



Länsstyrelserna



DAGS – Digital arbetsmarknadskunskap genom språk

Utbildningsmaterial till filmen "Inspiration till dig som är hemma"

Länsstyrelsen i Stockholms län och Södermanlands län

Utgivningsår: 2023

ISBN: 978-91-7937-206-4

Förord

Inspiration till dig som är hemma riktar sig främst till utrikes födda kvinnor som av olika anledningar varken studerar eller arbetar. Materialet är en del av en större produktion inom projektet Digital arbetsmarknadsvägledning genom språk (DAGS). Projektet syftar till att underlätta vägen till arbete och studier för utrikes födda som står långt ifrån arbetsmarknaden eller har begränsade kunskaper i svenska språket. Vi har producerat inspirationsfilmer med förebilder, instruktionsfilmer om datorer, smarta telefoner och internet för målgrupper med låg digital vana samt yrkesvägledande filmer.

Idag är det en stor skillnad mellan hur inrikes och utrikes födda lyckas etablera sig på arbetsmarknaden och det finns tydliga könsskillnader. Utrikes födda kvinnor utgör en lägre andel av arbetskraften än utrikes födda män. Utrikes födda kvinnor är dock ingen homogen grupp utan består av individer med olika förutsättningar med varierande utbildningsbakgrund och arbetslivserfarenheter. Orsakerna till kvinnornas lägre andel av arbetskraften varierar. Oavsett orsaker finns det en stor grupp kvinnor som har hamnat långt ifrån arbetsmarknaden och med låg delaktighet i samhällslivet.

Inspiration till dig som är hemma är tänkt att användas i mötet med kvinnor som behöver hjälp att bryta isolering och som vill bli mer delaktiga i samhällslivet. Allt material i DAGS är målgruppsanpassat och kan användas i olika vägledande och lotsande insatser utförda av exempelvis kommuner, civilsamhället, studieförbund eller av Arbetsförmedlingen.

DAGS startade 2020 som ett samverkansprojekt mellan Arbetsförmedlingen och länsstyrelserna i Södermanlands län och Stockholms län men drivs sedan hösten 2022 av nämnda länsstyrelser. Information om projektet finns på länsstyrelsernas gemensamma integrationshemsida liksom samtliga filmer och tillhörande utbildningsmaterial [Integration.lansstyrelsen.se/dags](https://integration.lansstyrelsen.se/dags)

Beatrice Ask, Landshövding i Södermanlands län

Sven-Erik Österberg, Landshövding i Stockholms län

Innehåll

Inspiration till dig som är hemma.....	5
Inspiration till dig som är hemma.....	5
Intervju med Mema Sarah.....	6
Ordlista till intervju med Mema Sarah	7
Intervju med Narhain Nilsson och Sanni Sylvan	8
Ordlista till intervju med Nahrain Nilsson och Sanni Sylvan	10
Intervju med Fida Rayes	12
Ordlista till intervju med Fida Rayes.....	13
Aktiviteter.....	14
Ordlista till aktiviteter.....	18
Ordlista till hela filmen	20
Tankekarta	21
Egen tankekarta	22
Programledare: Margret Atladottir	23
Frågor	24
Intervju med Mema Sarah	25
Frågor	26
Intervju med Narhain och Sanni.....	27
Frågor	28
Intervju med Fida Rayes	29
Frågor	30
Para ihop mening och bild	31
Återberätta muntligt	33
Återberätta skriftligt.....	35
Presentera dig själv	36
Ta reda på vad som finns hos Studieförbunden i din kommun ...	37
Utbildningsmaterialet	39
Para ihop mening och bild – facit.....	39
Aktiviteter för dig som är hemma.....	40
Vägar till arbete eller studier	40
Din kommun	41
Föreningar och civilsamhällesaktörer	41
Trossamfund	41

Inspiration till dig som är hemma



Inspiration till dig som är hemma

Har du varit hemma länge? Då ska du titta på den här filmen. Om man är hemma länge kan man bli ledsen, stressad, har ingen energi och det känns som man inte träffar några andra människor. Vem ska man prata med? Ska du våga? Vad vill du göra? Vad orkar du göra? Vad finns det att göra och vad har andra gjort? Kom ihåg: kontakt med andra människor är viktigt för dig och din framtid.

