

Levende Lokalsamfund

Inspiration og værktøjer
til personlig, lokal og global omstilling

Fællesskabsopbygning

- Trivsel og handlekraft
- Samarbejde, fællesskab og magt-med

Fællesskabsledelse

- Sociokrati
- Møde-, beslutnings- og organisationsprocesser

Omstil dit liv og lokalsamfund

- Lærende fællesskaber
- Demokratisk fornyelse
- Folkeoplysning om bæredygtig udvikling

Fra drøm til handling - Vores fælles fremtid

Alternativets Sommerhøjskole – mandag eftermiddag

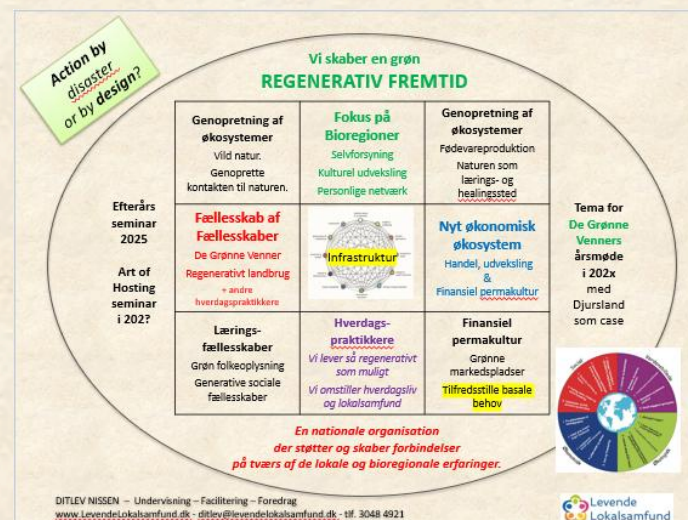
Workshoppens vision, mission og mål:

Vision Fællesskaber der skaber livsglæde og omstilling

Mission Inspiration til en politik om livsstilsforandringer som klimastrategi, der er funderet i bevægelser og parti(er)

Mål

1. Dele erfaringer om fællesskab og se på fællesskaber som livsform og udviklingskraft
2. Indlede visions- og designsamtale om "Vi skaber en grøn regenerativ fremtid"
3. Sang, samtale og bevægelse



Fællesskaber der skaber livsglæde og omstilling

Workshop på Alternativets Sommerlejr 2025

14.00 Velkommen - Sang, formål og program

14.10 Samtaler i trioer og plenum

14.35 Oplæg: Individuel trivsel og fælles handlekraft

14.55 Næring til kroppen

15.10 Oplæg: Et fællesskab af fællesskaber der skaber
regenerativ udvikling

15.35 Samtaler i trioer og plenum

15.55 Feedback

16.00 Tak for nu

Samtale om fællesskab

Spørgsmål

- Hvad er dit primære fællesskab?
- Hvad betyder fællesskab for dig?
- For måden vi organisere os på?
- For omstillingen af vores liv og lokalsamfund?
- Hvad længes ud efter?

Proces

1. Samtale i trioer 3 x 3 min.
 - a. Gå sammen med to du endnu ikke har udvekslet med
 - b. Brug aktiv lytning
 - c. Start med de spørgsmål der vækker din energi
2. Formuler et statement der samler det I har talt om 2 min.
3. Deling i plenum 8 min.

AKTIV LYTNING

- **Åbne spørgsmål**
 - Kan du sige mere om ...
 - Spørg til følelser
- **Opklarende spørgsmål**
 - Hvornår - Hvem – Hvor længe – Hvad betyder det præcis, når du siger ...
 - Have øjenkontakt
 - Bruge gentagelser
 - Opsummeringer,
 - **Tavshed er guld**
- **Hold egne associationer tilbage**
- **Ingen gode råd**
- **Ingen forslag til løsninger**
- **Ærlig nysgerrighed**

Fællesskaber der skaber livsglæde og omstilling

Fællesskab

Skal fremme

- **Individuel trivsel og fælles handlekraft**

Er en ramme for

- **Tilfredsstille menneskers behov**
- **Design, drift og udvikling af fællesskaber**
Samskabelse og demokratisk/kooperativ organisering
- **Omstillingen af vores liv og lokalsamfund**

Kan blive en politisk udviklingskraft

- **Livsstilsforandringer som klimastrategi**
Høj livstilfredshed, lav miljøbelastning og lokal udvikling

Alle skal få ordet.

