



TA PLATS VALSTA 2024  
KSN  
KEMA

” Jag har lärt mig att jag ska kunna vara mig själv, och kunna veta att det här är jag!”



VERKSAMHETSRAPPORT

ATT STÄRKA TJEJER I LEDARSKAP  
OCH ORGANISERING





# TA PLATS VALSTA

## RAPPORT

En sammanställd rapport skapad av KSAN om TA PLATS som genomfördes januari-december 2024 i samverkan med ABF Norra Stockholms län med stöd av Jämställdhetsmyndigheten

Rapport om TA PLATS, KSAN  
Kvinnorganisationernas  
samarbetsråd i alkohol- och  
narkotikafrågor

Foto: Jenny Andersson

Text: Jenny Andersson

Tryck: JustNu

KSAN,

Kvinnorganisationernas samarbetsråd i alkohol- och narkotikafrågor, är en paraplyorganisation med fokus på alkohol, narkotika och andra droger, flickors och kvinnors hälsa, jämlika möjligheter och rätt att leva utan att bli utsatt för olika typer av våld. Vi förebygger, stärker, jämnar ut och utbildar. För jämlik hälsa, jämlikt ledarskap och stärkta jämlika rättigheter ur ett kvinnoperspektiv nationellt och internationellt. Tillsammans med våra medlemsorganisationer samlar vi ca 100 000 kvinnor.

För ett samhälle fritt från beroende och våld sedan 1943.



# TA PLATS VALSTA

## INNEHÅLL



INLEDNING.....	s. 4
VERKSAMHETSMÅL.....	s. 5
TA PLATS TAR FORM.....	s. 6
LEDARUTBILDNING OCH CIRKLAR - UPPLÄGG .....	s. 7
VAD HAR PROJEKTET GETT DELTAGARNA?.....	s. 8
NÅGRA ORD FRÅN PROJEKTLEDAREN.....	s. 9
VIVA VALSTA.....	s. 10
HUR HITTA DELTAGARE?.....	s. 11
AKTIVITETSKALENDER VÅREN 2024.....	s. 12
AKTIVITETSKALENDER HÖSTEN 2024.....	s. 13
OM UTVÄRDERING - TILLVÄGAGÅNGSSÄTT.....	s. 14
CITAT FRÅN LEDARUTBILDNINGEN .....	s. 15
CITAT FRÅN CIRKELDELTAGARE.....	s. 16
CITAT FRÅN CIRKELLEDARE.....	s. 17
KOMMUNIKATION.....	s. 18
FAKTA OM VERKSAMHETEN.....	s. 19
GÄSTFÖRELÄSNINGAR.....	s. 20
NÄTVERK.....	s. 21
TA PLATS I MEDIA.....	s. 22
TACK.....	s. 23



# TA PLATS VALSTA

En verksamhet för tjejer i syfte att  
TA PLATS och ORGANISERA sig i Valsta.

I ett vidare perspektiv syftar TA PLATS till att ge tjejerna självförtroende nog att kliva in som självklar part i beslutande rum. För att just ta plats, få sina röster hörda, få verktyg att organisera sig och kliva in i rollen att kunna leda andra och växa som förebild. "Man måste våga ta plats i det här landet" som en av deltagarna sa.

Vi vill också med valet av Valsta i Sigtuna kommun lyfta upp och synliggöra ett Sverige i miniatyrformat. Mellan arkeologiska utgrävningar och rik historia firas det nu här midsommar, Newroz, jul- och nyår och Eid. Det arrangeras skördefester, Valstadagar, folkfester, trygghetsvandringar och ljusmanifestationer mot kvinnovåld, vilket vi inom ramen för verksamheten varit en del av. Samhället är rikt på mångfald, engagemang, liv och medmännisklighet. Det är vi stolta över att få vara en del av! Vi har skapat nätverk, byggt plattformar för möten och dialog och samverkat brett både med det viktiga och aktiva civilsamhälle som finns i kommunen och med andra viktiga aktörer.

Denna projektrapport är en sammanställning av TA PLATS VALSTA, ett projekt som startades 2023 och som vi fortsatt att driva 2024 och en bit in på 2025 i Valsta, Sigtuna kommun. Projektet har skett i samverkan med ABF Norra Stockholms Län, med stöd av Jämställdhetsmyndigheten.



• Är du eller vill du bli ungdomsledare och bor i Valsta?

• Vi söker dig som vill utvecklas i ledarskap och göra skillnad för Valsta.

• Efter avslutad kurs får du ett ledarbevis och möjlighet att leda unga.

• Vill du veta mer? Kontakta oss! info@ksan.se eller Tel: 070-5324508

**SNACK 2.0**  
För dig som möter unga



KSAN

ABF NORRA STOCKHOLM LÄN





## VERKSAMHETSMÅL

1. Stärka kvinnors möjligheter till framskjutande positioner i samhället och i föreningslivet
2. Stärka kvinnors och flickors rättigheter i samhället

## DELMÅL

- 1 Stärka kvinnors och flickors rätt att höja sina röster och påverka i viktiga frågor
- 2 Öka möjligheterna för flickors och kvinnors rätt att organisera sig
- 3 Stärka rätten till lika tillträde till det demokratiska samhället
- 4 Stärka kvinnors rätt till jämlika möjligheter och jämställd hälsa

## VERKSAMHET

### Ledarutbildning

Ledarutbildningen syftar till att stärka deltagarnas ledaregenskaper, att de själva får öva sig på att ta plats, våga leda och känna sig redo att vägleda andra. För att i nästa steg ha självförtroende nog att kliva in och ta plats i beslutande rum.