Intervju med Mema Sarah

Jag heter med Mema Sarah och jag kommer från Kongo.

Jag kom till Sverige för tre år sedan. Jag har varit hemma

med mina barn. Sen började jag studera SFI på

mammaledigheten. Jag har varit hemma i tre år. Jag fick

information om en mammagrupp på öppna förskolan. Jag

vill börja studera svenska för att jag vill lära mig svenska

och prata med andra mammor. Vi övar att prata och lyssna,

skriva och prata med min klasskamrat. Jag mår bra när jag

kommer till SFI mammagruppen för att jag träffar andra

mammor och pratar om skola och barn. Jag har fått

kompisar och övar svenska samtidigt. Jag har några tips. Du

kan studera när du har fått barn. Du kan också gå till

biblioteket och öppna förskolan. När du går till öppna

förskolan kan du träffa kompisar, du kan träffa andra

mammor och prata och öva svenska samtidigt. Lycka till alla

andra mammor med barn!

Ordlista till intervju med Mema Sarah

Ord	Översättning
hemma	
mammaledigheten	
information	
en mammagrupp	
öppna förskolan	
lyssna	
skriva	
min klasskamrat	
mår bra	
skola	
barn	
kompisar	
samtidigt	
tips	
lycka till	

Intervju med Narhain Nilsson och Sanni Sylvan

Narhain: Jag heter Nahrain Nilsson och jag kommer från Syrien. Jag har varit åtta år i Sverige.

Sanni: Jag heter Sanni Sylvan och jag kommer från Sverige, Stockholm.

Narhain: Jag var hemma i två månader innan jag började läsa. Mina papper var inte klara då. Jag hade inte permanent uppehållstillstånd. När jag fick det så började jag gå till skolan. Nu är jag lågstadielärare på en skola i Nyköping. Det var SFI som erbjöd aktiviteter som till exempel Språkvänner.

Sanni: Jag fick reda på att det fanns språkvänner genom tidningen i en annons jag läste. Jag tyckte att det lät spännande. Jag har alltid tyckt om att prova på saker. Nahrain och jag var ute och promenerade mycket. Jag berättade mycket om Sverige och om Nyköping. En stad jag älskar.

Narhain: Vi pratade mycket språk och jag fick lära mig nya ord. Det är väldigt lärorikt och vara språkvän. Vi har varit på djurparken i Eskilstuna. Det ordnade Språkvänner åt oss.

Sanni: De ordnade ganska mycket träffar i början. De hjälpte oss på traven. Men vi kände att vi kan träffas själva. Sen har vi haft jätteroligt ihop. Jag tycker att det har varit så kul. Jag har lärt mig jättemycket av Nahrain också. Men jag har lärt dig cykla.

Narhain: Det hade jag helt glömt.

Sanni: Vi har gjort snöänglar. Du har lärt dig simma. Vi har gjort mycket tillsammans. Vi har blandat våra privatliv ganska mycket. Ja vi umgås familjevis. Du har träffat mina barn och barnbarn. Nu har Nahrain fått egna barn. Jag säger att det är mina bonusbarnbarn.

Narhain: Vår relation kommer, från min sida såklart att fortsätta.

Sanni: Helt klart, vi kommer hålla kontakten livet ut.

