

# ***Isolation to inclusion***

*Hur förändrar vi den ofrivilliga  
ensamheten bland studenter?*

---

**Analys**





## ***Vi har lärt oss massor av er!***

På följande sidor sammanfattas våra analyser av de kunskaper och insikter vi fått så här långt genom möten, diskussioner, workshop, omvärldsanalys och tidigare erfarenheter.

Denna analys delas upp i:

- **Codex**
- **Deltagarna**
- **Krafter**
- **Fajten**

Alla dessa används som grunder i vårt framtagande av konceptet.





*Codex*





# *Codex*

Codex är en analys av de sätt vi som måste förhålla till deltagarna i ett innovationsprojekt, både när vi arbetar med idéerna till projektet men inte minst när vi skapar upplevelsen de ska delta i.

Codex blir därför en konkret beskrivning av hur den slutgiltiga upplevelsen faktiskt ska upplevas.

Det här kan liknas med en samling ordningsregler, rules of conduct, men är också ett sätt genom vilket vi kan säkerställa att vi alltid utmanar oss själva, ställer krav på oss själva och att vi jagar lösningar som verkligen gör skillnad för deltagarna.

***Detta AHA! grundas på  
följande aktiviteter,  
övningar och källor:***

- Övningen "Genom tratten"
- Övningen "Deltagarleken"
- Övningen "Tre cirklar"
- Diskussioner i övningarna
- Övriga diskussioner





## ***Codex för projektet***

I detta projekt och i resultatet av projektet ska vi alltid:

- **Vara inkluderande**
- **Vara vägledande**
- **Vara nudge:ande**
- **Vara sammankopplande**





*Deltagarna*





## *Deltagaren*

Vi pratar alltid om deltagare. Deltagare konsumerar inte enbart, utan bidrar och formar upplevelsen utifrån sig själva. Att prata om deltagare istället för målgrupp, personas eller mottagare gör att vi hela tiden måste tänka på att de är unika människor. Alla med sina egna förutsättningar, viljor och drivkrafter.

Genom att skapa deltagare med namn, intressen och känslor tvingar vi oss att utgå från människor när vi jobbar kreativt. Ur dessa kan vi sedan skapa tre övergripande deltagare som i det här projektet signalerar de plattformen behöver samla och frigöra.

***Detta AHA! grundas på  
följande aktiviteter,  
övningar och källor:***

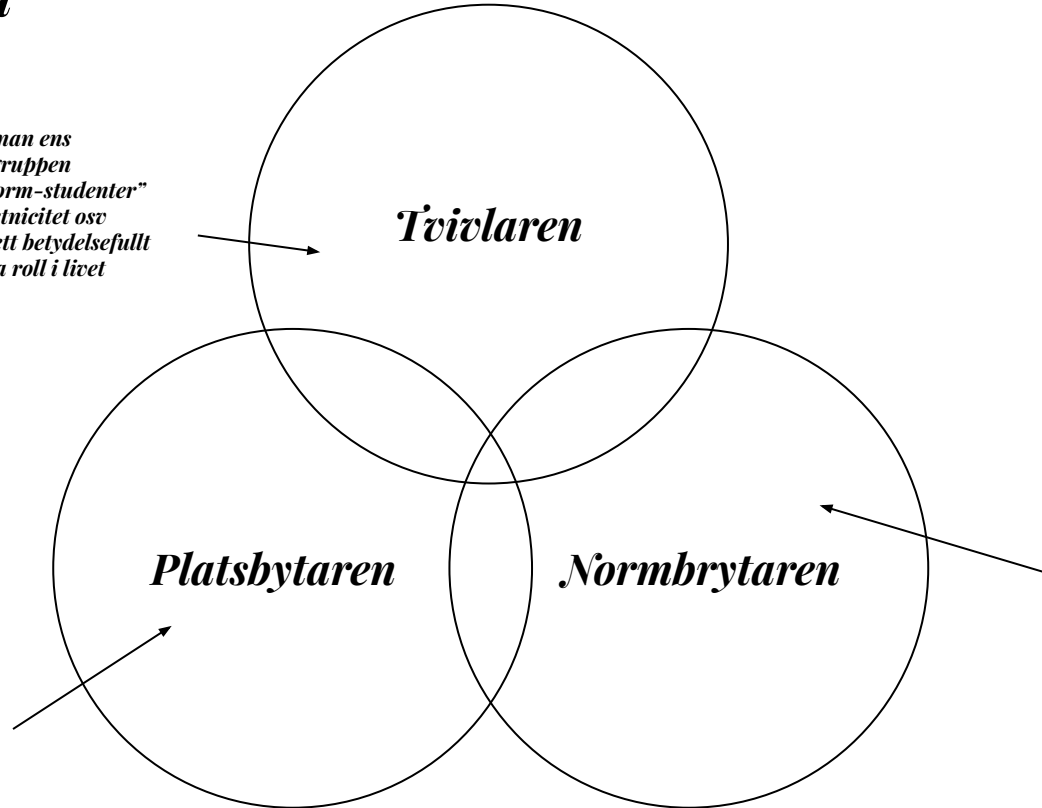
- Övningen "Genom tratten"
- Övningen "Deltagarleken"
- Övningen "Tre cirklar"
- Diskussioner i övningarna
- Övriga diskussioner





