidig spare penge til de nye grønne afgifter.

Kjeld Hansen fra BæreDygtighed ApS giver gode råd og konkrete eksempler på hvordan du kan spare ligeså meget energi, som de grønne afgifter koster. ■

Se Servicesiden bagerst i bladet.

Er dine børn begyndt at plage dig om, hvad de forventer serveret for dem og deres venner i forbindelse med sidste skoledag, "blå mandag", eksamens- og svendegilde, så giver NICOLAI dig her en hjælpende hånd i form af opskrifter, udvalgt af en af FO's madlavningsundervisere, John Simonsen.

Navnene på opskrifterne viser det ikke ligefrem, men der er faktisk tale om sund mad. Forestil dig dine børns ansigt, når du foreslår f.eks. "Døde sild med tagrende-snask", "Kompostbunke", "Frossen tunge-

slasker" eller "Hjemstøv". Vi præsenterer her 2 af de nævnte forslag. Opskrifterne blev præmieret i forbindelse med "UNG og SUND"-kampagnen, der fandt sted på Landsskulet i Herning, juni 1993. Morgenavisen JyllandsPosten indbød børn og unge til selv at tilberede retterne - og 8A på Frisholm skole vandt konkurrencen. Opskrifterne plus mange flere kan findes i heftet "UNG SUND, BØRN og MAD", som du kan få for tyve kr. ved henvendelse til Marketingafdelingen Jyllandsposten, tlf. 87 383838, lokal 3866.

# UNG OG SUND MAD

## DØDE SILD MED TAGRENDESNAK

til 4 personer.  
(I opskriften er der faktisk ikke tale om sild, men om røget ørred. Røget sild eller makrel kan også anvendes)

DEJ:  
20 gr. smør el. margarine  
1,5 dl. mælk  
25 gr. gær  
1/2 tsk. salt, 1/2 tsk. sukker  
ca. 250 gr. mel  
1 æg til pensling og ca. 2 spsk. sesamfrø

FYLD:  
1 røget ørred - ca. 200 gr.  
Citroner til pynt

- Pii skindet og benene fra fisken.
- Smelt smørret eller margarinen i mælken.  
Rør gæren i, når mælken er fingerlunken.
- Rør salt, sukker og 2/3 af melet i.
- Ælt dejen sammen og tilsæt efterhånden mere mel - nok til at dejen slipper

skålens sider. Lad den hvile nogle minutter.

- Ælt dejen kort igen, og rul den tyndt ud på et melstrøet bord. Lad den hæve i 15 minutter.
- Skær dejen i 8 stykker, læg et stykke fisk på hver og fold dejen omkring som en lille pakke.
- Pensl hver pakke med lidt æg og drys med sesamfrø. Pakkerne bages ved 220 grader til de er gyldne - ca. 20 minutter.

TAGRENDESNAK er klassens navn til en salat, der kan serveres til de døde sild. Snasket består af 1 salathoved, 1 agurk, 4 tomater, 50 gr. ærter og 50 gr. majs. Læg salaten på en tallerken med de døde sild og citronskiver.

## GOD FORNØJELSE

John Simonsen underviser i madlavning for Frit Oplysningsforbund og er aktuel med lidt mere stilfuld kogekunst i efteråret 1994. Han underviser bl.a. i "Gæstemad fra hele verden". ■

## FROSSEN TUNGE-SLASKER:

(Nem jordbær til 4 personer)

1,5 dl. piskefløde  
200 gr. jordbær - friske eller frosne  
1 bg. jordbæryoghurt  
ca. 2,5 spsk. flormelis  
Pynt: se nedenfor

- Pisk fløden til let flødeskum.
- Mos jordbærene godt og bland dem med yoghurten.
- Vend flødeskummet i og smag det til med flormelis.
- Frys blandingen til is (Det går hurtigst i en form af metal).
- Tag isen ud 10-15 minutter inden servering og pynt den med jordbær, halve henkogte pærer eller anden frugt samt et drys reven chokolade.



## Servicesiden

På **SERVICESIDEN** lister vi de aktiviteter op, som vi mener kunne interessere vore kursister. Det drejer sig om aktiviteter, der giver deltagerne fra forskellige hold en mulighed for at prøve noget nyt og møde andre mennesker.

### IRSK AFTEN PÅ "PADDY GO EASY"

18. maj 1994, kl. 19.30

Spændende arrangement med fællessang på engelsk, folke-musik og hygge.

Pris: 25 kr. Sted: Paddy Go Easy, Åboulevarden 60, 8000 Århus C.

Tilmelding senest 13. maj.

### TJEKKISKE BØRNE EVENTYR OG SANGLEGE

29. april 1994, kl. 11.00-12.25

Sjov og lærerig formiddag med Ivana. Børn og forældre hører eventyr og deltager aktivt i sang-lege m.m. Der er kaffe/te til de voksne og saftvand til børnene.