Ordlista till intervju med Nahrain Nilsson och Sanni Sylvan

Ord	Översättning
läsa	
permanent	
uppehållstillstånd	
lågstadie lärare	
erbjöd	
tidningen	
en annons	
spännande	
prova	
promenerade	
älskar	
språk	
lärorikt	
djurparken	
ordnade	
på traven	
jätteroligt	

ihop	
kul	
cykla	
glömt	
snöänglar	
simma	
privatliv	
umgås	
familjevis	
barnbarn	
bonusbarnbarn	
relation	

Intervju med Fida Rayes

Jag heter Frida Rayes. Jag kommer från Syrien. Jag kom till Sverige 2015. Det var krig i Syrien. Jag kom till Sverige ensam. Min man och mina barn kom till Sverige 2020. Det tog två år att få jobb. Jag studerade på SFI kurs C. Jag jobbar nu på Jalla Nyköping som kock. Först måste man lära sig svenska. Sen jobba aktivt i samhället. Jag tycker om Sverige och jag tycker om att jobba. Jag tycker inte om att studera. Jag tycker bara om att jobba. Jag vill tipsa om att gå och träffa andra människor och lära dig svenska.

Ordlista till intervju med Fida Rayes

Ord	Översättning
krig	
ensam	
min man	
jobb	
studerar	
jobbar	
kock	
lära sig	
aktivt	
samhället	
tycker om	
tycker inte om	
bara	
träffa andra	

Aktiviteter

Så nu kanske du undrar vilka aktiviteter finns det i Sverige?

Vilka aktiviteter finns det i min kommun? Vad skulle jag

vilja ha för en aktivitet? Det finns mycket du kan göra för

att komma in i samhället i Sverige. När du träffar andra så

blir du gladare och då mår du bättre. Jag ska tipsa dig om

några olika aktiviteter.

Engagera dig i en förening. Kolla med din kommun vilka

föreningar som finns.



Det finns Språkcafé. Kolla om det finns ett språkcafé i din kommun.



Det finns Biblioteket. Gå till Biblioteket i din kommun och kolla vilka aktiviteter de har.



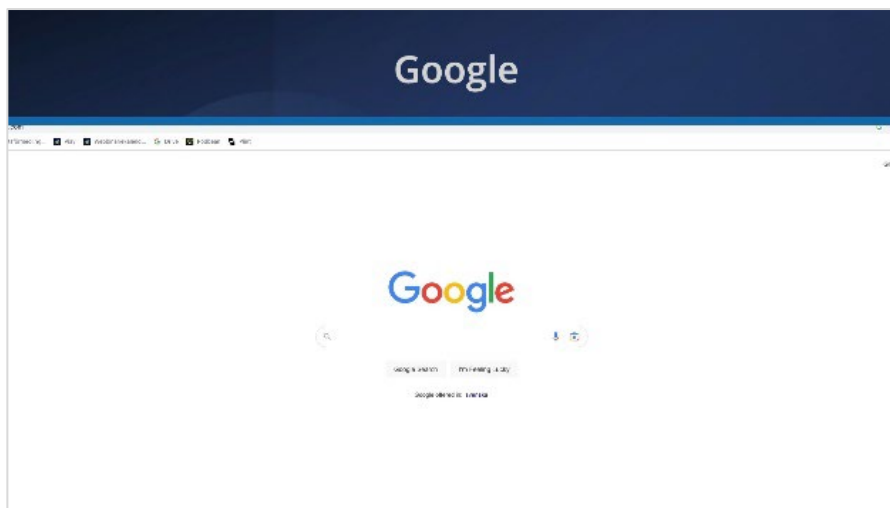
Det finns Studiecirklar. Det finns många Studieförbund i Sverige. Ni kanske har sett några av de här på en promenad genom stan. Kolla upp, gå dit och knacka på.



Det finns Öppna förskola. Öppna förskolan finns på olika ställen. Fråga på barnavårdscentralen eller mödravårdscentralen om din närmaste öppna förskola.



Men då kanske ni undrar, för att hitta en aktivitet i din kommun – hur ska du göra?



Jag ska berätta att Google är ganska bra. Googla det du är intresserad av. Det du skulle vilja göra. Vad tycker du om?

