

April 2020

# BoserupNyt



Roskilde Friskole ◦ Weekendaflastningen Ud i det Fri ◦ Boserup STU ◦ Aktiv Kollegiet



## I dette nummer:

- » Stefan klar til egen bolig
- » Naturpædagogik i fokus
- » 10 år med weekendkoloni Ud i det Fri
- » Musik i undervisningen
- » Billedkavalkade fra historieundervisning
- » Om Sommerlejr 2020 og arrangementer, som er blevet udsat

# Min tid på Boserup

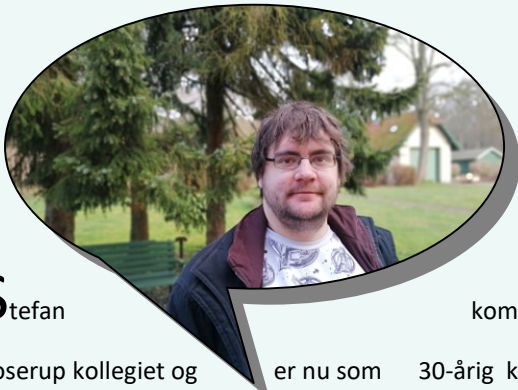
Efter en tid på et botilbud i Hvalsø, mødte jeg Ole. Han fortalte at de havde startet en Medielinje i Boserup, og at Ronnie skulle være lærer. Jeg blev fyr og flamme. Jeg kunne starte en STU. Jeg tog bussen frem og tilbage og skulle ikke længere bare sidde dagen lang og spille. I foråret 2013 sagde min sagsbehandler, at jeg var for god til at bo der, og at jeg havde 2 måneder til at finde noget andet. Ole sagde at de havde startet Boserup kollegiet op, at lærere og elever var ved at sætte 1. sal i stand, så jeg blev inviteret og snart var jeg i gang med at male mit nye værelse. Jeg havde en lærer, som lærte os at kode hjemmesider og efter tre år på medielinjen blev jeg ud-

nævnt til stedets IT ansvarlige. Da havde jeg også taget kørekort, og Ole spurgte om jeg kunne hente og bringe elever til vores friskole. Jeg kørte en autist, og til at begynde med sagde han ikke et kvæk, men efter 2-3 måneder begyndte han at åbne op, og vi blev rigtig gode venner.

Så kom kokken Kim med et ønske. Han manglede en indkøber. Lene spurgte, om jeg kunne købe ind for ham, og så havde jeg et arbejde mere. En dag fik jeg min "egen" bil af Boserup! Det var helt fantastisk. Jeg kunne råde over den og be-

stemme, hvem som kunne køre den. Det var en lille Peugeot 107. Nu startede jeg på en anden AOF. Matematikken var for let for mig, så jeg blev hjælpelærer, og så kunne jeg ikke køre for skolen mere. Min prøve derude gik rigtig godt. Så startede jeg på noget, der hed Uddannelsesbroen, og her havde jeg et forløb på snedkerværkstedet og lavede alle mulige ting i træ. Jeg fik så praktik på et snedkeri i Roskilde. Jeg havde ikke arbejdet nok med de sociale færdigheder og var også bange for at tage af sted. Min lærer tilbød at køre mig, og jeg blev tilknyttet et projekt, der hedder Tiponi. Her fik jeg en mentor og fik øjnene op for mine problemer, fik selvtillid og arbejdede med det sociale. Det var et godt forløb. Nu er vi fremme i 2019-20, og jeg er i praktik i Elgiganten. Jeg har lige haft møde med min chef, og jeg er gået op fra 3 t om ugen til 10, og han siger, at hvis jeg kan gå op til 15 t om ugen, så kan han ansætte mig. Det er jeg ret sikker på, at jeg kan.

Vi har snakket et år om, at jeg skal flytte i egen lejlighed. Nu har jeg kontrakten og nøglerne og skal flytte i april. Jeg er ved at pakke, og det er en udfordring både fysisk og psykisk. Jeg har samlet mange ting gennem årene, haft mit liv og hjem her, mine venner og lærere, og alt det skal jeg sige farvel til. Det gode er, at jeg flytter til Roskilde, og at jeg kan komme på besøg og hjælpe til, så meget jeg orker."



**S**tefan kom som 17-årig til Boserup kollegiet og er nu som 30-årig klar til at flytte i egen lejlighed og få ansættelse i Elgiganten.