### Studiecirklar

Studiecirkelarna syftar till att stärka kvinnors och unga tjejers rättigheter i samhället. Genom en palett av verktyg att påverka ges deltagarna möjlighet att få sina röster hörda, blir stöttade i sina olika vägval och får möjlighet att både utmana sina gränser och att sätta dem.



# TA PLATS TAR FORM

06

## START

Vi visste från start att verksamheten TA PLATS inte var ett kortsiktigt projekt utan något som vi ville skulle kunna leva kvar. Därför gjorde vi verksamhetsansökan till Jämställdhetsmyndigheten i samverkan med ABF Norra Stockholms län. De har lång erfarenhet av att vara verksamma runt om i Sigtuna och Valsta. Det har varit värdefullt för vårt uppsökande arbete.

ABF NSL har förutom brygga till målgrupperna även agerat kvalitetssäkrare genom att säkerställa att verksamheten håller god kvalitet och når de uppsatta mål vi kommit överens om. Då intresset för projektet var stort 2023, blev vi mycket glada när vi fick besked från Jämställdhetsmyndigheten om fortsättning för 2024.

## VISION

Vi vill med TA PLATS göra något bestående. Därför var själva grundidén att utbilda tjejer i ledarskap och på så sätt stärka möjligheten att organisera sig och öka sin demokratiska rätt att påverka. Vi ville även stötta dem i att starta tjejgrupper att vara ledare för. Grupperna är formade som en studiecirkel där varje träff fokuserar på ett kapitel ur vårt metodmaterial SNACK. 2.0

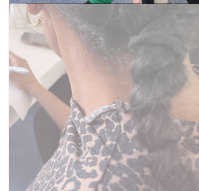
## METOD

KSAN:s metodmaterial SNACK 2.0 lyfter frågor som alkohol, narkotika, sexualitet, religion, kropp, skönhetsideal, sociala medier, jämställdhet, kränkningar, näthat, kärlek och relationer. Cirkelträffarna syftar till att cirkelledarna ska kunna praktisera sina nya färdigheter i ledarskap och få möjlighet att djupdyka i svåra ämnen, upptäcka och sätta sina egna gränser och lära sig att lyssna in, förstå och respektera andras. In- och utcheckning samt värderingsövningar har varit återkommande under såväl ledarutbildning som i cirklar.

## REFLEKTION

Även om språket ibland har varit en viss utmaning har det inte varit något hinder för att delta i ledarutbildningen. Vi har jobbat med kroppsspråk, stor lyhördhet, skrattat mycket och delat filmklipp med textremsa exempelvis från UR. Deltagarna har fått allt material i efterhand så att de i lugn och ro kunnat ta del av det. Glädjande nog uttryckte många i utvärderingarna att de utvecklat sitt språk tack vare det tillåtande klimatet. Och även kursledaren tillika projektledaren har förstås lärt sig massa nytt i mötet med deltagarna - lycka!

För många av deltagarna i högstadies- och gymnasieålder var begreppet härskartekniker något som gav nya insikter och kunskaper. De uttryckte uppskattning kring att vi pratade om det.





## LEDARUTBILDNING

Ledarutbildningen syftar till att stärka deltagarnas ledaregenskaper genom att ge de blivande cirkelledarna möjlighet att ta på sig ledartröjan, stärka förmågan att bygga inkluderande och trygga grupper och att de får öva sig i att ta plats, våga leda och känna sig redo att vägleda andra.

Vi vill bidra till att främja unga kvinnors egenmakt och möjligheter till framskjutande positioner i samhället och föreningslivet. Under utbildningen gick vi därför igenom olika ledarstilar och hur man kan anpassa ledarskapet efter gruppen och individen. Vi lärde oss även om konflikthantering där vi diskuterade olika fall.

Vi pratade också om vikten av förebilder och att man själv är en sådan.

Och vi jobbade med olika sätt att påverka i viktiga frågor.

Hur? Vi använde oss av teoripass blandat med värderingsövningar, filmklipp med efterföljande diskussioner, forumteater och poddavsnitt. Fokus var det kollektiva lärandet; att vi spånade idéer tillsammans och lärde oss av varann. Efter avslutad utbildning har varje deltagare fått diplom.

I utbildningen har vi i stora drag gått igenom:

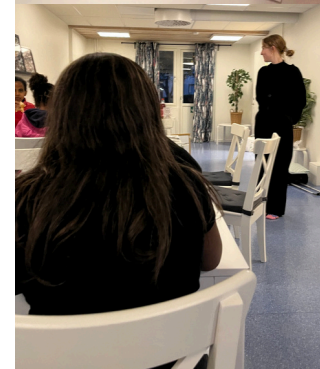
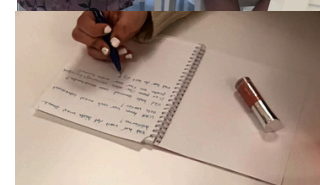
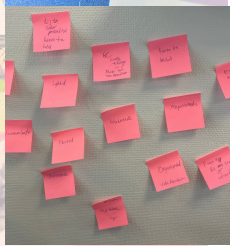
- ✔ Ledarskapsstilar och hur anpassa ledarskapet efter gruppen
- ✔ Vikten av förebilder, och att du själv är en
- ✔ Sjävledarskap
- ✔ Skapa inkluderande och tillgängliga rum
- ✔ Konflikthantering
- ✔ Påverkansarbete
- ✔ Hållbart ledarskap

## STUDIECIRKLAR

Med både ledarutbildningen och studiecirkelarna vill vi stärka kvinnors och unga tjejers rättigheter i samhället genom att lyfta frågor som är viktiga för dem. Vi pratar om rättigheter och möjligheter, ger utrymme för deltagarnas reflektioner och åsikter och stärker deltagarna i sina olika beslut och ställningstaganden. Genom en palett av verktyg att påverka får de möjlighet att bli stöttade i sina olika vägval. Ett mervärde är också vikten av det breddade sociala nätverk och det stärkta sociala kapital som cirkelarna leder till, både för cirkelledarna och för cirkeldeltagarna.