# *Deltagaren*

- *Osäker på sig själv innan ens interagerat med nya gruppen*
- *“Udda fågel i bland norm-studenter”*
- *Minoritet pga ålder, etnicitet osv*
- *Stort behov av att få ett betydelsefullt sammanhang i sin nya roll i livet*



- *Bytt miljö/nätverk*
- *Ofta nyfiken*
- *Osäker på platsen*
- *Rädd att missa något*
- *Outsider*
- *Prova-på-are*
- *Ensam*
- *Stort behov av nya kontakter för att komma in i nya gruppen*

- *En högre tröskel till social interaktion pga funktionsvariation*
- *Behöver “rätt” stöd*
- *Vill visa att hen är mer än sin variation*
- *Vill hitta trygghet i nya miljön*
- *Stort behov av att få ett betydelsefullt sammanhang i sin nya roll i livet*





*Krafter*





# *Krafter*

Den viktigaste delen av AHA!-analysen inför de kommande faserna är definitionen av de krafter som vi ser ska driva upplevelsen och deltagarna på plattformen.

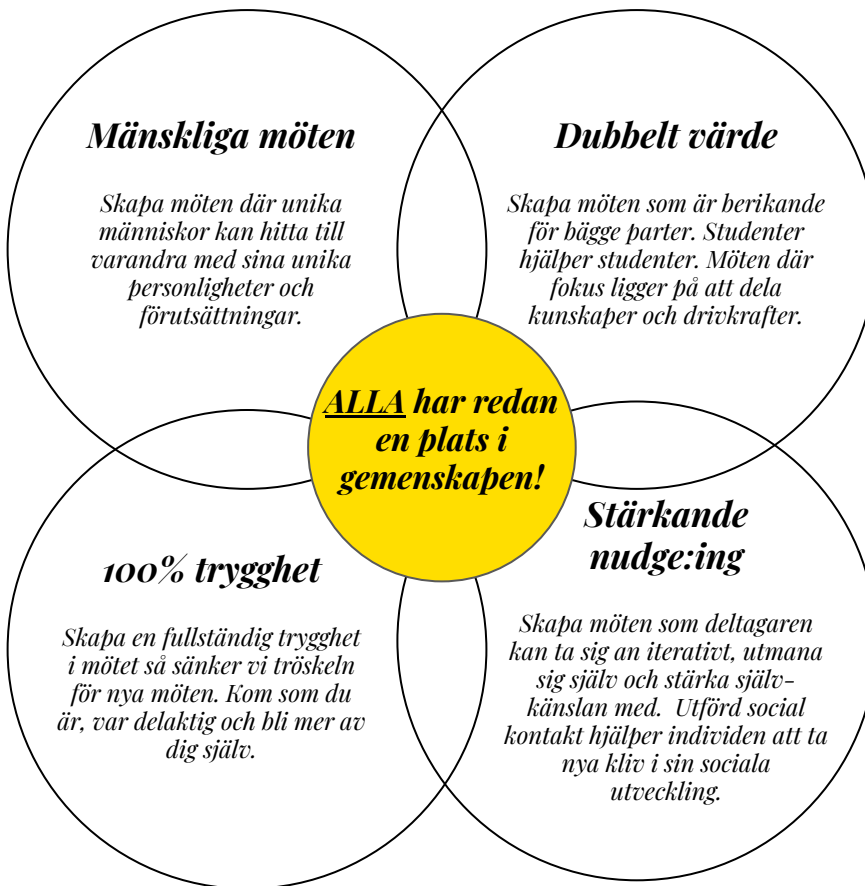
Det här är de krafterna som ska utgöra själva kärnan av alla de idéer, lösningar, upplevelser och möjligheter som vi ska ge deltagarna. Så det är också vår uppgift att alltid försöka kombinera dem och låta 1+1+1 bli större än 3.