Du kan också gå till biblioteket och fråga. Du kan gå till din skola och fråga. Du kan också gå till barnavårdscentralen eller kanske din granne. Kom ihåg: kontakt med andra människor är viktigt. Som vi har fått höra av Mema, Nahrain, Sanni och Fida så blir man gladare och man mår bättre när man träffar andra och när man rör på kroppen och är aktiv. Du måste bara våga fråga, våga gå ut, testa nya saker. Häng på!

Ordlista till aktiviteter

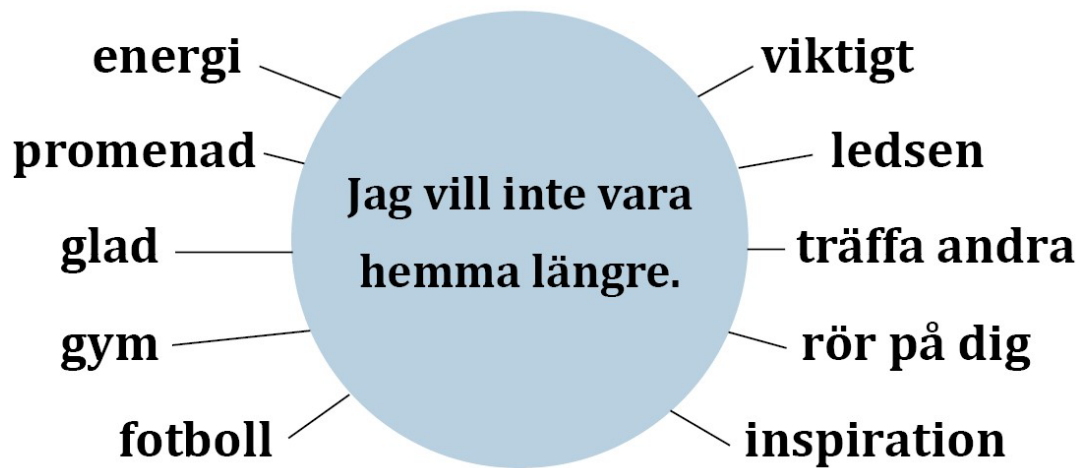
Ord	Översättning
kanske	
undrar	
aktiviteter	
kommun	
gladare	
engagera dig	
kolla	
föreningar	
studiecirklar	
studieförbund	
en lista	
knacka på	
barnavårdscentralen	
mödravårdscentralen	
undrar	
googla	

skola	
granne	
viktigt	
gladare	
träffar	
rör på dig	
kroppen	
våga	
testa	
häng på	

Ordlista till hela filmen

Ord	Översättning
inspiration	
länge	
ledsen	
stressad	
energi	
människor	
prata	
orkar	
våga	
kom ihåg	
kontakt	
glad	
fotboll	
gym	
framtid	

Tankekartan



Egen tankekarta



**Jag vill inte vara
hemma längre.**

Programledare: Margret Atladottir



Hon heter Margret. Hon frågar om du har varit hemma länge. Hon säger att du kan bli ledsen, stressad och inte ha energi om du har varit hemma länge. Hon berättar vad du kan göra om du vill komma ut i samhället och inte vara hemma längre. Du ska komma ihåg att kontakt med andra människor är viktigt för dig.

Frågor

Vad heter hon?

Vad frågar hon?

Vad säger hon?

Vad ska du komma ihåg?

Intervju med Mema Sarah



Hon heter Mema. Hon kommer från Kongo. Hon studerar SFI i mammagrupp. Hon har varit hemma med sina barn i tre år. Hon mår bra när hon träffar andra mammor. Hon säger att du får kompisar och får öva din svenska när du går på SFI mammagrupp. Hon ger dig tipset att du kan studera när du har barn.

Frågor

Vad heter hon

Varifrån kommer hon

Vad studerar hon

Hur länge var hon hemma

Hur mår hon?