## UTVÄRDERING

Efter avslutad ledarutbildning respektive cirkel har stor vikt lagts vid utvärdering. Om detta kan du läsa mer på sid 14-17.







## VAD HAR TA PLATS GETT DELTAGARNA?

TA PLATS VALSTA har gett både ledare och deltagare

- ✓ Social samvaro och vidgat nätverk
- ✓ Färdigheter i ledarskap, självledarskap och självkännedom
- ✓ Färdigheter i konflikthantering och utvecklande dialog
- ✓ Kunskap om hur påverka och öka sin egenmakt
- ✓ Kunskap om normer och jämställdhet
- ✓ Reflektera kring värderingar och attityder
- ✓ Möjlighet att pröva sina gränser och sin gränssättning
- ✓ Reflekterande samtal om trakasserier, sociala medier och alkohol- och andra droger
- ✓ Reflekterande samtal om vänskap och familj
- ✓ Ökad kunskap om inkludering och tillgänglighet
- ✓ Genom gästföreläsningar: insikter i att inneha arbetsledande roll
- ✓ Kunskap om socialt hållbart ledarskap
- ✓ Tipsbank med litteratur, podcasts och filmer
- ✓ Föreläsningar inom jämställd ekonomi, nättrygghet och påverkan
- ✓ Möjlighet att ta plats i media, när KSAN uppvaktat tidningar





# NÅGRA ORD FRÅN PROJEKTLEDAREN

9

”

Det roligaste med Ta Plats Valsta är det uppsökande arbetet för att hitta deltagarna, men även att sedan hålla i utbildningarna. Att få meddelanden i Whatsup-grupperna där det står "Tack för idag! Jag längtar redan till nästa gång!" är ett bevis på att vi tillsammans skapat trygga sammanhang där alla kommer till tals och utvecklas.

Nytt för 2024 är att vi pratat mer om socialt hållbart ledarskap, eftersom det är så avgörande för en hållbar framtid, såväl för individ, som kollektiv och hela planeten. Vi har även haft ett flertal gästföreläsningar, vilket också varit uppskattat, både hos deltagarna men även hos föreläsarna, då det blivit givande samtal i samband med träffarna.

”

När vi stått i montern på konferenser har intresset varit stort för Ta Plats Valsta. På Drogfokus tog våra pappersrapporter slut, och en ungdomssamordnare på Forum Jämställdhet sa "Åh, detta måste vi ju hålla kontakten kring!". Roligt även att vi fått så fin publicitet i media".



Jenny Andersson

UPPSÖKANDE  
ARBETE



DELTAGARE



LEDARUTBILDNING



CIRKLAR



Ledarutbildning  
i Valsta



Projektledaren i farten



Uppsökande arbete



Samtal



Fullt ös i Valsta





## VIVA VALSTA!

Avgörande för ett demokratiskt och socialt hållbart samhälle är ett tillgängligt, levande och aktivt civilsamhälle som samverkar likvärdigt med samhällets övriga sektorer. Det är vår övertygelse och något som vi också burit med in i TA PLATS. Det är den ideella sektorn i samarbete med den offentliga och den privata som gör att Valsta är så levande och unikt som området är. Nycklarna för att starta upp hållbara verksamheter är just att hitta och föra dialog med samtliga sektorer i ett område med särskilt fokus på de ideella krafterna.

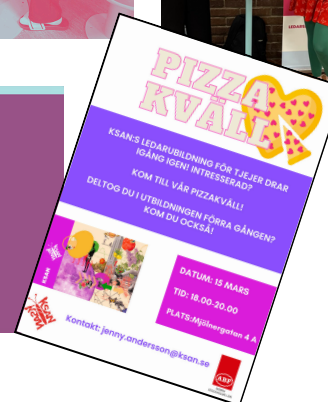
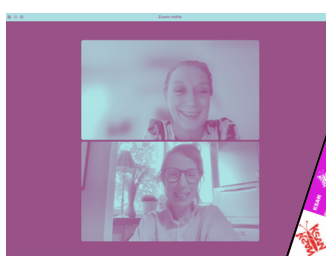
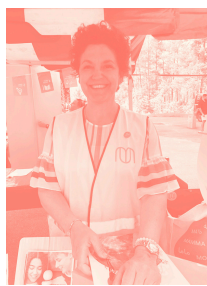
I Valsta finns föreningar som lyfter mammor, organisationer som stärker kvinnor, religiösa- och icke religiösa aktörer som bryter ensamhet och främjar integration. Nätverk som lyfter Valsta och ideella krafter som ger självförtroende till unga som växer av nya färdigheter i sport. Socialt engagerade bostadsvårdare i både allmännyttan och privata bostadsföretag som öppnar upp mötesplatser och stärker Valstabornas tillgång till det demokratiska samhället. Fältassistenter som gör sitt yttersta för att täcka hela Sigtuna och andra aktörer från kommunen som ringar in behov, öppnar upp för interkulturell förståelse och arbetar uppsökande, bjuder in och finns där det behövs.

Det är civilsamhället som i stor utsträckning bjuder in och skapar sammanhang; främjar möten som ger nya lärdomar, vänskaper och bredare sociala kontaktnät. Men det är tillsammans med kommunen och näringslivet som Valsta blir rikt på engagemang. BID-föreningen (Business Improvement District) "Vi är Valsta" bygger på lokal samordning och samfinansiering, där alla är delaktiga - grundidén är att gemensamt arbete ger större effekt än enskilda insatser. "Vi är ett" är mottot.