Vi skal lytte til hinanden, fællesskabet og helheden

- Blive bedre til at lytte
 - aktivt
 - anerkendende
 - med hjertet/empatisk
 - til den indre visdom
 - til det fælles
 - til den spirende fremtid
 - til naturen
- Facilitere vores møder
 - Spørgsmål frem for svar
 - Samskabende, kreative og legende



Samtaler i par – den ene lytter, den anden taler
Alle deltagere er 100 % engageret.

DIALOG

En gensidig udforskningsproces der handler om at forstå og blive forstået.

Hvor vi lærer nyt om os selv, den anden og den fælles verden.

Lytning er dialogens resultatskabende aktivitet.

God dialog

- Målet er at finde fælles grund.
- Åben for at lære nyt.
- Lytter for at forstå, finde mening og fælles grund.
- Beriger hinanden ved at se forskelligt på den samme situation
- Adskiller person og sag
- Åben for bedre løsninger end de oprindelige forslag.

Dårlig diskussion

- Målet er at vinde.
- Jeg har ret.
- Lytter for at finde fejl og mangler, for at kunne angribe argumenter
- Søger efter det der adskiller
- Sammenblander person og sag
- Forsvarer egne løsninger og udelukker alternativer.

<https://levendelokalsamfund.dk/dialog/>

Fællesskabet står stærkere hvis det har et FÆLLES HØJERE FORMÅL

VISION Vi ser ud i fremtiden og beskriver, hvordan verden ser ud, når arbejdet er gjort.

MISSION Hvad vil vi gøre for at realisere visionen?
Hvad er vores særlige kendetegn?
Hvilke overordnede aktiviteter vil vi igangsætte, der kan bidrage til at virkeliggøre visionen?

MÅL Det vi skal gøre for at indfri missionen og arbejde for visionen.
Mål er konkrete og SMART: Specifikke, Målbare, Attraktive, Realistiske og Tidsbestemte.
Mål skal være smalle, skarpe og bruges til at tage beslutninger efter.

**Det højere formål
er det primære kompas**

Hvor er vi på vej hen?

***Danne et
fællesskab af fællesskaber,
der kan fremme omstillingen
af vores liv og lokalsamfund***

**Hvad er det for en
værdi vi ønsker at skabe?**

***Fællesskaber der skaber
livsglæde og omstilling***

<https://levendelokalsamfund.dk/vision-mission-maal-giver-faelles-retning/>

Tre typer af møder

Det er først, når vi kender hinandens historie og værdier, vi kan vurdere og værdsætte, hvad de andre gør.

Møder, hvor følelser deles

Om glæder, sorger og udfordrende situationer. Fx frustrationer, konflikter, sygdom og det der giver glæde og livsfylde.

Formål: Styrke kærlighed, medfølelse og gensidig tillid.

Møder, hvor verdensbillede deles

Om værdier, livshistorier, politiske holdninger, spirituel praksis m.m. Fx natursyn, vegetarisme, meditation, økonomi, mødeformer m.m.

Formål: Vække bevidstheden og finde og styrke de fælles værdier.

Organisationsmøder

Fra store fællesmøder til mindre arbejdsgrupper.

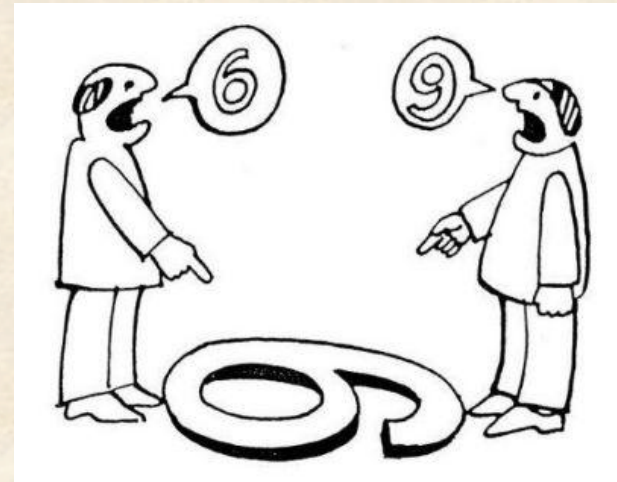
Formål: Træffe beslutninger, så drømme kan gøres til virkelighed.