*Detta AHA! grundas på  
följande aktiviteter,  
övningar och källor:*

- Hela AHA!-fasen



# Krafter







*Fajten*





## *Fajten*

Fajten är ett kraftfullt sätt att omvandla sitt varför till ett emotionellt uppdrag med ett lika emotionellt mål. Anledningen till varför denna övning tillför ett värdefullt innehåll till en innovationsprocess är att den tar höjd för att ett kreativt team i grund och botten är en samling människor som behöver en gemensam kraft att utgå från. Risken är att man gärna bygger sina projekt kring intellektuella och abstrakta missioner, visioner och värdeord som alla har sin egen tolkning av.

Fajten behöver inte tolkas. Den säger vad vi ska fajtas för och vad vi kommer uppnå om vi tar fajten i allt vi gör.

***Detta AHA! grundas på  
följande aktiviteter,  
övningar och källor:***

- (Övningen "Fajten")
- Diskussioner kring övningen
- Övriga diskussioner



*Fajten*



*Tjänsten fajtas för  
att ALLA ska hitta SLN gemenskap  
att hämta kraft ur så att  
ensamheten får stiga åt sidan.*



The background of the slide is a bright yellow image of a forest. The trees are mostly bare, with some evergreens visible in the lower part of the frame. The lighting is very bright, creating a high-contrast, almost ethereal atmosphere.

***Koncept***



## *Ett gemensamt intresse löser inte ensamheten*

Att hitta ett gemensamt intresse med en annan person kan vara en väg in i en social situation, men det resulterar inte automatiskt till given fortsatt kontakt.

Exempel;

*Thea älskar att virka och stämmer träff med virkproffset Kim. Thea har innan de ska ses höga förhoppningar att Kim ska bli hennes väg ur ensamheten. När de väl träffas visar det sig att Kim är en djupt troende Sverigedemokrat långt ut på den högra skalan som tycker att allt utanför kärnfamiljen är fundamentalt fel. Thea som är bisexuell, ateist och vänsterpartist känner direkt att bara kärleken till virkningen inte räcker till för att dom ska bli vänner.*

Efter att vi har vänt, vridit och analyserat materialet från workshopen kom vi fram till att om vi ska kunna göra skillnad måste alla konceptideer i projektet baseras på värdegrund. Det är personer som du delar värdegrund med som du helst vill hänga med.

Denna insikt ledde oss fram till en formel vi anser bör bli lösningsmodellen för I2I.