# HUR HITTA DELTAGARE?

Hur gjorde vi då för att hitta deltagare till ledarutbildning och cirklar? Till ledarutbildningarna fick vi många intresserade tack vare det rika föreningsliv som finns i Valsta, exempelvis via Mamma United. Även vid besök på Arlandagymnasiet och på lokala aktivitetsdagar nådde vi deltagare samt via projektet Tjejer oxå via Attunda Brandkår. Till cirklarna ordnade vi öppna pizza-kvällar, besökte SSPF-möten\* och fritidsgårdar, stämde möte med Kultur & Fritidsförvaltningen och ansvarig för social hållbarhet i kommunen samt ordnade öppna gästföreläsningar. En avgörande del var även att ledarna frågade i sina egna nätverk, vilket gav stort resultat. Utöver det anställde vi två ambassadörer som under 2023 var cirkelledare och nu fick chansen att jobba uppsökande för att hitta deltagare till årets cirklar. De kontaktade skolor, idrottsföreningar och andra aktörer samt affischerade runt om i kommunen – betydelsefullt arbete!



21 jan  
Planeringsdag

6 februari  
Uppstartsmöte  
med ABF Norra  
stockholms län

3 februari  
Roll-up + pins  
tar form

12 mars Nätverksträff  
med lokala aktörer;  
Kvinnojouren  
Socialtjänsten  
Kulturskolan  
ABF  
Svenska Kyrkan  
Tema:  
Hur lyfta våld i nära  
relationer och arbeta  
främjande för tjejers  
meningsfulla fritid

8:e mars  
KSAN & Märsta  
Bibliotek ordnar  
diktläsning på tema  
Ta Plats

8 mars  
Rekryteringsträff  
Arlandagymnasiet

12 mars  
KSAN besöker  
medlemsorg,  
visar Ta Plats

14 mars  
Möte med CAN  
för sajten Drugsmart;  
hur använda i cirklar

15 mars  
Rekryteringskväll  
med pizza  
för nå fler deltagare

14 maj  
Deltog i seminarium  
om påverkan av  
Arena Opinion

16 maj  
Marknadsförde  
cirklar  
fritidsgård Märsta

16 maj  
Deltog på  
seminarium om  
ledarskap i  
civilsamhället  
av SSNF och  
Marie Sederschiölds  
högskola

10 juni  
Möte Kultur-  
förvaltningen  
Sigtuna kommun

11 juni  
Möte med  
hållbarhetsstrateg  
Sigtuna kommun

11 juni  
Cirklar startar

12 juni  
Samverkansmöte  
bibliotek, SFI,  
Mamma United mfl.

19 juni  
Inspirationsträff med  
Irma Kiliim Ahnsjö  
om påverkansarbete

5 februari  
Kontaktar aktörer  
för nå deltagare  
till ledarutbildning

15 februari  
KSAN ordnar webinarie  
om alkoholnormer  
med deltagare från  
ledarutbildningen

Projektledaren  
deltar i NPC-kurs  
om narkotikapolitik

Mars  
Ny hemsida,  
Ta Plats lyfts

26 mars  
Ledarutbildningar  
startar

17 april  
Workshop  
på Valsta konst

26 april  
På Ungomens Hus  
för marknadsföra  
cirklar

30 april  
Avstämningsmöte  
med ABF

6 maj  
Nätverksträff  
nr 2

22 maj  
Möte Attunda  
brandkår; Tjejer oåå  
ledarutbildning

1 juni  
Seminarium om  
Ta Plats Valsta  
på Järvaveckan

4 juni  
Idéer för Livets  
utbytesträff  
Vi visar Ta Plats

6 juni  
Valstadagen,  
vi marknadsför  
ledarutbildning

Juli + augusti:  
Ambassadörer  
engagerar sig för  
nå cirkeldeltagare

23 februari  
Styrgruppsmöte nr 1

22 mars  
Styrgruppsmöte nr 2

7 maj  
Styrgruppsmöte nr 3

Juni  
Utvärdering  
av verksamheten internt



# AKTIVITETSKALENDER HÖSTEN 2024

13

7 augusti  
Planeringsmöte  
kansliet

8 augusti  
Kontakter  
föreningar om  
ledarutbildningar

16 augusti  
Möte projekt-  
gruppen hur nå  
fler cirkeldeltagare

18 augusti  
Köper ny litteratur  
om  
konflikthantering

8 september  
cirklar startar

10 september  
Systembolagets  
seminarium om  
alkohol & arbetsliv  
för ledare

14 september  
Deltar på  
skördemarknad

22 september  
Berättar om Ta Plats  
6-årsjubileum hos  
medlemsorg.

23-24 oktober  
KSAN på Drogfokus

11 november  
Föreläsning om  
jämsköld  
ekonomi

17 december  
Utvärderingsmöte  
ABF

19 dec  
Deltar på MUCF:s  
seminarium om  
ungas delaktighet

29 november  
Deltar vid  
Volontärbyråns rapport-  
släpp om föreningsliv

3 dec  
Nätverksträff nr 4

7 dec  
Vintermarknad

Diplom delas ut  
efter avslutad  
utbildning

22 augusti  
vi delog på SSPF-möte i  
Valsta,  
där vi marknadsförde  
cirklar.  
SSPF står för  
Skola, socialtjänst, polis,  
fritid.