<https://levendelokalsamfund.dk/tre-typer-af-moeder/>

Kunsten at vende strid og fnidder til samarbejde og virkeliggørelse

Konflikters dynamik

Konflikter fører til forandringer
og forandringer fører til konflikter.



Konflikters dynamit

1. Forskellighed opfattes som en trussel mod behov og værdier
2. Kommunikation der slår gnister og tænder ild
3. Magtmisbrug eller ulige magtfordeling.

<https://levendelokalsamfund.dk/introduktion-konflikter-i-faellesskaber/>

De indre verdensmål

kompetencer som læres i samspil med andre



1. At relatere til sig selv, **være**:
De afgørende temaer her er et indre kompas, selvbevidsthed, integritet, autenticitet, åbenhed, nærvær og en lærende indstilling.
2. Kognitive færdigheder, **tænke**:
Handler om kritisk tænkning, kompleksitetsbevidsthed, perspektivfærdigheder, evne til meningsskabelse, langsigtet orientering og visionsskabelse.
3. Omsorg for andre og verden, **relatere**:
Det drejer sig om anerkendelse, forbundethed, ydmyghed, empati og medfølelse.
4. Sociale færdigheder, **samarbejde**:
Drejer sig om færdigheder vedrørende kommunikation, samskabelse, inklusion, interkulturel forståelse, mobilisering og tillid.
5. At drive forandring, **handle**:
Her drejer det sig om mod, kreativitet, optimisme og vedholdenhed.

[Det er svært at lære, hvis man allerede véd](#), Steen Hildebrandt, Mandag Morgen, 26. marts 2022

Lev og Lær

Fællesskabs- og omstillingspædagogik er udviklet i mange grønne bevægelser

Læringsrum

Stedbestemt

- Lokalområdets potentialer udfordringer danner rammen for undervisningen

Aktionsbaseret

- Hands on
- Innovative løsninger
- På tværs af alder, kultur og uddannelse

Holistisk design

- På tværs af discipliner, for-, nu- og fremtid, teori og praksis
- Forhandles og skabes i det kulturelle rum.



Læring og omstilling på tre niveauer

JEG - Det personlige niveau

- Tilegne os et nyt verdensbillede, som anerkender, at vi er forbundne og indbyrdes afhængige, og som fremmer livets blomstring på kloden i alle dets storslåede former.

VI - Det lokale niveau

- Handler om, hvordan små, succesfulde, lokale, bæredygtige projekter og nye fremspirende teknologier kan gøres til succesfulde mainstreaminitiativer.