Vad får du när du går på SFI mammagrupp?

Vad tipsar hon om

Intervju med Narhain och Sanni



De heter Narhain och Sanni. De är språkvänner. Narhain kommer från Syrien. Hon var hemma i två månader innan hon började gå till skolan. I skolan fick hon en språkvän som heter Sanni. Sanni kommer från Sverige. Narhain och Sanni går på promenader, går till djurparken och Sanni lärde Narhain att cykla. Nu är de familj. Narhain och Sanni kommer att ha kontakt hela livet.

Frågor

Vad heter de

Varifrån kommer Narhain

Varifrån kommer Sanni

Vad fick Narhain i skolan

Är Narhain och Sanni familj nu

Kommer Narhain och Sanni att hålla kontakten hela livet?

Intervju med Fida Rayes



Hon heter Fida. Hon kommer från Syrien. Hon kom ensam till Sverige 2015. Hennes man och två av hennes barn kom till Sverige 2020. Det tog två år för Fida att få jobb. Hon tycker inte om att studera. Hon tycker om att jobba. Hon vill tipsa dig att gå och träffa andra människor och lära dig svenska.

Frågor

Vad heter hon?

Varifrån kommer hon

När kom hon till Sverige?

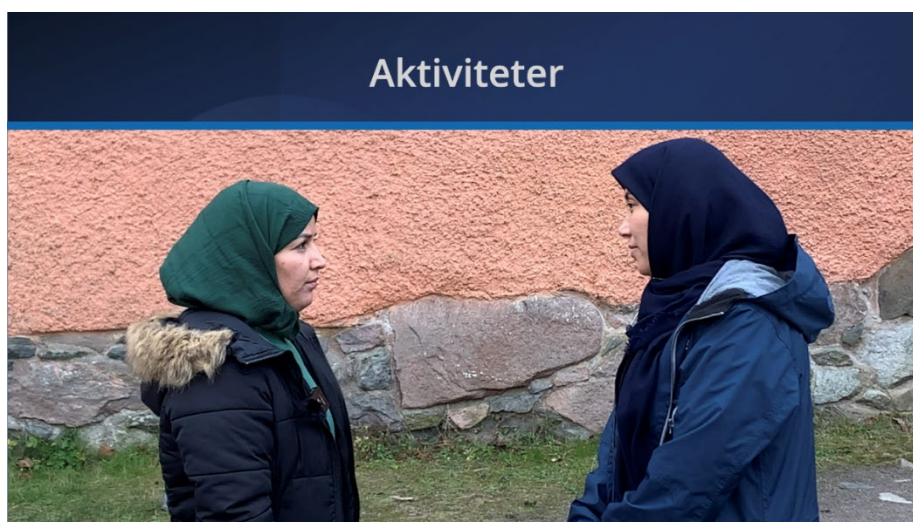
Hur lång tid tog det för Fida att få jobb?

Vad tycker hon inte om att göra?

Vad tycker hon om att göra?

Vad tipsar hon om?

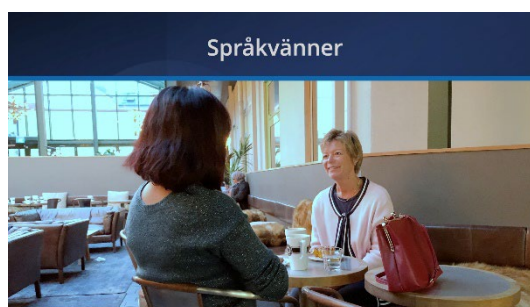
Para ihop mening och bild



Vilken mening tillhör vilken bild? Rita ett streck mellan korrekt mening och bild!

Exempel:

Jag har en språkvän.



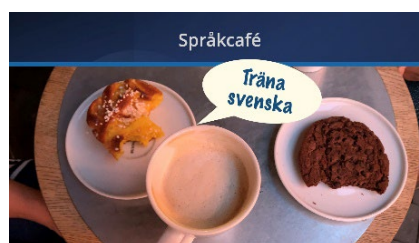
Engagera dig i en förening.