7 november  
Vi ordar  
webbinarium:  
alkoholens roll i krig;  
fokus kvinnor/tjejer

31 augusti  
Styrgruppsmöte

24 september  
Styrgruppsmöte

29 oktober  
Styrgruppsmöte

15 november  
Styrgruppsmöte och intern  
utvärdering

23 augusti  
Ledarutbildning  
startar

28 augusti  
Rekryteringsträff  
Arlandagymnasiet

31 augusti  
Sara Heine guidar  
KSAN genom  
Sigtunas kvinnohistoria

Kansliet deltar i  
CAN & Tollares  
kurs i ANDTS

7 oktober  
Presenterar Ta Plats  
för tjejer vid  
Attunda brandkår

8 oktober  
Tidningen Accent  
gästar  
vår nätverksträff

17 oktober  
Föreläsning om  
nättrygghet för  
unga

Möte med  
Spela roll-möte  
arbetsgrupp

30 oktober  
Om Ta Plats  
på NBV i Linköpit

12 november  
Erfarenhets-  
utbytesträff för  
cirkelledare

21 november  
Möte Kvinno-  
jouren Sigtuna

22 november  
Deltagare från  
ledarutbildningen  
föreläser om  
jämsköld hälsa

Jan 2025  
Föreläsning om  
motivation &  
ledarskap

Feb 2025  
Föreläsning om  
inkluderande  
ledarskap

## Tre olika utvärderingar

Deltagare  
vid  
ledarutbildningen

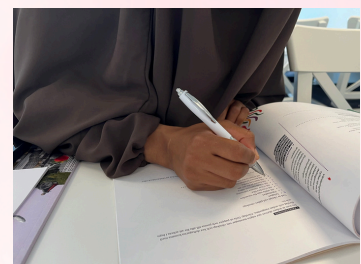
Deltagare vid  
ledarutbildningen  
som sedan  
lett cirklar

Deltagare  
vid  
cirklarna

En viktig del i projektet är utvärderingarna. År 2023 gjorde vi utcheckningar efter varje träff samt utvärdering när ledarutbildningar och cirklar var slut. Men i år gjorde vi utvärderingar efter varje träff, där vi skrev ner deltagarnas reflektioner. Detta gjorde såväl projektledaren som cirkelledarna, för att se vilka insikter som framkommit samt hur nästkommande träff kan förbättras.

Det har varit spännande att ta del av cirkelledarnas och deltagarnas reflektioner; lärdomar av att planera, fördela ordet och entusiasmera, men även att hantera känsliga ämnen. Cirkelledarna berättar om hur de utvecklats i allt från kommunikation till att leda på sätt där alla känner sig välkomna. Cirkeldeltagarna uppger att det varit skönt med igenkänningen i ämnen såsom sociala medier och kropp & utseende, men även att de fått nya insikter kring hur normer påverkar. Så kloka reflektioner hos både cirkelledare och deltagare!

På följande sidor finner du ett urval av det som sagts vid utvärderingarna, men det finns en hel lunta till. Det skulle dock fylla en hel rapport om vi skulle presentera all klokskap som sagts under ledarutbildningarna och cirklarna.





## NÅGRA ORD FRÅN DELTAGARNA vid ledarutbildningen

15

” Jag har lärt mig hur jag kan göra så alla ska känna sig sedda och hörda och och välkomna”  
Salma

” Jag har lärt mig att våga hoppa över hindret, våga lita på mig själv. Våga se sig som kompetent person, någon som har bra saker att säga”  
Annika

” Vi känner oss trygga och då kan vi säga vad vi tycker”  
Souheila

” Det är viktigt lyssna på vad folk tycker och tänker”  
Ebba

” Jag har lärt att vara öppen, skapa positiv förändring. Ha en vision och ett fokus som andra kan beundra”  
Bernadette

” Jag har lärt mig hur man kan hålla koll så att ingen blir utfrusen ur gruppen”  
Luciana

” Utbildningen har hjälpt mig att reflektera över mina styrkor och svagheter som ledare, vilket är viktigt för min personliga utveckling”  
Noor

” Jag lärde mig att hur kan man vara en bra ledare, hur ska man lösa konflikter och sist men inte minst lärde mig nya ord på svenska som jag inte hörde någon annanstans. Och vågade prata”  
Maryam

” Jag har lärt mig att jag ska kunna vara mig själv, och kunna veta att det här är jag”  
Gege

” Jag har lärt mig mycket, som ledaregenskaper: förmågan att inspirera, motivera och vägleda andra. Några viktiga egenskaper inkluderar även kommunikationsförmåga och tålamod”  
Hasna

” Jag har lärt mig vikten av att skapa en inkluderande och trygg miljö för alla”  
Ayda

” Jag har lärt mig hur en ledare kan vara”  
Zelal

” Det bästa var att träffa andra människor i en vänlig miljö, lyssna på dem och lära känna deras tankar”  
Fahkra

” Det är viktigt att få skratta, som vi gjorde på välkomstövningen!”  
Senait

” Det bästa var att umgås med vänner men samtidigt prata om ´vettiga´ saker”  
Tindra

” Jag har lärt känna alla tjejer på ett nytt sätt.”  
Angelina

” För mig var det viktigaste att jag kunde tänka mer på min framtid. Jämställdhet var en av de bästa frågorna”  
Shirin

” Man kan se och förstå andras perspektiv mycket bättre.”  
Lisa

” Fick mer förståelse för mina egna tankar när man fick höra andras tankar. Jag fick lära mig skillnaden mellan självkänsla och självförtroende”  
Nora

” Jag har lärt mig hur olika familjer kan se ut/vara”  
Trinity

” Enligt min mening var det bästa ämnet att prata om jämställdhet att män och kvinnor ska ha samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter.”  
Yara