***Människa + intresse***

---

***Värdering***





***Människa + intresse***

---

***Värdering***

***Människa + händelse***

---

***Värdering***





***Människa + intresse***

---

***Värdering***

***Människa + händelse***

---

***Värdering***

***Människa + aktivitet/förening***

---

***Värdering***





***Människa + intresse***

***Värdering***

***Människa + händelse***

***Värdering***

**=**

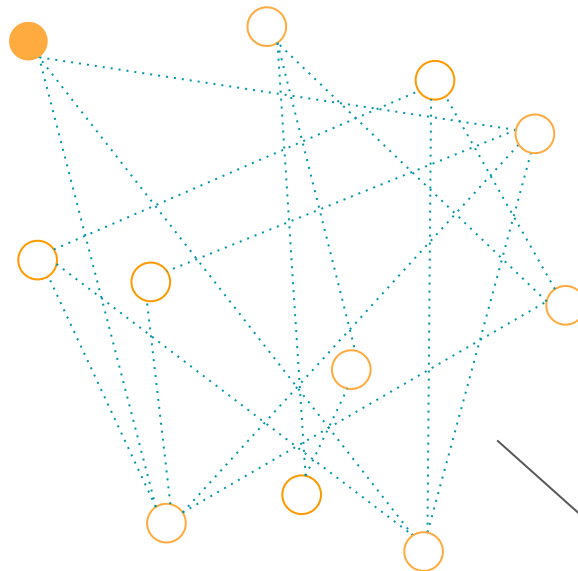
**?**

***Människa + aktivitet/förening***

***Värdering***



***Deltagaren***

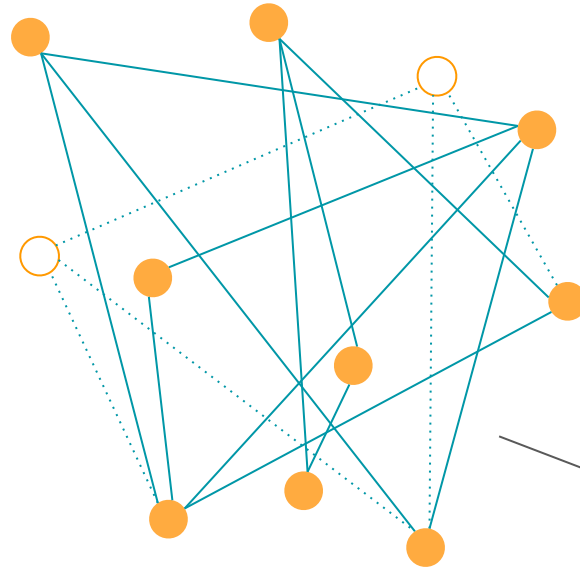


***Det oupptäckta  
nätverket***



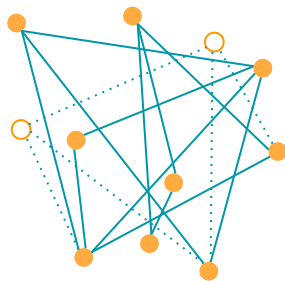






***Det upptäckta  
nätverket!***