Pris: 15 kr. for børn og voksne. Sted: Ny Tid's Aftenskole, Kyst-vejen 5, 8000 Århus C. Tilmelding senest 25. april.

### ORIENTALSK OG LATIN-AMERIKANSK DANS

6. maj 1994, kl. 19.30

Prøv orientalsk mavedans og latinamerikanske danse (salsa, cumbia mm.) på din egen krop. Efter et par timers introduktion er dansegulvet frit.

Pris: 30 kr. Sted: Ny Tid's Aften-skole, Kystvejen 5, 8000 Århus C. Tilmelding senest 2. maj.

### "SLIP" FOR DE GRØNNE AFGIFTER

10. maj 1994, kl. 19.00

Hør Kjeld Hansen's spændende foredrag om de konkrete mulig-heder for at leve miljørigtigt og undgå de grønne afgifter.

Pris: 50 kr. Sted: Brobjergskolen "Lærerværelset" i bygn. A. Tilmelding senest 2. maj.

Tilmelding og yderligere oplysninger om arrangementerne fås ved henvendelse til FO på telefon 86 12 64 22. Du er også velkommen til at skrive til os om stort og småt, ris og ros. Send brevet til: Frit Oplysningsforbund, Markedsføringskonsulenten, Ryesgade 7, 2. sal, 8000 Århus C.

## Oversigt over kurser i april/maj

<b>Fødselsforberedelse i vand</b>	<b>20 timer</b>	<b>kr. 350</b>
12095 to	19.00-21.20 Frydenlundskolen	14. april
12096 ti	16.00-18.20 Frydenlundskolen	12. april
<b>Koldglas</b>	<b>20 timer</b>	<b>kr. 2500/2465*</b>
13479* ma-fr	09.00-14.00 Søparkvej 3	25. april
13483* ma-fr	09.00-14.00 Søparkvej 3	16. maj
<b>Horoskop på EDB</b>	<b>4 timer</b>	<b>kr. 245</b>
13540 ma	18.00-21.40 Skolebakken 11	9. maj
<b>Paradox database</b>	<b>16 timer</b>	<b>kr. 710</b>
13571 ma-to	18.00-21.40 Skolebakken 11	16. maj
<b>WP 5.1 - workshop</b>	<b>6 timer</b>	<b>kr. 290/265*</b>
15565* sø	10.00-15.30 Skolebakken 11	8. maj
<b>Jordens fremtid er også dit ansvar</b>	<b>18 timer</b>	<b>kr. 450</b>
15650 fr-sø	17.30-21.10 oplyses v. tilmeld.	6. maj
<b>At tegne ansigt</b>	<b>6 timer</b>	<b>kr. 175/150*</b>
15652* sø	10.00-15.30 oplyses v. tilmeld.	24. april

<b>Yoga &amp; afspænding - beg.</b>	<b>20 timer</b>	<b>kr. 200/125*</b>
SYM500 ma	9.30-11.20 Vestergade 45	25. april
<b>Yoga &amp; afspænding - forts.</b>	<b>20 timer</b>	<b>kr. 200/125*</b>
SYM509 ti	16.30-18.20 Vestergade 45	19. april
SYM510 ti	19.00-20.50 Vestergade 45	19. april
SYM513* fr	9.30-11.20 Vestergade 45	22. april
<b>Yoga &amp; afspænding - intens.</b>	<b>18 timer</b>	<b>kr. 180/115*</b>
SYM518* ma+on+fr	9.30-11.20 Vestergade 45	18. maj
<b>Yoga for gravide</b>	<b>25 timer</b>	<b>kr. 250/160*</b>
SYM535* ti	14.00-16.20 Vestergade 45	26. april
SYM537* to	9.30-11.50 Vestergade 45	26. april
<b>Yoga &amp; meditation - beg.</b>	<b>25 timer</b>	<b>kr. 250</b>
SYM540 ma	16.30-18.50 Vestergade 45	25. april
<b>Yoga &amp; meditation - forts.</b>	<b>25 timer</b>	<b>kr. 250/125*</b>
SYM548 ti	16.30-18.50 Vestergade 45	19. april
SYM549 ti	19.00-21.20 Vestergade 45	19. april
SYM552* fr	9.30-11.50 Vestergade 45	22. april
<b>Yoga &amp; meditation - intens.</b>	<b>45 timer</b>	<b>kr. 430/210*</b>
SYM557* ma+on+fr	9.30-11-50 Vestergade 45	16. maj

#### Tilmelding og yderligere oplysning:

FO, Ryesgade 7, 2. sal, 8000 Århus C, tlf. 86 12 64 22

YOGA-KURSER: Oplysning og tilmelding direkte til Skandinavisk Yoga- og Meditationsskole, Vestergade 45, 8000 Århus C. tlf 86 19 40 33