” Jag lärde mig om sociala medier och att jämställdhet är viktigt för mig”  
Gunel

” Man lär sig mycket om varandra”  
Ksenija

” Jag har lärt mig om min egna syn på vad jag har för självkänsla. Det var kul också att se hur andra ser på temat.”  
Sagal

” Det bästa var att snacka om olika vänskaper och hur man är en bra vän samt hur man hanterar konflikter”  
Olivia

” Vi pratade om hur Sverige fortfarande inte är helt jämställt. Vi pratade om skillnaden mellan lönen på fotbollsspelare alltså kvinnliga och manliga”  
Ksenija

” Det bästa var att lära känna nya personer”  
Emeli

” Alkohol var intressant att prata om. Man inte ska dricka när man är t.ex minderårig för att hjärnan har inte hunnit utvecklas än.”  
Emily

” Att sociala medier kan vara ohälsosamt för människor men det kan också ge bra nytta i livet”  
Paria

” Det är alltid trevlig miljö. Man längtar alltid till nästa träff.”  
Keisha

” Det är kul varje gång”  
Anna

” En sak som betydde mycket för mig va att jag inte blev dömd och att det kändes bekvämt att prata med tjejerna i gruppen.”  
Sabah



” Jag har utvecklat min förmåga att skapa en positiv samt inkluderande atmosfär”  
Solen

” Det blev så bra diskussion och jag blev imponerad av tjejernas engagemang och vilja att diskutera sjävkänsla på djupet”  
Salma

” Det har varit roligt att se hur gruppen har blivit en starkare gemenskap genom allas frågor och funderingar. ”  
Saya

” Jag skapade en positiv atmosfär i gruppen och gjorde aktiviteter som lockade deltagarna. En viktig insikt var att varje gruppdeltagare är unik, och det kan krävas olika sätt att kommunicera för att få alla att känna sig bekväma och engagerade.”  
Noor

” Det var jätteroligt och utmanande, att socialisera sig med människor och samtidigt kombinera jobb med aktivitet, där man gick runt väldigt mycket och rörde på sig”  
Daria, ambassadör och tidigare cirkelledare

” Det är det roligaste sättet, att lära sig av andra”  
Khadiatou

” Vi frågade alla innan om det var okej för dem att delta i ämnen som kan vara känsliga. Sen tog vi fram fika, saft och filter så de skulle känna sig välkomna.  
Ebba

” Som ledare var jag tålmodig, positiv, lyssnade på allas åsikter och stöttade dem. Jag lärde mig saker som utvecklade min personlighet och hjälpte andra med nöje.”  
Ayda

” Jag gillar att jobba med människor, så det var en väldigt bra upplevelse för mig”  
Madina

” Jag tycker att det har lärt mig väldigt mycket om hur människor funkar och det har gjort mig mer förbered på hur jag möter människor.”  
Leyla, ambassadör och cirkelledare

” Tack för att vi får möjligheten att göra detta”  
Yasna

” När det blev känslösamt för någon, har vi hanterat det genom att vara förstående. Vi har tagit en liten paus för att ge personen tid. När de har känt sig redo har vi frågat om det känns bra för personen att fortsätta med ämnet eller om vi skulle byta och gå vidare till ett annat ämne”  
Saya

# KOMMUNIKATION

## En stor del i Ta Plats Valsta har varit kommunikation.

### Extern kommunikation

Till det uppsökande arbetet för att hitta deltagare till ledarutbildningar och studiecirkel har vi tagit fram flygblad och rollups – ett bra sätt att få kontakt när vi stått vid marknadsbord och andra lokala arrangemang. Vi har även anordnat aktiviteter med syfte att nå nya deltagare; exempelvis pizzakvällar, öppna föreläsningar och diktläsning på 8:e mars tillsammans med Märsta bibliotek. En stor del av kommunikationen har även skett i kontakt med föreningar, fritidsgårdar, bostadsbolag och andra viktiga aktörer. Tack vare dem har vi nått många intresserade deltagare.

Förutom att marknadsföra ledarutbildningar och cirklar, så har vi även kommunicerat projektet externt för att intresserade ska kunna följa utvecklingen. Via vår hemsida, nyhetsbrev och i våra sociala kanaler har vi kontinuerligt uppdaterat om projektets gång.

Vi har även via tidningar och samverkanspartners Facebook-sidor blivit uppmärksammade för vårt arbete.

Som utställare på konferenser har vi berättat om projektet och fått stort gensvar. Vi har även besökt olika utbytesträffar såsom Idéer för livets träff för civilsamhällesorganisationer som jobbar med unga.

### Intern kommunikation

KSAN:s styrgrupp har träffats med jämna mellanrum och haft möten; fysiskt och digitalt. Utöver det, har vi haft strategidagar då styrgruppen kommit med inspel. Projektgruppen bestående av ordförande, kanslichef och projektledare har haft avstämningar mer regelbundet.

Projektet har dokumenterats i loggbok, mötesprotokoll, via kontinuerligt uppladdade foton samt i projektverktyg.



Kanslichef Maria Ljuslin och projektledare Jenny Andersson

Urval av  
evenemang där vi presenterat  
Ta Plats Valsta

7-8 feb  
Forum Jämställdhet

14-15 maj  
Skolsköterskornas kongress

1 juni  
Järvaveckan

23-24 oktober  
Drogfokus





Under 2024 deltog 30 tjejer/kvinnor i ledarutbildningen. Av dessa ledde 7 personer studiecirklar för jämnåriga; med i genomsnitt 5 deltagare i varje cirkel.

Ytterligare två arbetade som ambassadörer för projektet genom att på kreativa sätt rekrytera deltagare till studiecirkelarna.

