

Ledarkonvent Paradans – Programpresentation

Lördag 1/4

10.30-11.00 Välkomstfika

11.00-11.50 Paradans, en del av Danssportförbundet

Anja Näslund

12.00-13.00 DansVariation

Cecilia Tzaou, Viktoria Sivek,
Josefin Jacobsson

13.00-14.00 Lunch

14.00-14.45 Så här funkar rullstolen (valbart)

Terese Antonsson

14.00-14.45 Dans för Hälsa (valbart)

Frida Ekholm

14.55-18.15 Bugg med rullstol (valbart)

Håkan Mårtensson

14.55-15.55 Lustfylld dans för deltagare med intellektuell
funktionsnedsättning (valbart)

Susan Hull

15.55-16.15 Fika

16.15-17.15 Special Olympics (valbart)

Mike Malmer

17.15-18.15 Dansundervisning på Fyrisgården (valbart)

Emelie Englund

19.30- Middag

Söndag 2/4

7.30-8.30 Frukost

8.30-9.15 Streetdans för sittande och stående

Lola Svensson

9.20-10.20 Slowfox med rullstol (valbart)

Terese Antonsson
Lola Svensson

9.20-10.20 Bildstöd som en del av vår kommunikation (valbart)

Hannah Lind

10.20-10.45 Fika

10.45-11.45 Jag är dansare, och har en synnedsättning

Caroline Hammar

11.45-13.00 Lunch, dusch och utcheckning

13.00-13.50 Inkluderande ledarskap

Anja Näslund

14.00-15.00 Goda Exempel, erfarenhetsutbyte och nästa steg

Anja Näslund

Lördag förmiddag

11.00-11.55 Föreläsning (Föreläsningssal)

Paradans som en del av Danssportförbundets verksamhet – Anja Näslund

Om passet: I detta inledningspass får du veta mer om vad Paradans är och vad Danssportförbundet vill med vår Paraverksamhet. Du kommer också få veta mer om vad som är på gång under 2023 och vilket stöd din förening kan få för att utveckla er Paradans-verksamhet.

Om utbildaren: Anja Näslund är hälsovetare och har varit projektledare för Paradansprojektet sedan maj 2020 och har som uppdrag att utveckla Danssportförbundets verksamhet för personer med funktionsnedsättningar. Hon har arbetat med utbildning och verksamhetsutveckling inom idrottsrörelsen i ett tjugotal år. Inkluderande ledarskap och verksamhet har blivit en av de frågor hon arbetar mest med sedan 2016.



12.00-13.00 Föreläsning (Föreläsningssal)

DansVariation – Cecilia Tzaou, Viktoria Siwek och Josefin Jacobsson



Om passet: I den här föreläsningen får du veta mer om DansVariation. DansVariation är inkluderande dans och ledarskap för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Vi erbjuder öppna dansträningar, dansledarutbildningar och workshops. DansVariation drivs av Studieförbundet Vuxenskolan och startade som ett Arvsfondsprojekt.

Vi kommer att berätta om DansVariations metodik, både för de öppna dansträningarna och för dansledarutbildningen med målgruppen. Värdegrund, förhållningssätt och viktiga erfarenheter tas upp. Vi presenterar också kort projektet AVTRYCK som är ett nytt



Arvsfondsprojekt och en utveckling av DansVariation. Dans är en av uttrycksformerna i AVTRYCK som erbjuder skapande workshops i olika sammanhang. AVTRYCK drivs av föreningen Kultur och Kvalitet (KoK).

Om utbildarna: Cecilia Tzaou och Viktoria Siwek är projektledare och pedagoger i föreningen Kultur och Kvalitet. De grundade DansVariation tillsammans med Teater Slava i SV Stockholms regi. Josefin Jacobsson är skådespelare och dansare på Mosaikteatern samt dansledare i DansVariation och AVTRYCK.