Var finns det språkcafé i min kommun?



Var ligger biblioteket?



Jag vill gå i en studiecirkel.



Jag vill lära mig svenska på SFI mammagrupp.



Öppna förskolan är en rolig plats för mitt barn.



Återberätta muntligt



Vad berättar Mema i filmen? Berätta med egna ord.



Vad berättar Nahrain och Sanni i filmen? Berätta med egna ord.



Vad berättar Fida i filmen? Berätta med egna ord.



Vad handlar filmen om? Berätta med egna ord.

Återberätta skriftligt



Vad handlar filmen om? Skriv med egna ord.

Presentera dig själv

Svara på frågorna.

Vad heter du?

Varifrån kommer du

Vad gör du just nu

Vad vill du göra i framtiden?

Presentera dig själv.

Jag heter _____

och jag kommer från _____.

Jag _____ just nu.

I framtiden vill jag

Ta reda på vad som finns hos Studieförbunden i din kommun



www.studieframjandet.se



www.folkuniversitetet.se



www.medborgarskolan.se

KULTURENS

www.kulturens.se



DÄR MÄNNISKOR OCH IDÉER VÄXER

www.nbv.se



www.bilda.nu

Utbildningsmaterialet

Para ihop mening och bild – facit

Vilken mening tillhör vilken bild? Rita ett streck mellan korrekt mening och bild.

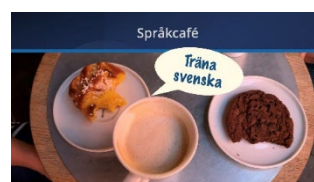
Engagera dig i en förening.



Var finns det språkcafé i min kommun?



Var ligger biblioteket?



Jag vill gå i en studiecirkel.



Jag vill lära mig svenska på SFI mammagrupp.



Öppna förskolan är en rolig plats för mitt barn.



Aktiviteter för dig som är hemma

Hur gör du för att hitta en aktivitet? Utbudet av aktiviteter ser olika ut beroende på var du bor? Första steget är att fråga vad som finns i din kommun.

Vägar till arbete eller studier

Om du omfattas av utbildningsplikten så söker du de utbildningar som ingår i utbildningsplikten. Kontakta Arbetsförmedlingen eller din kommun för att ta reda på mer om det.

Om du är inskriven på Arbetsförmedlingen kan det finnas möjlighet för dig att gå en Arbetsmarknadsutbildning. Fråga Arbetsförmedlingen om du har möjlighet till det.

En annan vanlig väg är att vända sig till kommunen där man bor och gå en utbildning genom kommunen. Men det finns många kommuner i Sverige och de olika kommunerna har olika utbildningar. En utbildning som finns i en kommun finns inte alltid i en annan kommun. Ta kontakt med din kommun och fråga vilka utbildningar som finns för just dig.

Din kommun

Många kommuner arrangerar olika aktiviteter för dig som är hemma. I vissa kommuner finns det öppna mötesplatser, medborgarkontor eller familjecentraler som du kan besöka och fråga. På biblioteket brukar det finnas anslagstavlor där kommunen visar vad som finns. Kanske har kommunen språkcafé, språkvänner eller mentorskapsprogram. För dig som har små barn kan det finnas öppen förskola, parklekar där du kan ta med ditt barn och leka och sjunga tillsammans med andra föräldrar.

Föreningar och civilsamhällesaktörer

I alla kommuner finns det föreningar och andra aktörer som arrangerar olika kostnadsfria aktiviteter. Det finns många föreningar med olika aktiviteter. Några har inriktning mot idrott och hälsa, andra konst och kultur eller mat och möten.

Trossamfund

Olika aktiviteter ordnas så som språkcafé, utflykter, familjeträffar med fika och gemensam matlagning.