Stefan fortæller her om sin turbulente opvækst og hans problematiske ungdom og nu på vej ind i et voksenliv med styr på tingene. Takket være mange års pædagogisk hjælp fra mange sider, udfordringer af hans skarpe hjerne og gode hænder med masser af krav, kærlighed og støtte.

Stefan fortæller:

"Efter mine forældre blev skilt, flyttede jeg hjem til far. Min bror blev hos mor. Hun kæmpede for at få mig. Min far var alkoholiker og hjalp mig ikke med alle de ting, en 8-årig dreng kæmper med. Jeg blev mobbet i skolen, og i 6. klasse greb kommunen ind, og jeg kom til en anden skole i specialklassen. Jeg blev drillet lidt på den nye skole, men den var god, så jeg fik 9. klasse med gode karakterer. Så kom jeg i ud på gartneriskolen i Roskilde, og mit værelse var fyldt med planter, som jeg passede, når jeg ikke spillede videospil.

Så fandt myndighederne Opholdsstedet Kattinge Vig i Boserup. Det var i 2007. Jeg havde far med og min computer og alting og måtte have et kælderrum til nogle af mine ting. Vi mødte Hans og nogle af de andre beboere, og alle virkede flinke. Efter nogle måneder, som enspænder på værelset begyndte jeg at komme mere ud og startede på Grøn Linje på Boserup. Der var en ny lærer, og vi var en god gruppe og havde mange sjove oplevelser. For eksempel dengang Erik kørte traktoren ned til fjorden og sad fast i mudderet, og dengang vi gik på isen ud til fugleøen og tilbage og fik en iskold sok inde ved land...



I 2011 begyndte jeg at høre stemmer i mit hoved. Jeg blev utryg. Jeg blev indlagt.

**Tag en tur på Skolerne i Boserup og hør, hvad folk siger om Stefan:**

**"Stefan finder noget positivt i enhver situation"**

**"Han er altid hjælpsom og vil gerne købe ind og hente elever—faktisk kører han hver dag"**

**"Stefan kan godt lide at snakke, men kan også lide ro"**

**"Stefan er god til at holde systemer"**

**"Man hygger sig med Stefan"**

**"Stefan kan få internetforbindelsen i orden!"**

# 10 år med.....

**W**eekendkolonien Ud i det Fri har eksisteret siden 2010. Den er udsprunget af et behov for aflastning hos eleverne på Roskilde Friskole.

Vores slogan på stedet er ”Skolerne i Boserup - stedet med de mange talenter”. Vi har alle sammen talenter. Nogle er gode til sport, andre til sprog, nogle kan danse eller synge, nogle kan spille på computer, andre maler og alle kan lide at lære nyt og nyde naturen.

Ud i det Fri har et aktivt program. Vi skal ud og røre os, vi udvikler mod og motorik . Vi kravler på lerskrænten, vi bygger huler og sejler i kano. Tager en dukkert allerede i foråret og cykler til havnen og får is. Desuden besøger vi øko-landbrug, brandstation, en moske og vi laver ramsløg-pesto og bål.



Weekendkolonien Ud i det Fri har bl. a som formål at opbygge selvtillid hos børnene og få alle deres talenter frem. Vi støtter børnene i relationer og venskaber dem imellem og selvfølgelig også med de voksne. Vi holder et familielignende miljø med de samme voksne, den samme struktur og rutiner og vi hjælpes ad med de daglige tjanser og opgaver.

Vores pædagogik er at skabe gode relationer ved at møde børnene, hvor de er, at justere vores krav og skabe forudsigelighed og trykthed samt guide dem og snakke meget med dem om hvad de har på sinde. Igen-nem vores fælles oplevelser og alt det vi laver sammen, mærker vi, at vi udvikler os.



På weekendkolonien Ud i det Fri mødes vi hver anden weekend. To døgn fyldt med sport, aftenhygge, udflugter, gode aktiviteter, natur og fællesskab. Alle falder hinanden om halsen fredag aften. Sammen opbygger vi traditioner, historie og kammeratskab. Børnene oplever weekendskolen næsten som var den deres ekstra familie og mange går hos os i flere år.



Fokus på

# Naturpædagogik

- It's all in your mind

**V**i var to lærere fra Boserup som deltog i et kursus på vores søsterskole i Hellebæk – Aktivkollegiet – med titlen **Natur og Mental Sundhed** af læge og hjerneforsker Kjeld Fredens.

Foredraget var givtigt for alle os lærere, beboer, pædagoger og interesserede, der var med – vi var omkring 50. Der var en fin dialog med gode eksempler og eftertanke fra deltagerne og ikke mindst fra foredragsholderen.

