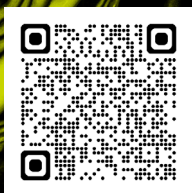


Studieplan **Beredskapsodling**



Läs mer om Beredskapsodling



Svenska Blå Stjärnan

Studie 
främjandet

Innehåll

Förord	sid 3
Vad är en studiecirkel?	sid 4
Så här fungerar studiecirkeln	sid 5
Träff 1: Beredskap – starkare tillsammans	sid 5
Träff 2: Planera för matberedskap	sid 6
Träff 3: Komma igång med odling	sid 7
Träff 4: Konservering och förvaring	sid 8
Träff 5: Cirkulärt tänk – kompost, vatten, fröodling.....	sid 9
Träff 6: Självförsörjning i praktiken	sid 10
Avslutning	sid 10
Anteckning.....	sid 11-13
Studieförbundet - för ditt intresse	sid 14
Gillar du djur, Svenska Blå Stjärnan	sid 15

Förord

Vad händer om maten tar slut i affären? Den här studieplanen är ett första steg mot att stärka din och andras matberedskap genom odling. Att kunna producera en del av sin egen mat – särskilt i tider av kris – kan vara avgörande. Det handlar inte om att bli självförsörjande, men att kunna klara sig längre utan att vara beroende av att affären gör skillnad.

Skillnaden mellan att odla för nöje och att odla för överlevnad är stor. Det krävs planering, kunskap och samarbete för att maten du odlar ska ge tillräckligt med energi (kalorier), inte bara näring.

Att odla tillsammans – i familjen, med grannar eller i en studiecirkel – är ofta både mer praktiskt, roligare och tryggare än att försöka klara allt på egen hand. I en kris är gemenskap och samarbete minst lika viktigt som kunskap och odlingsyta.

Med vänliga hälsningar

Emma Berg



Studie
främjandet



Svenska Blå Stjärnan

Februari 2025

Författare:

Emma Berg Utvecklingsledare Miljö
Studieförbundet

Foto: Mostphotos

Grafisk form:

Carita Lott, Kommunikatör,
Studieförbundet

Denna studiecirkel är framtagen i ett
samarbete mellan Studieförbundet
och Svenska Blå Stjärnan.

Mer info på:

studieforbundet.se

svenskablustjarnan.se

Vad är en studiecirkel?

En studiecirkel är en grupp människor som lär sig tillsammans och av varandra. Detta kallas folkbildning och är fritt och frivilligt att delta i. Ni i gruppen bestämmer själva vad och hur ni vill lära er. Att delta i en studiecirkel är roligt och inspirerande. Samla dina vänner eller din förening för att komma igång.

Demokrati och delaktighet

Demokrati är viktigt i en studiecirkel och det är något ni skapar tillsammans. Förutsättningen för demokrati är att alla får komma till tals och vara delaktiga, samt att alla blir respekterade. Allas erfarenheter och inlägg är värdefulla. Genom att dela kunskap lär ni av varandra.

Tänk därför på att skapa rätt förutsättningar i er studiecirkel för att alla ska kunna delta i samtalen. Kom ihåg att alla fungerar olika i en grupp. Vissa pratar mer än andra och vissa är mer trygga med nya människor.

Respektera också att alla i studiecirkeln har olika mål, förväntningar och kunskapsnivåer. Försök att hålla ett tempo som passar de flesta och anpassa studiecirkelns upplägg utifrån gruppens behov.

Studiefrämjandet hjälper er

Studiefrämjandet kan hjälpa er med studiematerial, lokaler, utrustning, utbildning, coachning och mycket mer. Vi har ett stort nätverk och kunskap och erfarenhet inom många områden – framför allt inom våra profilområden natur, djur, miljö och kultur.

Studiecirklar har funnits i över hundra år och anordnas av de åtta studieförbunden. Studieförbunden får ekonomiskt stöd av stat, region och kommun. Vi får stöd för att alla över 13 år ska ha möjlighet att, tillsammans med andra, dela och utveckla ny kunskap genom hela livet.

Några grundregler:

Det finns vissa grundregler för studiecirklar som är bra att känna till.

- **En studiecirkel måste ha minst 3 deltagare som är över 13 år.**
- **Studiecirkeln måste ha minst 3 träffar.**
- **Varje deltagare måste närvara vid någon av de 3 första träffarna.**
- **En studiecirkel måste omfatta minst 9 studietimmar.**

I varje studiecirkel utses någon av deltagarna till cirkelledare. Som cirkelledare behöver du inte vara expert i ämnet eller ha svar på alla frågor. Din roll är att leda cirkeln framåt och se till att alla kan framföra sina synpunkter och påverka arbetet. Cirkelledaren är också den som håller kontakten med Studiefrämjandet, och behöver en grundläggande cirkelledarutbildning.

Så här fungerar studiecirkeln

Studieplanen är uppdelad i flera träffar med olika teman. Ni som grupp väljer själva om ni vill gå igenom alla träffar eller anpassa innehållet efter era behov. Målet är att varje träff ska ge konkreta kunskaper, väcka frågor och inspirera till handling – både individuellt och tillsammans.