Ytterligare 25 st deltog i föreläsningar som vi ordnade inom projektet.

Genom de nätverkstäffar vi bjöd in till nådde vi 50 personer. Utöver det har vi nått ytterligare 100 personer när vi deltagit i olika sammanhang i Valsta med TA PLATS, såsom Valstadagar, trygghetsdagar och utbytesträffar. Vi skapade plattformar för dialog, samverkan och kunskapsutbyte, vilket var möjligt tack vare alla engagerade krafter.

### Styrkor

Att vi sedan 2023 har ett upparbetat kontaktnät i Valsta har varit avgörande. Även det faktum att projektledaren gärna står på marknader och inte är rädd att lyfta luren, mejla eller prata inför folk, har varit en fördel. Samt att vi har stor vana av marknadsföring. En förutsättning har även varit att vi har kunnat ha våra utbildningar och cirklar i Hyresgästföreningens lokal i Valsta.

### Styrgrupp och kansli

KSAN har en erfaren styrelse med bred kompetens från olika håll i samhället. Som styrgrupp för TA PLATS har de kunnat hålla i projektet och styra åt rätt håll. KSAN:s kansli har bred erfarenhet av att både arbeta mot unga som att jobba uppsökande. Allt detta har vi kunnat ta med oss in i projektet med gott resultat.

KSAN:s engagemang för att lyfta ungas röster och särskilt synliggöra tjejers utmaningar och stärka deras möjligheter, är genuint och vi har kunnat ta med oss viktiga lärdomar och kunskaper in i projektet, liksom att vi har fått nya viktiga lärdomar och erfarenheter längs vägen. .



### Utmaningar

Den största utmaningen har varit att hitta deltagare till cirkelarna. En del av dem som ville leda cirklar hade själva svårt att hitta deltagare då de saknar i mångt och mycket egna nätverk. Det i sig gav oss lärdom om hur viktigt vårt projekt har varit. En annan utmaning var tiden. Flera av de som ville delta i cirkelarna vill inte gärna binda upp sig på många träffar. Då planerade vi om och löste det genom att ge fler tjejer och kvinnor chans att leda cirklar men med färre träffar, vilket visat sig var mycket lyckat. Även vid fem träffar upplever cirkelledare och deltagare att de fått många nya insikter och lärt känna varann på helt nya sätt.

### Målgrupper

Målgruppen är tjejer och kvinnor i åldern 14-27, men vi har sett intresse upp till 45-årsåldern.

Vi ordnade därför utbildningarna efter ålder och vi anpassade även efter behov. Några önskade ses dagtid, andra kvällar eller helg. Det var flera faktorer som spelade in, SFI eller andra studier, om de arbetar eller är föräldralediga.



# GÄSTFÖRELÄSNINGAR inom jämställdhet

Vi har inom ramen för Ta Plats Valsta bjudit in nuvarande och tidigare deltagare till följande gästföreläsningar:

- Om påverkansarbete med Irma Kilim Ahnsjö, ansvarig för folkhälsa på Systembolaget (rankad bland topp 75 som Framtidens kvinnliga ledare hos Ledarna år 2022)
- Om nättrygghet med Johanna Lindström, jurist och projektledare för Lajka, en digital kostnadsfri plattform med material för elever, skolpersonal och föräldrar. Drivs av Prinsparets stiftelse.
- "Nästa generations relationer" om jämställd ekonomi; med Lina Von Tell, Fredrika Bremerförbundet. Om att unga ska kunna gå in i, stanna och lämna en relation och bibehålla sin ekonomiska egenmakt.
- Om ledarskap och motivation med Katarina Vikström, HR & Kundenservicechef på kommunala bostadsbolaget Sigtunahem.
- Najat Abbas om hållbart och inkluderande ledarskap, utifrån sitt arbete på The Good talents som tillvaratar talanger i områden med socioekonomiska utmaningar. 2024 tilldelades hon en 2:a plats i Ledarnas årliga utmärkelse "Framtidens kvinnliga ledare" för sitt inkluderande ledarskap.



Irma Kilim Ahnsjö

*"Najat är ett bra exempel på att utrikesfödda kvinnor, och barn som växer upp med utlandsfödda föräldrar, har en stor potential som vi alla behöver för ett mer inkluderande och bättre Sverige"*  
Irem



Najat Abbas





# NÄTVERK

## TA PLATS

I **TA PLATS** ingår också att utveckla relationerna och dialogen med sociala aktörer i Valsta. De har lokalkännedom och det är i dialog med de redan verksamma vi kan utveckla vårt projekt och nå ut så långt som möjligt. En viktig del var därför att de nätverksträffar vi skapade under 2023 fortsatte vid fyra tillfällen under 2024. Även denna gång var ABF Norra Stockholms län och Svenska kyrkan Valsta medarrangörer.

Vi fortsatte prata om hur vi kan utveckla samverkan ytterligare, hur nätverket blir som mest givande, och vi lyfte allt det fina arbete som görs i Valsta och människorna som bor där.

Till **träffarna** kom fältassistenter med ansvar för Valsta och Sigtuna, representanter från Socialförvaltningen, Kulturskolan, Svenska kyrkan och ABF NSL. Medverkade gjorde även lokalt förankrad polis, lokala politiker, Kvinnojouren Sigtuna, Stadsdelsmammor, lokala muséer, Shiamuslimska församlingen samt deltagare vid ledarutbildningen.

Fokus var frågor om vad görs idag? Vad finns behov av? Hur kan vi samverka? Vid en av träffarna gästade tidningen Accent och skildrade sedan våra samtal i en artikel. Fokus vid det tillfället var alkohol och andra droger, utifrån Skolundersökningens färskaste resultat, men vi pratade även om separatistiska arenor.