Kjeld Fredens siger:

Hvis vi vil have det godt, skal vi ud i det fri. Størstedelen af Danmarks befolkning bor i byer og tilbringer det meste tid indendørs, så vi er i underskud af natur. Det påvirker hjernen i en uheldig retning. Naturen gavner vores naturlige sundhed.

Helbredelsen er lige ved hånden og er gratis: Naturen.

Blot 5 min i skoven gavner:

- Booster immunsystemet
- Sænker blodtrykket
- Reducerer stress
- Forbedrer humøret
- Fremmer fokus
- Fremmer helning
- Giver energi



Jo mere natur, jo mere påvirkning!

Men naturen er bare én af tilgængene til mennesker med depression eller lavt energi niveau. Igennem samtale inspirerer vi os selv og andre til at vokse mentalt. Når man går i skoven, åbner man sig. Man går sammen med nogen. Samtalen flyder lettere.

Poesi åbner sproget i længden og i bredden. Musik er en forlængelse af poesi.

Alle mentale lidelser har samme grundlag: humør og angstproblemer.

Naturen virker

Piller virker

Samtaler virker

Kreativitet virker



Vores unge med særlige behov er vant til at skolen lukker dem inde. Det bliver klaustrofobisk. De går i alarmberedskab og sproget og kropsholdningen bliver negativ og indelukket, når der stilles krav. Kroppen er formidler mellem individ og omverden. Vi skal gå foran i vores egen adfærd – i vores sprog, aktiviteter og kropsholdning.

**Kjeld Fredens**, læge og hjerneforsker



Kjeld Fredens er en af landets mest benyttede foredragsholdere og har i mere end 25 år underholdt fulde sale om vores forunderlige hjerne.

Altid med en god kombination af indsigt, passion og humor.



Det mentale og kroppen er i cirkularitet – kroppen gør at adfærd lagres i hukommelsen. Når kropsholdningen er inde-lukket og ufri, uden spontanitet og bevægelse, er det svært at lagre nye tanker. Vi skal være med til at bryde ringen – hjernen udvikles kun ved at blive pirret. Sætte de unge sammen med nogen, som ændrer på adfærden. Vores unge vil ikke rystes, men prøv at ryste dem.

Hos mange af vores unge er det "indre ur" i stykker ved stress eller uro. Det er for mange en udfordring at sove dybt og i nok timer. Naturen får os til at sove dybere. Det er i den dybe søvn at nervecellerne skrumper – hjernen støvsuges og kroppen afgifter og vi bliver klar til ny læring og sociale udfordringer.

Kjeld Fredens siger at pandelapperne styrkes via vores hænder. Vi skal bruge vores hænder. Vi skal male, skære i træ, lave mad, lappe cykel, bygge huler, snitte snobrødspinde og kaste med sten ved vandet. Vi skal mærke materialet, blive beskidte, føle begejstring og lære nyt ved at prøve og prøve igen. Vi skal finde de ting, de unge brænder for og derfra gå videre til andre ting. På den måde styrkes den selvregulerende adfærd og moral.



## Naturen giver

- Luft
- Lys Farver
- D vitaminer
- Stilhed
- Duft
- "Old Friend"
- Ærefrygt
- Mikroorganismer

(immunsystem skal irriteres)

Lige før forår

Der står i den frysende morgen  
en tone der snart vil tøj.  
Om lidt er stilheden moden  
og åbner sig som et frø.

I denne luft er der farver  
dit øje ikke kan se.  
De venter som dybder i rummet  
over den blinde sne.

Stille. Vent med at tale.  
Sæt ikke noget i gang.  
En dråbe stilheds mere  
og luften er fuld af sang.

Benny Andersen

# Musik i undervisningen

Martin Larsen, daglig leder af Fremtidsklassen, fortæller:

”Vi synger meget her i Boserup. I fremtidsklassen starter vi altid med to sange til morgensamling. Når det er hver dag, bliver det til mange sange. De sidste par måneder er vi taget ind til gågaden for at synge for folk.

Lea lavede en plakat. Hun skrev ”Almindelige mennesker synger sammen”, og så tog vi til gågaden i Roskilde. Vi fik en håndfuld elever og praktikanter med og aftalte 10 sange fra vores sangbog, som vi alle kunne lide. Vi tog rytmeinstrumenter og vores gode humør med.

En forbigående på cykel standsede brat op og smed nogle penge. Så var stemningen i top. Jeg sagde til ham, at han måtte ønske den næste sang. Det havde han ikke tid til, men han måtte standse og give lidt penge, for det lød så godt.