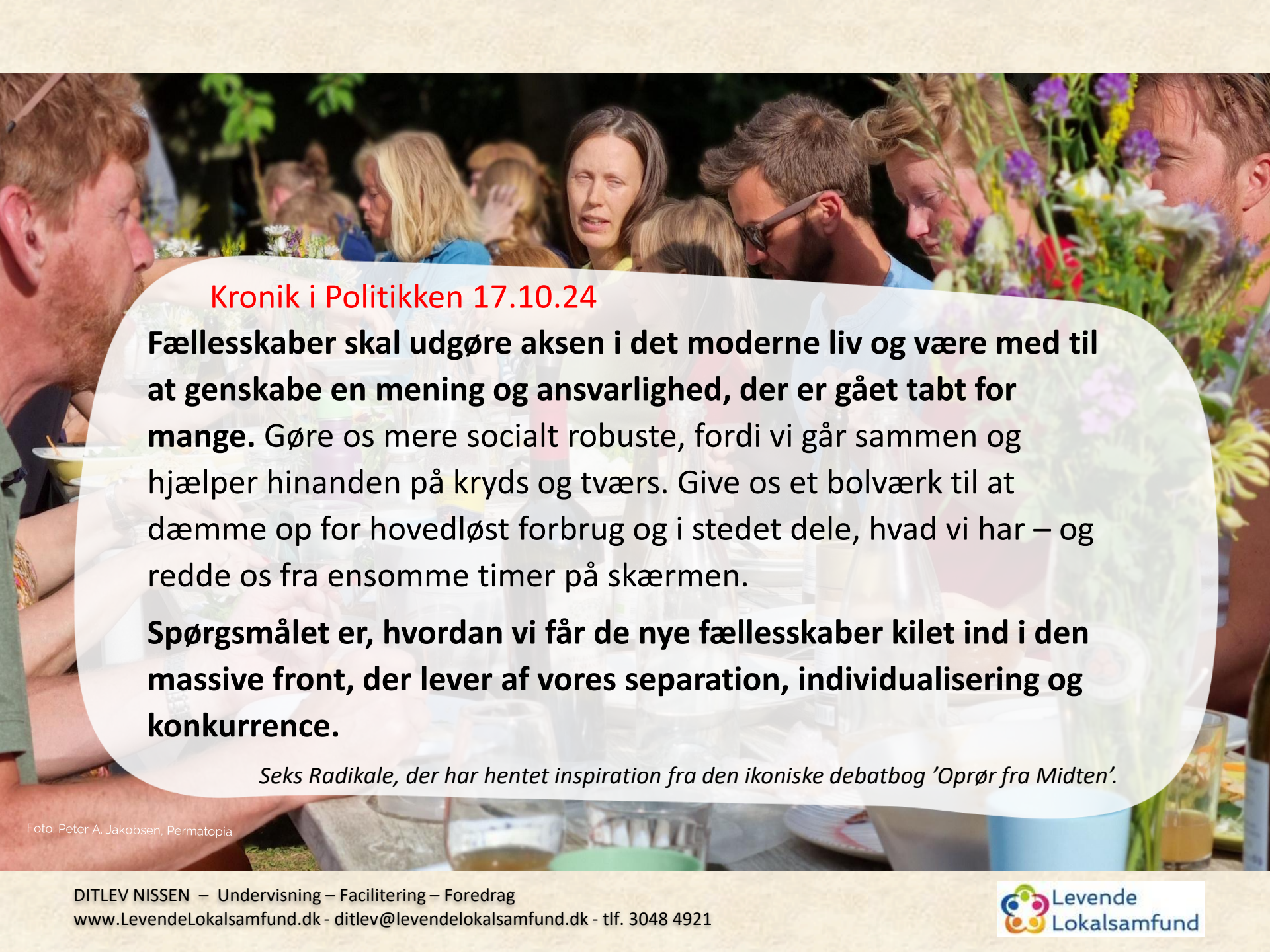
VERDEN - Det globale niveau

- Facilitere stærke og vedvarende globale partnerskaber mellem mennesker, lokalsamfund, regeringer, NGO'er og virksomheder.

www.steenhildebrandt.dk/2015/05/verdenstransitionen-er-i-gang/

Næring til kroppen

- Find en makker
 - Som du endnu ikke har udvekslet med
 - Nogenlunde samme vægt og højde
- Proces
 - Tre øvelser
 - Kort fælles refleksion



Kronik i Politikken 17.10.24

Fællesskaber skal udgøre aksen i det moderne liv og være med til at genskabe en mening og ansvarlighed, der er gået tabt for mange. Gøre os mere socialt robuste, fordi vi går sammen og hjælper hinanden på kryds og tværs. Give os et bolværk til at dæmme op for hovedløst forbrug og i stedet dele, hvad vi har – og redde os fra ensomme timer på skærmen.

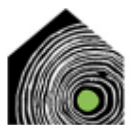
Spørgsmålet er, hvordan vi får de nye fællesskaber kilet ind i den massive front, der lever af vores separation, individualisering og konkurrence.

Seks Radikale, der har hentet inspiration fra den ikoniske debatbog 'Oprør fra Midten'.

Foto: Peter A. Jakobsen, Permatopia

Kan et fællesskab af fællesskaber skabe grøn regenerativ udvikling?