Svenska
Danssportförbundet

Lördag eftermiddag

14.00-14.45 Praktiskt pass (Bollhallen, valbart pass)

Så här funkar rullstolen – Terese Antonsson

Om passet: På det här passet kommer du få testa att använda en rullstol och hur man gör för att styra den. Vi provar också att dansa sittandes i rullstolen och stående med någon som sitter. Förhoppningen är att du på detta sätt ska få en bättre förståelse för vad du behöver tänka på när du leder någon form av rullstolsdans.



Om utbildaren: Terese har dansat sedan 2004 och dansar framför allt standard, latin och Freestyle. Hon har tävlat med både sittande och stående danspartners. Sedan 16 år tillbaka leder hon Rullstolsdansen i Neuroförbundet Göteborg och hon har tidigare varit ordförande i Parasportförbundets kommitté för rullstolsdans. Numera är hon ledamot i Danssportförbundets SO Paradans.

14.00-14.45 Föreläsning och praktiskt pass (Gruppträningsalen, valbart pass)

Dans för hälsa – Frida Ekholm

Om passet: Dans för Hälsa är en metod med grund i forskning som visat att kravlös dans ökade psykisk hälsa för tonårsflickor som fick dansa två gånger i veckan under två terminer. Nu används Dans för Hälsa runt om i hela Sverige för olika typer av målgrupper, men med samma nyckelfaktorer som i studien; kravlöshet, rörelseglädje, gemenskap och fokus på resurser.



Om utbildaren: Frida har jobbat med metoden i många år och är idag både instruktör och samordnare och driver det egna företaget Bara Dansa. När Frida inte dansar är hon också kurator på Riksgymnasiet för döva och hörselskadade i Örebro. Med Frida får man dansa både fint och fult och allt däremellan. Kom precis som du är, alla kan vara med. För vem är en dansare? Den som dansar!

14.55-18.15 Praktiskt pass (Bollhallen, valbart pass, obs extra långt)

Bugg med Rullstol – Håkan Mårtensson

Om passet: Det här längre passet ägnar vi åt att lära oss grunderna i att dansa bugg med rullstol. Du som deltagare kommer få testa både att vara sittande och stående (om du kan dansa stående) och lära dig det du behöver för att kunna hålla en grundkurs i bugg där en, flera eller alla deltagare använder rullstol. Ingen tidigare erfarenhet av bugg eller rullstolsdans behövs för att delta på detta pass.



Om utbildaren: Håkan Mårtensson en bakgrund som tävlingsdansare i bugg och är aktiv som instruktör och tränare sedan 1995. Två till tre gånger i veckan håller han socialdanskurser i Göteborgsområdet. Dessutom tränar han tävlingspar i bugg och Boogie Woogie och är en återkommande danstränare i bugg med rullstol hos föreningen Neuroförbundet Göteborg.

14.55-15.55 Praktiskt pass (Gruppträningsalen, valbart pass)

Lustfylld dans för deltagare med intellektuell funktionsnedsättning – Susan Hull



Om passet: Den här timmen får vi prova ett lustfyllt danspass utan krav som passar för deltagare med intellektuell funktionsnedsättning. Susan kommer leda passet tillsammans med två deltagare i DansVariations ledarutbildning.

Om utbildarna: Susan Hull är danspedagog, ursprungligen från England och idag verksam bland annat som danslärare på Calforska Gymnasiet i Västerås. Med sig har hon två deltagare gick ledarutbildning i DansVariation under hösten 2022.

16.15-17.15 Föreläsning och praktiskt pass (Gruppträningsalen, valbart pass)

Special Olympics – Mike Malmer

Om passet: Special Olympics är en internationell organisation som erbjuder nationella och internationella idrottsarrangemang för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Mike Malmer är ambassadör för Special Olympics och kommer tillsammans med Linnea Björndahl att berätta mer om idrottens betydelse och vad Special Olympics är. Både Mike och Linnea har dessutom dans som sin passion och kommer dansa tillsammans med oss.