Varje träff innehåller en inledning, samtalsfrågor samt möjliga lästips och tips på mer cirkelmateriel för ämnet. Upplägget av cirkeln bestämmer deltagarna själva. Detta är ett förslag, och ska nyttjas mer som en handledning än att slaviskt följas. Gruppen kan själva lägga till/ta bort samtalsfrågor och bestämmer själva hur långt varje tillfälle ska vara. Vår rekommendation är att varje tillfälle ska vara 3 x 45 minuter för att alla ska få tid att lyssna, prata och delta i diskussionerna.

Träff 1

Beredskap – starkare tillsammans

Vi är alla en del av samhället, och alla bidrar på ett eller annat sätt. Ingen kan göra allt men tillsammans kan vi göra mer. Men vem gör vad? Det finns många samhällsfunktioner som utmanas under kriser, och samarbete med personer i din fysiska närhet kan bli en förutsättning och kanske avgörande. I denna cirkel fokuserar vi på odling av mat, och inte heller i matförsörjningen är det lätt att klara sig ensam. Därför ska vi tillsammans i detta första tillfälle identifiera vilka behov vi kan ha, och hur vi tillsammans kan möta dem.

Presentation av deltagare

Börja träffen med att ni presenterar er för varandra.

1. Presentera er för varandra i en runda med namn, vilket område ni kommer från och vad som engagerar er inom beredskap. Varför vill ni vara med i cirkeln?

2. Regler för cirkeln. Vad behöver ni för överenskommelse för att cirkeln ska fungera så bra och smidigt som möjligt? Exempelvis fikapaus, att hålla tider samt eventuella övriga anpassningar och förberedelser.

Samtalsfrågor

- Vad vet du om odling?
- Odlar du något idag?
- Vad har du för möjligheter att odla?
- Vilket läge har din bostad?
- Finns det möjligheter till odling på gård/grönyta?
- Finns det andra odlare i din närhet?
- Vad innebär beredskap?
- Matförsörjning i Sverige – vilka är sårbarheterna i dagens system?
- Vilka matvaror kan du komma att behöva som du inte kan odla?
- Varför är odling en viktig beredskapskompetens?

Träff 2

Planera för matberedskap

Det finns många goda, intressanta och roliga växter att odla. Vilka ska man då välja? Det finns några saker att förhålla sig till:

- de ska vara lättodlade
- de ska vara lätta att lagra
- de ska vara goda

Vi är alla olika vana att odla. Vad som är lätt för någon är kanske inte lika lätt för andra. Ett sätt att komma runt eventuella svårigheter kan vara att dela upp odlandet. Någon odlar potatis medan någon annan odlar baljväxter.

Samtalsfrågor:

- Vad odlar du för växter idag?
- Vilka sorter skulle du behöva odla?
- I förhållande till dina odlingsmöjligheter – vad är en bra prioritering av grödor?
- Vad skulle du vilja odla?
- Hur ser tillgången på fröer/utsäde ut?

Tips:

Gå igenom gröda för gröda och diskutera och prioritera utifrån våra möjligheter att odla, smak, och lagringsmöjligheter. Ett förslag är att titta på kulturarvssorter som ofta är mer hårdiga och lättodlade.



Träff 3

Komma igång med odling

Nu har vi kommit fram till vad vi ska odla. Men hur odlar vi? Vad behöver vi för att kunna odla och hur kan vi skaffa det? I denna träff diskuterar vi våra olika förutsättningar och möjligheter till odling.

Samtalsfrågor:

- Hur mycket kan man odla på liten yta? Finns det några tekniker för att maximera?
- Vilken jordtyp har du – och funkar den för alla grödor?
- Odlingsformer: friland, pallkragar, hinkar, inomhus, hydroponik – vad passar dig bäst utifrån vilka grödor du vill odla?
- Praktiskt: Gör din egen odlingskalender. Se läsanvisningar för inspiration och tips.

Praktiskt:

Rita upp din odlingsyta.



Träff 4

Konservering och förvaring

Nu har vi kommit fram till vad vi ska odla och hur vi ska odla. Medan några grödor konsumeras direkt från jorden, behöver och kan, andra sparas. Just att kunna förvara är en viktig del i beredskap. Vanliga metoder är torkning, inläggning, syring och frysning. Men kanske finns det andra förvaringssätt för dina grödor?

Samtalsfrågor:

- Hur behöver dina val av grödor förvaras för att hålla?
- Har du möjlighet att förvara dina grödor, eller vad behöver du för att kunna förvara dem?
- Saknar du kunskaper för att kunna ta vara på dina grödor?
- Hur förvarar man grödor och fröer?
- Vilka grödor klarar sig i rumstemperatur?

Tips:

Recept eller prova att göra enkel inläggning ihop.