DE GRØNNE VENNER (DGV)



Landsforeningen Økologisk Byggeri



Landsforeningen
Praktisk Økologi



LANDSFORENINGEN
FOR ØKOSAMFUND



Permakultur Danmark



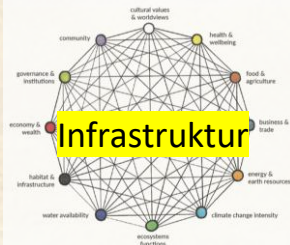
Bofællesskab.dk

Action by
disaster
or by design?

Vi skaber en grøn REGENERATIV FREMTID

Tema på
DGV
seminar
i 2025?

Art of
Hosting
seminar
i 202x ?

Genopretning af økosystemer Vild natur. Genoprette kontakten til naturen.	Fokus på Bioregioner Selvforsyning Kulturel udveksling Personlige netværk	Genopretning af økosystemer Fødevarerproduktion. Naturen som lærings- og healingssted
Fællesskab af Fællesskaber De Grønne Venner Regenerativt landbrug Alle de der længes efter omstilling	 Infrastruktur	Levende lokale økonomier Handel, udveksling & Finansiell innovation
Lærings-fællesskaber Grøn folkeoplysning Generative sociale fællesskaber	Hverdags-praktikkere Vi lever så regenerativt som muligt Vi omstiller vores liv og lokalsamfund	Finansiell permakultur Grønne markedspladser Tilfredsstille basale behov

Tema for
De Grønne
Venner
årsmøde
i 202x
fx med
Djursland
som case ?

En nationale organisation der støtter og skaber forbindelser på tværs af lokale og bioregionale erfaringer.



Bioregionalisme – en uddybning af begrebet

Bioregionalisme er en filosofi og praksis, der fokuserer på at leve i harmoni med naturen inden for et afgrænset geografisk område, kaldet en bioregion, baseret på naturlige snarere end politiske grænser. Det handler om at forstå og værdsætte det lokale økosystem, dets historie og kultur, og at opbygge selvforsynende samfund, der er tilpasset de lokale forhold.

Hvad er en bioregion? En bioregion er et område defineret af naturlige træk som vandskel, bjergrækker eller lignende, der skaber et unikt økosystem med karakteristiske planter, dyr og klima. I modsætning til politiske grænser er bioregioner menneskelige områder, der er formet af naturen og har en social og politisk dimension.

Hovedprincipper i bioregionalismen:

Lokalisering: Fokus på lokale ressourcer og produktion, reduktion af transport og afhængighed af eksterne systemer.

Økologisk bevidsthed: Forståelse og respekt for økosystemet, bæredygtig forvaltning af ressourcer og biodiversitet.

Kulturel tilhørsforhold: Værdifuld lokalt samfund, lokale traditioner og viden om stedet.

Demokratisk deltagelse: Lokale, græsrodsbaserede beslutningsprocesser, der fremmer fællesskab og selvbestemmelse.

Selvforsyning: Stræben efter at dække lokale behov gennem lokale ressourcer og produktion.

Bioregionalisme er ikke det samme som ren økologi eller isoleret selvforsyning. Det er en integreret tilgang, der kombinerer økologisk bæredygtighed med social retfærdighed og kulturel identitet. Det er heller ikke et forsøg på at danne lukkede samfund, men snarere at skabe robuste, selvforsynende og forbundne lokalsamfund, der er i harmoni med deres omgivelser.

Bioregionalistiske ideer kommer til udtryk i praksis gennem forskellige tiltag, såsom:

Regenerativt landbrug og permakultur: Praktikker, der genopretter jordens sundhed og biodiversitet.

Lokale kooperativer: Økonomiske fællesskaber, der prioriterer lokale producenter og forbrugere.

Økosamfund: Samfund, der er designet til at være bæredygtige og selvforsynende.

Transition towns: Byer, der arbejder for at reducere deres afhængighed af fossile brændstoffer og opbygge lokale forsyningskæder.

I bund og grund handler bioregionalismen om at genskabe forbindelsen til naturen og til hinanden ved at opbygge stærke, lokale fællesskaber, der er i harmoni med deres omgivelser.