***Närmaste Gemensamma Nämnare***



## ***Utomkroppsligt***



## ***Inomkroppsligt***



## ***Utomkroppsligt***



## ***Inomkroppsligt***





## ***Utomkroppsligt***



## ***Inomkroppsligt***

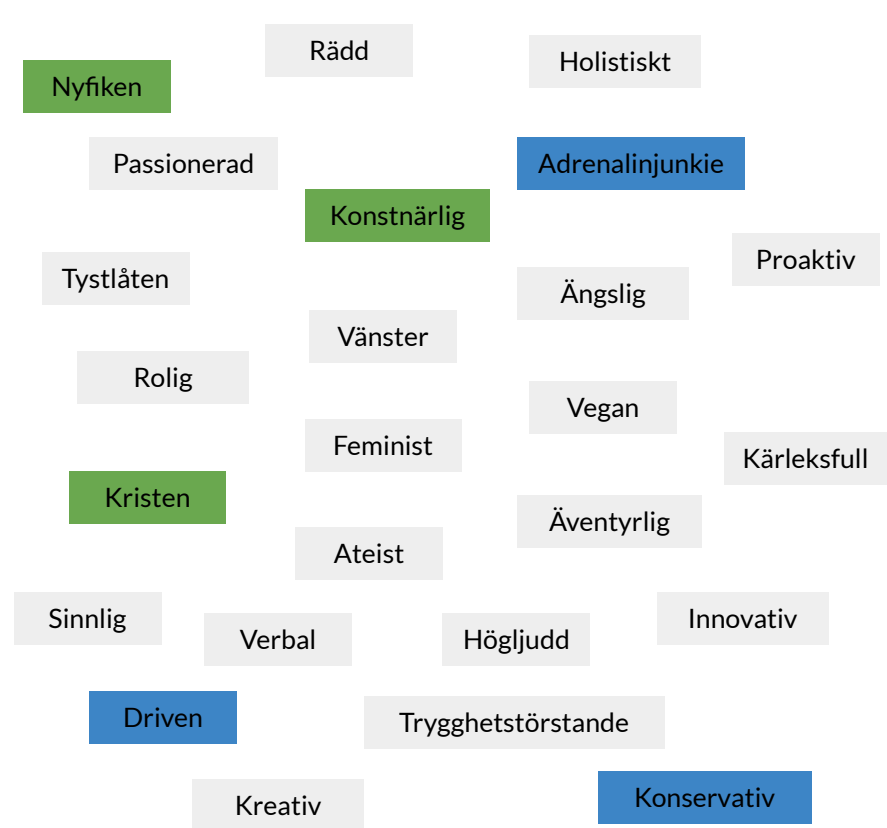




## ***Utomkroppsligt***



## ***Inomkroppsligt***





## ***Utomkroppsligt***



## ***Inomkroppsligt***





*Lätt att skapa*

*Liten effekt*

HÄJK

*Stor effekt*

*Svår att skapa*





***Fånga intresse***



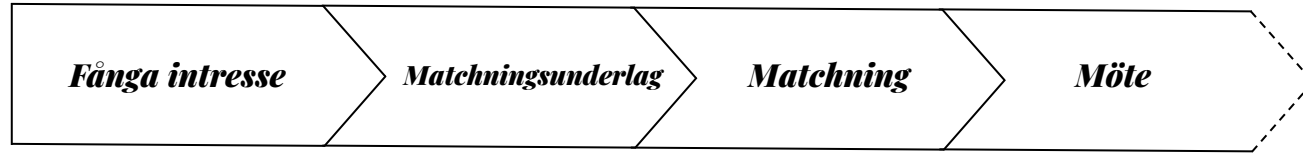
***Fånga intresse***

***Matchningsunderlag***

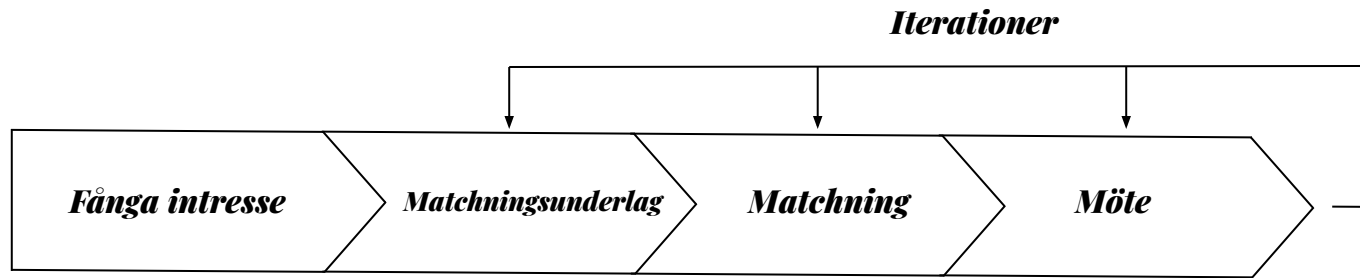




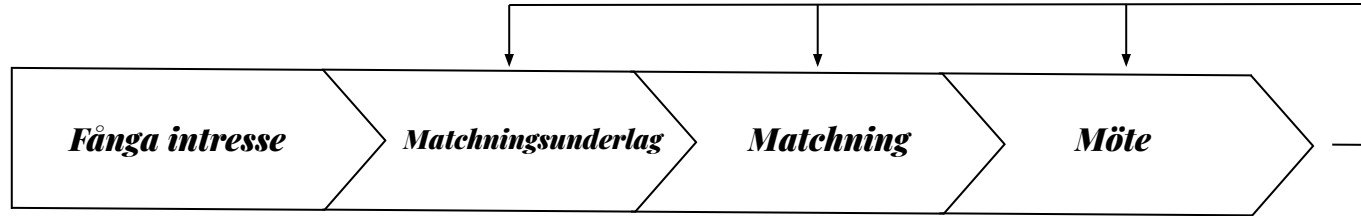












- A4
- WEBB
- APP
- ...

- PERSON
- ALGORITM
- AI
- ...

- CHATT
- VIDEOMÖTE
- FYSISKT MÖTE I GRUPP
- FYSISKT MÖTE I TRIO
- FYSISKT MÖTE 1:1
- ...