Om utbildarna: Mike Malmer är judoka med svart bälte och har flera gånger representerat Sverige internationellt i judo. Som ambassadör för Special Olympics har han också en stor erfarenhet av att berätta om hur idrotten har påverkat hans liv. Det alla kanske inte vet är att han också är en passionerad dansare.

**17.15-18.15 Föreläsning (Gruppträningsalen, valbart pass)
Dansundervisning på Fyrisgården - Emelie Englund**

Om passet: Under föreläsningen kommer Emelie att tala om sitt arbete med dans på hennes arbetsplats, Fyrisgården i Uppsala. Hon kommer del med sig av goda exempel och idéer som fått lyftas till verklighet men också om svårigheter och utmaningar som hon stött på som danspedagog. Du får ta del av hennes erfarenheter och lära dig mer om metoder och tips kring dansundervisning för människor med olika funktionsnedsättningar. Vi djupdyker i allt dansen öppnat upp för på Fyrisgården och får ta del av arbetet som kommit att betyda så mycket för så många.



Om utbildaren: Emelie Englund arbetar som danspedagog i Uppsala och har genom åren lett ett flertal projekt riktade till personer med olika funktionsnedsättningar. Basen för hennes arbete ligger på Fyrisgården, en hemgård där fokus ligger på det goda mötet mellan människor. Där leder Emelie dansverksamheten som har genom åren växt och blivit större och större. Emelie har också tillsammans med Region Uppsala arbetat fram handledningen till Dansa en dikt som riktar sig till personer med funktionsnedsättningar och baseras på Dansa en bok metoden. 2015 examinerades Emelie från Stockholms konstnärliga högskola där hon studerat danspedagogik och har sedan dess fortbildat sig i bland annat Dans För Hälsa-metoden.

Söndag förmiddag

8.30-9.15 Praktisk pass (Bollhallen)

Streetdance för sittande och stående – Lola Svensson



Om passet: Här får vi ett tillfälle att uppleva streetdance för både sittande och stående dansare. Hur använder vi dagens digitala mediavåg inspirerad av streetdance till att få fler att prova mer rörelseglädje. Alla dansrörelser är bra för kropp och knopp samtidigt som det kan vara gränsöverskridande och utelämnande. Här provar vi grunderna på olika sätt.

Om utbildaren: Lola Svensson arbetar som danslärare på DansLola och tillsammans med föreningar som Mälardalens dansklubb och AROS Ballroom och Latin club. Lola är även nationell och internationell domare i SLT. Under 2021 ingick hon i arbetsgruppen för paradans och hon har en lång erfarenhet av att leda dans för personer med funktionsnedsättningar både i dansföreningar och i andra sammanhang.

9.20-10.20 Föreläsning (Bollhallen, valbart pass)

Slowfox med rullstol – Terese Antonsson och Lola Svensson

Slowfox är en av standarddanserna och en bra dans att börja med om du vill lära dig dansa. På det här passet kommer du att få dansa både stående och sittande för att lära dig några grunder som du sedan kan lära vidare till dina deltagare.

Terese har dansat sedan 2004 och dansar framför allt standard, latin och Freestyle. Hon har tävlat med både sittande och stående danspartners. Sedan 16 år tillbaka leder hon Rullstolsdansen i Neuroförbundet Göteborg och hon är ordförande i Parasportförbundets kommitté för rullstolsdans.

Lola Svensson arbetar som danslärare på DansLola och tillsammans med föreningar som Mälardalens dansklubb och AROS Ballroom och Latin club. Lola är även nationell och internationell domare i SLT. Sedan 2021 ingår hon i arbetsgruppen för paradans och leder egen paradansgrupp.