Kilde: Googlesøgning på bioregionalisme

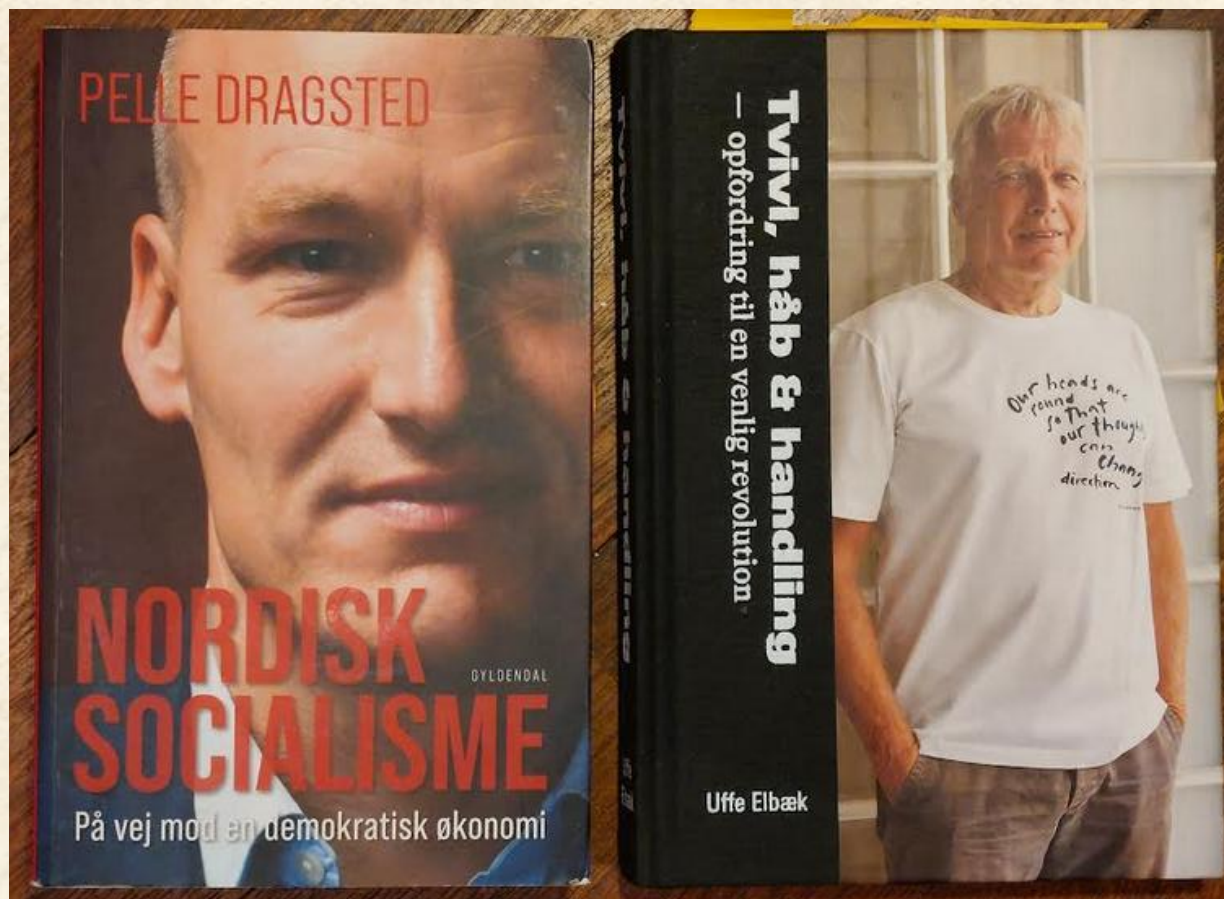
Vi vil stå virkeligt stærkt, hvis vi kan bygge på alt det, der allerede sker lokalt.

Fire metoder, der kan være afgørende
for at realisere det potentiale, vi tror så varmt på:

1. **Koalitionsofbygning:** at samarbejde tæt med alle de mange organisationer og ildsjæle, der gør det danske fødevarer system til et unikt laboratorium.
2. **Naboeffekten:** at skifte fra det fejlslagne fokus på individer til at se på de netværk, folk lever deres hverdag i, og så finde de indsatser der kan øge den sociale smitte.
3. **Deltagerdrevet kampagnedesign:** Når opmærksomhed er dyr og flygtig, er kunsten at designe kampagner, der kan forløse den energi, der bevæger mennesker til at handle sammen, struktureret. Med deltagerne som drivkraft erstattes moralske pegefingre med den deltager effekt, der kan opstå når folk selv går i gang og former noget, der har værdi for dem i deres hverdag.
4. **Hjertevarme:** Velsmag. Madglæde. Værtskab. Et varmt og nærende værdisæt at samles om.