Träff 5

Cirkulärt tänk – kompost, vatten, fröodling

Vi har diskuterat vad och hur vi ska odla samt hur vi förvarar skörden. För att kunna få en större skörd, och välmående förutsättningar, behöver vi också lägga kraft på jorden vi brukar. För att inte utarma jorden behöver vi gödsla även själva jorden. Vi behöver också kunna vattna och säkra nästa års skörd.

Samtalsfrågor:

- Hur kan du göra jordförbättring med egna resurser?
- Vad har du för möjligheter att samla och förvara regnvatten?
- Kan du odla mer vattensnålt?
- Vilka av de grödor du har valt kan du själv spara utsäde från?
- De grödor du själv inte kan samla – kan du byta med någon?
- Finns det några grödor du kan odla för att just samla fröer från?



Träff 6

Självförsörjning i praktiken

Nu har gruppen en övergripande tanke kring beredskapsodling och vad som kan komma att behövas och krävas. Det finns många möjligheter till fördjupning. Hur vill ni ta vidare det ni lärt er?

Samtalsfrågor:

- Vad har varit mest givande under studiecirkeln?
- Vad var nytt för dig?
- Vad har stannat kvar hos dig?
- Hur går vi vidare?
- Vilka möjligheter har du för lokala samarbeten och bytesnätverk?
- Vill vi fortsätta lära tillsammans? Om ja – bestäm med vad, när och hur!

Tacka varandra för den här tiden tillsammans!



Avslutning

Tack för att du deltagit i denna studiecirkel! Förhoppningsvis har du fått med dig både kunskap, inspiration och nya kontakter. Att odla handlar inte bara om mat – det handlar också om gemenskap, trygghet och framtidstro.

Beredskap börjar ofta i det lilla. Att prata med grannar, dela erfarenheter och kanske byta fröer eller sticklingar är ett enkelt sätt att stärka både samhörighet och motståndskraft. Och vem vet – kanske leder det så småningom till gemensam odling?

För den som vill ta ytterligare steg i sin matberedskap finns mycket att utforska: djurhållning, konservering, svamplockning, jakt och fiske – kanske nästa studiecirkel tar vid där?

Lycka till med odlingen – och tack för att du bidrar till en mer hållbar och beredd framtid.



[illegible]

[illegible]

[illegible]

Studiefrämjandet – för ditt intresse

Studiefrämjandet vill ge människor kunskap och kraft att forma sin framtid. Vi är ett av Sveriges största studieförbund med ett brett utbud av studiecirklar, kurser, kulturupplevelser och föreläsningar. Vi har en särskild inriktning på natur, djur, miljö och kultur, med hållbarhet som vår ledstjärna. Varje år samlas över 200 000 deltagare hos oss.

Studiefrämjandet är inte vinstdrivande. Vårt stöd kommer från statens, regionernas och kommunernas anslag till folkbildningen. Mycket av vår verksamhet är därför gratis eller till självkostnadspris. Vi ger stöd till tusentals studiecirklar och föreningar i hela Sverige.

Studiefrämjandet är ett partipolitiskt och religiöst obundet studieförbund. Vi hävdar allas lika värde och rätt till kunskap, kultur och bildning. I all vår verksamhet ska vi främja mångfald och motarbeta främlingskap och rasism.

Alla är välkomna till Studiefrämjandet!



Gillar du djur?

Det gör vi också, välkommen till oss. Som medlem i Svenska Blå Stjärnan kan du ta del av aktiviteter som våra förbund och ungdomsförbund anordnar till exempel studiebesök, kurser, hundpromenader och läger. Är du över 16 år kan du gå våra uppdragsutbildningar som ger dig kompetens att delta i kriser, främst de som drabbar lantbrukets djur. Som utbildad Blå Stjärna är du en viktig del i samhällets krisberedskap samtidigt som du får vara en del av en större gemenskap.

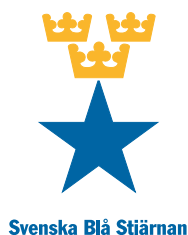
Vårt uppdrag är att bistå Jordbruksverket vid utbrott av smitta eller annan kris som drabbar djuren. I vårt samhällsuppdrag arbetar vi oftast med lantbrukets djur men har även ett uppdrag att utbilda ägare till sällskapsdjur i lättare djursjukvård. Ett annat uppdrag är att stärka hushållens hemberedskap och det är därför denna studiecirkel är framtagen.

Vi har tillsammans med Studieförbundet även tagit fram två andra studiecirklar "Krisberedskap för dig och dina sällskapsdjur" och "Din guide till ett bättre hundäggande".

Svenska Blå Stjärnan är tillsammans med bland annat Röda Korset och Svenska Brukshundklubben en av arton frivilliga försvarsorganisationer.

Denna studiecirkel "Beredskapsodling" är framtagen med medel från Kronprinsessan Margaretas Landstormsfond. En fond som vi som är frivilliga försvarsorganisationer kan söka medel från.

Läs mer på svenskablastjarnan.se





Studie
främjandet



Svenska Blå Stjärnan