**Träffarna med unga i fokus** blev givande runda-bords-samtal mellan civilsamhälle, kommun och andra engagerade socialt ansvarstagande aktörer i Valsta med omnejd. Tack för all klokskap, de goda samtalen och allt engagemang!

I april anordnade vi och Sigtuna museum & Art en guidad visning i Valsta, där deltagarna vid ledarutbildningen fick se och diskutera konst kring identitet samt skapa egna verk. Det var en del i påverkansarbetet, att uttrycka sig genom konst.





TA PLATS TAR PLATS  
I MEDIA

Med stolthet har vi visat vårt projekt i olika sammanhang, för att belysa vilken skillnad den här formen av verksamhet gör för individer, lokalsamhällen och på nationell nivå; vikten av att lyfta flickors och kvinnors röster.

Vi har därför kontaktat tidningar och organisationer och frågat om de vill skildra vår verksamhet, och det här funnits ett stort intresse.

Vi har velat visa på goda exempel och inspirera andra att tillvarata tjejers och kvinnors kompetens och röster. Vi har velat lyfta de röster som inte alltid hörs i media. Därför ör det deltagarna själva som varit i fokus, medan projektledare och kanslichef kommit med inspel.



**Hem & Hyra** Nyheter Lokalt Tips & Råd TV R

**JUST NU** Från pallverksamhet till knarkplantage - tolv kilo cannabis hittades i uthyrthus

### Ayada och Noor tar plats efter kurs i ledarskap: "Vi har blivit bättre på konflikthantering"

IDAG KL 13:43

**SIGTUNA** Ayada och Noor är två unga kvinnor som går en ledarskapsutbildning i Hyresgästföreningens lokal i Valsta. Det är den ideella organisationen KSAN som lär ut ledarskap för att stärka kvinnorna så de tar mer plats, både lokalt och i samhället i stort. "Det vi lär oss har man nytta av både i arbetslivet och privat", säger Ayada.

Foto: Linda Dahlin

Ayada El Omari, Jenny Andersson och Noor Migdadi utanför HGF:s lokal på Frejgatan i Valsta.

Ayada El Omari och Noor Migdadi lärde känna varandra för tre år sedan och har mycket gemensamt. De har bott i Sverige ungefär lika länge, bor båda i hyresrätt med sina män och sedan i höstas går det en de samma ledarskapskursutbildning för unga kvinnor i Valsta.

Bakom utbildningen "Ta plats Valsta" står den ideella organisationen KSAN, Kvinnoorganisationernas samarbetsråd i alkohol och narkotikafrågor.

De arbetar för kvinnors och tjejers hälsa och drog igång ledarutbildning för unga kvinnor första gången under hösten 2023. Förra året startade omkring två som håller på fram till mars i år. Utbildningen består av cirka åtta träffar.

Hem & Hyra

### Samverkan som ger resultat

Vi har under sommaren haft ett fint samarbete med RC SGU där mamman för första gången köpt och provat olika sporter och haft olika övningar för att få en bättre förståelse om förmågan och om vad kommunen har att erbjuda. Detta har resulterat i mer glädje hos mamman. De som har varit på plats för att vi varit duktiga och de har så många situationer många mamman har varit duktiga även till förmågan. Vi ser fram emot att fortsätta detta fina samarbete.

Familjevetenskap har varit väldigt behjälplig vid rekrytering av deltagare genom bland annat Opna Öron och Mamma United deltagit. Vi har även ett samarbete med EttLäroår/Projekt där några mamman har deltagit i öppna öron och fått mer kunskap om den svenska arbetsmarknaden.

KSAN har erbjudit en ledarskapsutbildning där flera från Mamma United deltagit. Vi har även ett samarbete med EttLäroår/Projekt där några mamman har deltagit i öppna öron och fått mer kunskap om den svenska arbetsmarknaden.

Vi är tackfulla för alla fina initiativ som ger våra deltagare nya

Mamma Uniteds verksamhetsrapport

Ämnen för alla ålder

Utbildning i att ta plats

Eventinformation

Datum: 10-11/2023, 10-11/2023, 10-11/2023

Plats: Mamma United, Sigtuna

Plas: Mamma United, Sigtuna

Plas: Mamma United, Sigtuna

Sigtuna kommuns hemsida

### HÅLLBARHETS-REDOVISNING 2023

Mamma United samarbetade under året med Kvinnoorganisationernas samarbetsråd i alkohol och narkotikafrågor (KSAN) i projektet "Ta plats". Projektet bestod bland annat av studiecirkel för att stärka unga kvinnors rättigheter och en ledarutbildning för att stärka kvinnors ledarskap.

Sigtuna kommuns hållbarhetsredovisning 2023+2024

Sigtuna kommuns Facebook-sida





## TA PLATS

Att genomföra detta projekt har varit oerhört givande till största del på grund av alla de fantastiska människor vi har lärt känna på vägen. Kompetenta och engagerade individer och socialt engagerade aktörer med Valstas invånare och särskilt unga i fokus. Som öppnar upp, bjuder in och skapar ovärderliga sammanhang. Framförallt vill vi tacka deltagarna som var så generösa med sig själva, deltog så aktivt och klev fram och utmanade sig själva, sina egna normer och vågade kliva fram som blivande ledare. Och de deltagare som lyssnade, gav plats, tog plats, lärde ut och lärde nytt. Både ledare och deltagare är en viktig del av Valstas framtid. TACK!





[info@ksan.se](mailto:info@ksan.se)



**KSAN**  
**Tegelviksgatan 40**



[www.ksan.se](http://www.ksan.se)