Democracy X: www.linkedin.com/posts/runebaastrup_vi-vil-st%C3%A5-virkeligt-st%C3%A6rkt-hvis-vi-kan-activity-7308422934522380288-nQVw?utm_source=share&utm_medium=member_desktop&rcm=ACoAAAD1PU0BS2mFxqbDVsAysb_cGXpiaLTcpXg

Vi er mange der vil det samme



DEN GRØNNE
UNGDOMSBEVÆGELSE

Retfærdig Naturbevarelse

et manifest

Vi samskaber en grøn REGENERATIV FREMTID

100 deltagere i Art Of Hosting seminar

Primære aktører

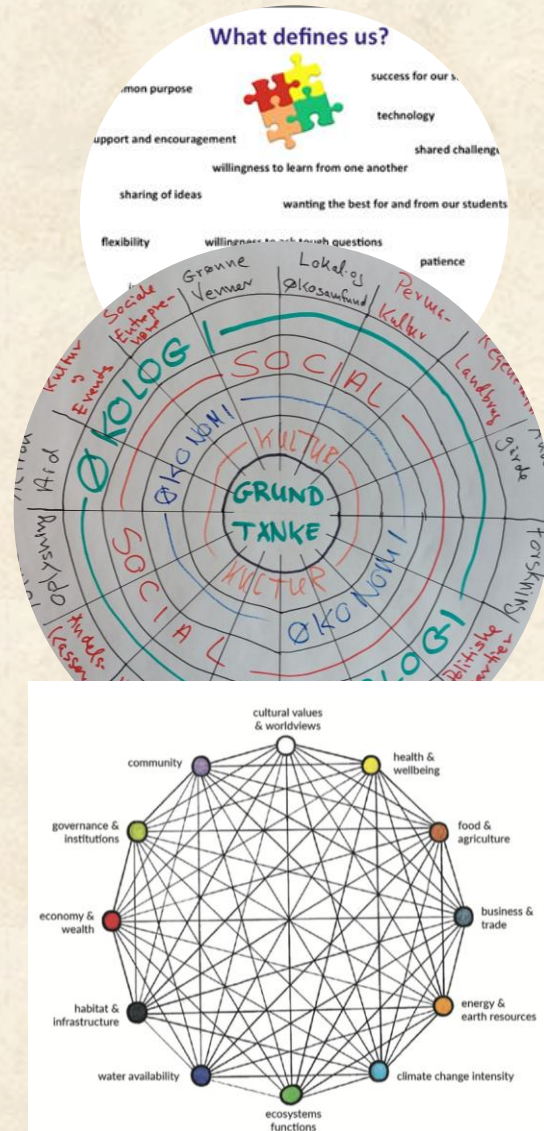
- Alternativet – lokalt og nationalt
- De Grønne Venner
- Regenerative landbrug, Andelsgårde, Frie Bønder m.fl.
- Økosamfund, fællesskaber, landsbyer
- Klimabevægelsen, Grønne Nabofællesskaber m.fl.
- Energifællesskaber
- Højskoler, gymnasier og folkeskoler
- Folkeoplysning
- Forskere
- Grønne virksomheder
- ActionAid m.m. (Global Syd)
- Og mange andre

Sekundære aktører

- Medlemmer af lokale foreninger
- Unge der mistrives
- Socialøkonomiske virksomheder
-

Temaer

- Fødevarer
- Reparation
- Energifællesskaber
- Lokaløkonomi
- Cirkulært forbrug
- Læring / Folkeoplysning
- Handel og produktion
- Transport
- ...



Action by design

Hvad er vi fælles om?

Forskelligheden og ressourcer, samlet om en fælles grundtanke.

Design, afprøve, innovere, iværksætte og udvikle en regenerativ infrastruktur, der kan blive et levende og attraktivt billede af morgendagens samfund.