Jeg har altid selv holdt meget af at spille på gaden. Hurtigt fornemmer man, om mennesker kan lide musikken. Et kig i guitarkassen og hvis der ligger penge, og hele tiden kommer flere, så er det, fordi at det er god musik. En gademusikant må have godt humør og give den hele armen.

Efter en times sang var alle glade, og vi havde tjent penge til at gå på café og få en kop kaffe.

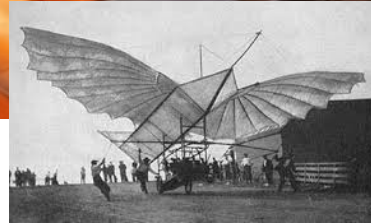
Musik er for alle og vi alle kan bruge den til komme ud med budskaber. Musik er et af kunstens sprog og med musik kan vi vække følelser, og derfor husker vi det, vi lærer. Det stive bliver blødere, smilet kommer frem, folk vil synge med og vores elever er pludselig dem, der øser af deres energi, og det forandrer dem.”



# Historieundervisning - vi tager på museum

**Fremtidsklassen** er interesseret i historie. Vi har været igennem Danmark og EU, 2. verdenskrig, Ungdomsoprøret, Den Kolde Krig, Energikrisen og Berlinmurens fald. Vi begyndte at tage på museum. Arbejdermuseet, Rockmuseet, Skitsetsamlingen i Køge (Bjørn Nørgårds skitser til gobelinerne på Christiansborg, som viser dele af Danmarks historie), Teknisk museum og Søfartsmuseet. Alle gik til den med at få viden og opdage nyt fra vores historie. Blandt andet:

- Arbejderkampen for 37 t arbejdsuge og retten til 4 ugers ferie tog 100 års fagforeningskampe
- 8 timers frihed, 8 timers arbejde, 8 timers hvile var parolen
- Gasolin' var Danmarks mest berømte band fra 1969 - 1978 og deres Black Box med alle 9 albums har solgt 1,3 millioner
- Danmark fik gadebelysning i 1679 - olielamper
- Danmarks første flyvning blev foretaget af Jacob Ellehammer i 1906



# Roskilde Friskole

På grund af Corona virus er skolerejserne udskudt.

Det samme gælder Boserupdagen, Åben Søndag samt Ud i Det Fris Jubilæum.

Vi holder sommerlejr og her er plakaten. Vi har som altid 8 dages forrygende program for børn og unge 8 - 15 år i uge 28. Ring til os og tilmeld jeres barn.



**Å  
B  
E  
N  
S  
Ø  
N  
D  
A  
G**

Åben Søndag er udskudt

Skolerne i Boserup inviterer til **Åben Søndag** den 29. marts kl. 11 - 14

Program:

- Kl. 11 Vi mødes foran bygningerne
- Kl. 11 - 13 En naturvejleder fra Boserupgård tager os med på en vandretur i skoven
- Kl. 13 Forfriskning, kaffe og nogle sange  
Vi fortæller om Skolerne i Boserup

Tilmeld dig gerne til:  
Roskilde Friskole, Boserupvej 100, 4000 Roskilde  
\* Tlf. 24424133 \* [zanaz@skolerneiboserup.dk](mailto:zanaz@skolerneiboserup.dk) \*



Roskilde Friskole  
Boserupvej 100  
4000 Roskilde

+45 22 68 28 65  
[www.skolerneiboserup.dk](http://www.skolerneiboserup.dk)  
[kontor@skolerneiboserup.dk](mailto:kontor@skolerneiboserup.dk)



## SOMMERLEJR 2020 10. juli - 17. juli

For børn og unge mellem 8 og 15 år

Arrangører: Roskilde Friskole  
og weekendtilbuddet "Ud i det Fri"

Ring 22 68 28 59 for tilmelding eller tilmeld til  
Lene Colding, leder "Ud i det Fri", på [info@udidetfri.nu](mailto:info@udidetfri.nu)  
Se: [www.weekendafastning.dk](http://www.weekendafastning.dk) eller [www.roskilde-friskole.dk](http://www.roskilde-friskole.dk)



April:

6.4 - 13. Påskeferie

Maj:

Uge 21: Skriftlig eksamen

Juni: Mundtlig eksamen

24.6: Skoleafslutning



Følg os:  
[facebook.com/skolerneiboserup.dk](https://facebook.com/skolerneiboserup.dk)