9.20-10.20 Föreläsning (Föreläsningssalen, valbart pass)

Bildstöd som en del av vår kommunikation - Hannah Lind



Om passet: Ibland räcker orden inte till när vi ska kommunicera, och i den här föreläsningen kommer vi ha fokus på hur du kan utveckla ditt ledarskap med flera olika sorters kommunikation. En stor del av tiden ägnar vi åt bildstöd, men även kroppsspråk och strukturen i ditt sätt att kommunicera kommer hinnas med. Förhoppningen är att du efter passet ska ha fått en ökad förståelse för hur du kan kommunicera för att fler ska kunna hänga med.

Om utbildaren: Hannah Lind är ledare i Paragymnastik och förtroendevald i Gymnastikförbundets Nationella kommitté för paragymnastik. Hon arbetar idag som lärare i idrott och hälsa och innan det arbetade hon som personlig assistent i mer än tio år. Med sig har hon också bland annat teckenspråksstudier på universitetet.

10.45-11.45 Föreläsning (Föreläsningssalen)

Jag är dansare, och har en synnedsättning - Caroline Hammar

Om passet: Caroline är utbildad dansare vid Kungliga Svenska Balettskolan i Stockholm (2005-2008) och har därefter både arbetat som professionell dansare och undervisat i dans och yoga. Caroline har också en grav synnedsättning och i den här föreläsningen delar hon med sig av sina erfarenheter och tankar om hur vi kan möjliggöra att fler barn, unga och vuxna med synnedsättning kan inkluderas och hitta till dansen.



Om utbildaren: Caroline Hammar är beteendevetare och har en bakgrund som gymnast och professionell dansare. Hon har under 15 år föreläst och undervisat om inkludering, bemötande och betydelsen av fysisk aktivitet hos bland annat Specialpedagogiska Skolmyndigheten, Kulturskolan och Dans- och Cirkushögskolan. 2015 fick Caroline utmärkelsen Årets blivande entreprenör vid Entreprenörsgalan för sitt engagemang inom mångfaldsfrågor. Idag arbetar hon som verksamhetsutvecklare hos Parasport Sverige.

Söndag eftermiddag

13.00-14.00 Föreläsning (Föreläsningssalen)

Inkluderande Ledarskap – Anja Näslund



Om passet: Ditt sätt att leda är avgörande för vilka som kan delta på din lektion och hur de upplever den. Under den här föreläsningen kommer vi därför ta oss igenom vad ett inkluderande ledarskap egentligen innebär och ett antal tekniker du som ledare kan använda dig av. Vi kommer dels prata om hur vi kan tänka allmänt runt vår pedagogik, dels titta närmare på detaljer i hur vi möter olika typer av funktionsnedsättningar.

Om utbildaren: Anja Näslund är hälsovetare och har varit projektledare för Paradansprojektet sedan maj 2020 och har som uppdrag att utveckla Danssportförbundets verksamhet för personer med funktionsnedsättningar. Hon har arbetat med utbildning och verksamhetsutveckling inom idrottsrörelsen i ett tjugotal år. Inkluderande ledarskap har de senaste åren blivit det mest efterfrågade ämnet när hon föreläser för idrottsledare.

14.00-15.00 Föreläsning (Föreläsningssalen)

Goda exempel, erfarenhetsutbyte och nästa steg – Anja Näslund

Om passet: Ibland är det svårt att veta hur man ska börja. Därför kommer vi på det här passet berätta om hur andra ledare och föreningar har gjort när de har startat verksamhet. Det finns också möjlighet att samtala med andra som deltar på passet och ställa frågor. Passet är en kombination av föreläsning och samtal i grupper och syftar både till att avsluta helgen och ta steget in i framtiden.



Om utbildaren: Anja Näslund är hälsovetare och har varit projektledare för Paradansprojektet sedan maj 2020 och har som uppdrag att utveckla Danssportförbundets verksamhet för personer med funktionsnedsättningar. Hon har arbetat med utbildning och verksamhetsutveckling inom idrottsrörelsen i ett tjugotal år. Inkluderande ledarskap har de senaste åren blivit det mest efterfrågade ämnet när hon föreläser för idrottsledare.