Vi samskaber en grøn regenerativ fremtid

- Vision** Omstilling af vores liv og lokalsamfund, så vi fremmer en regenerativ udvikling
- Mission** Vi designer og etablerer bioregionale økosystemer, hvor fællesskaber, hverdagspraktikere og grønne entusiaster udveksler økonomisk, socialt, kulturelt med mere.
- Mål**
1. Et fællesskab af fællesskaber designer og driver udviklingen
 - **Alternativet tager ejerskab til visionen**
 - **Alternativet er medtovholder frem til Art of Hosting seminar**
 2. Livsstilsforandringer som klimastrategi
 2. En politisk dagsorden der understøtter omstillingen af liv og lokalsamfund
 3. Grøn folkeoplysning, Bæredygtige eksperimentalzoner & Grøn erhvervsudvikling.
 3. Civilsamfundsrevet omstilling, hvor vi lever det gode liv, mens vi vedvarende omstiller vores liv og lokalsamfund

Hvilke tanker sætter oplæggene i gang hos dig?

- Dialog og lytning
- Et fælles højere formål (vision, mission og mål)
- Tre typer af møder
- Kompetencer i konflikthåndtering
- De indre verdensmål
- Fire metoder til at realisere vores potentialer
- Lev og Lær (fællesskabs- og omstillingspædagogik)
- Vi skaber en grøn regenerativ fremtid
- Vi er mange der vil det samme (Peller Dragsted, Uffe Elbæk Den Grønne Ungdomsbevægelse m.fl.)
- Art of Hosting seminar for 100 grønne aktører

Proces

1. Samtale i trioer 3 x 3 min
 - a. Gå sammen med to du endnu ikke har udvekslet med
 - b. Brug aktiv lytning
2. Dialog i plenum 10 min

AKTIV LYTNING

- **Åbne spørgsmål**
 - Kan du sige mere om ...
 - Spørg til følelser
- **Opklarende spørgsmål**
 - Hvornår - Hvem – Hvor længe – Hvad betyder det præcis, når du siger...
 - Have øjenkontakt
 - Bruge gentagelser
 - Opsummeringer,
 - **Tavshed er guld**
- **Hold egne associationer tilbage**
- **Ingen gode råd**
- **Ingen forslag til løsninger**
- **Ærlig nysgerrighed**

Vi skaber en grøn regenerativ fremtid

er inspireret af

Klimakrisen kræver akut handling – men også fremtidsdrømme og utopier

Behovet for klimahandling har aldrig været større. Netop derfor, mener flere forskere og klimaaktivister, må vi turde træde et skridt tilbage og forestille os, hvordan en radikal anderledes fremtid kunne se ud

Information 2. juni 2025

Design af regenerative kulturer, Daniel Christian Wahl, Content Publishing 2024.

Fælles visioner kan danne grundlag for én samlende grøn vision

Det vil øge det enkelte fællesskabs/organisations muligheder for at virkeliggøre sine visioner, så flere dimensioner af *det gode og bæredygtige liv* bliver til virkelighed i medlemmernes hverdagsliv.

Verden kalder på, at der tages nye skridt i omstillingen til bæredygtige samfund. De store forandringer kommer nedefra: Vindmølleeventyret, økologisuccesen og økosamfund (høj livstilfredshed, lav miljøbelastning og lokal udvikling), samt mange med rødder i en folkelig innovation, der er groet blandt civilsamfundets ildsjæle, fremsynet politikere og erhvervslivets grønne pionerer.

Den Grønne Markedsplads - hvor producenter og kunder handler og udveksler på måder, der styrker lokale fællesskaber og fremmer en regenerativ og bioregional udvikling.

Feedback i relation til workshoppens formål

Vision Fællesskaber der skaber livsglæde og omstilling

Mission Inspiration til en politik om livsstilsforandringer som klimastrategi, der er funderet i bevægelser og parti(er)

Mål

1. Dele erfaringer om fællesskab og se på fællesskaber som livsform og udviklingskraft
2. Sang, samtale og bevægelse
3. Inviterer til "Vi skaber en grøn regenerativ fremtid"

Hvad er min

- Læring
- Overraskelse
- Opdagelse
- Tilfredshed
- Utilfredshed

Tak for i dag!