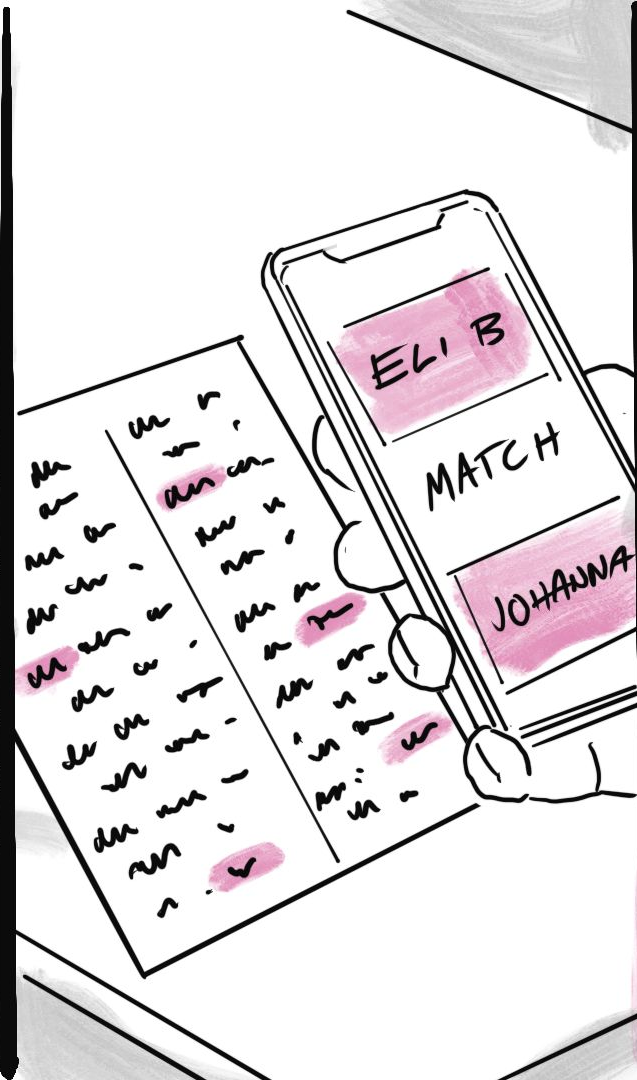
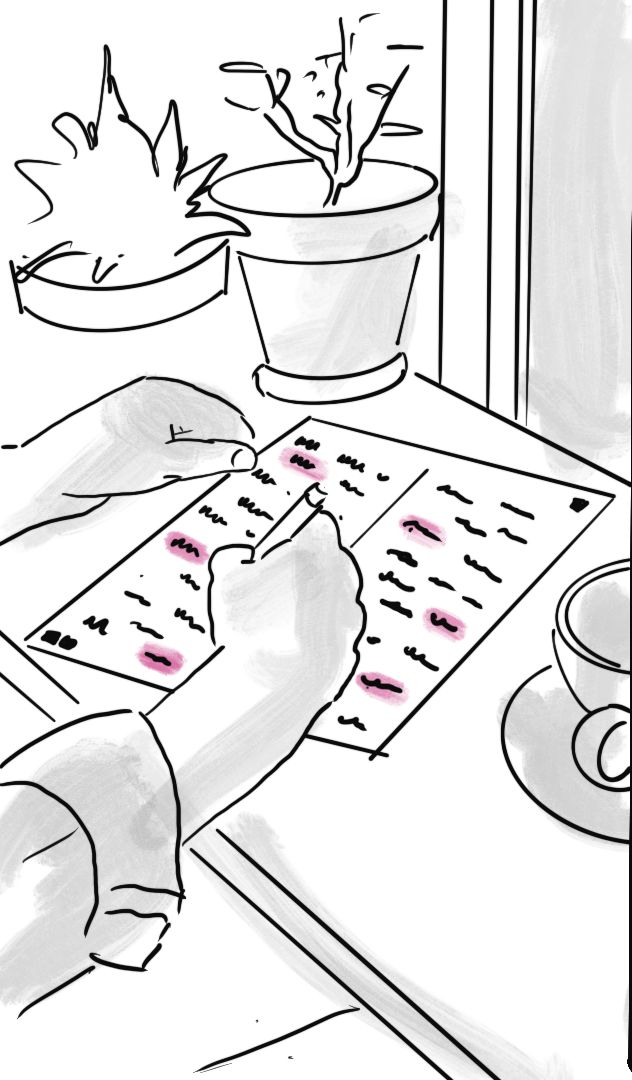


***Ett sätt att komma vidare***



Modelltest: ***Kompiscafé***



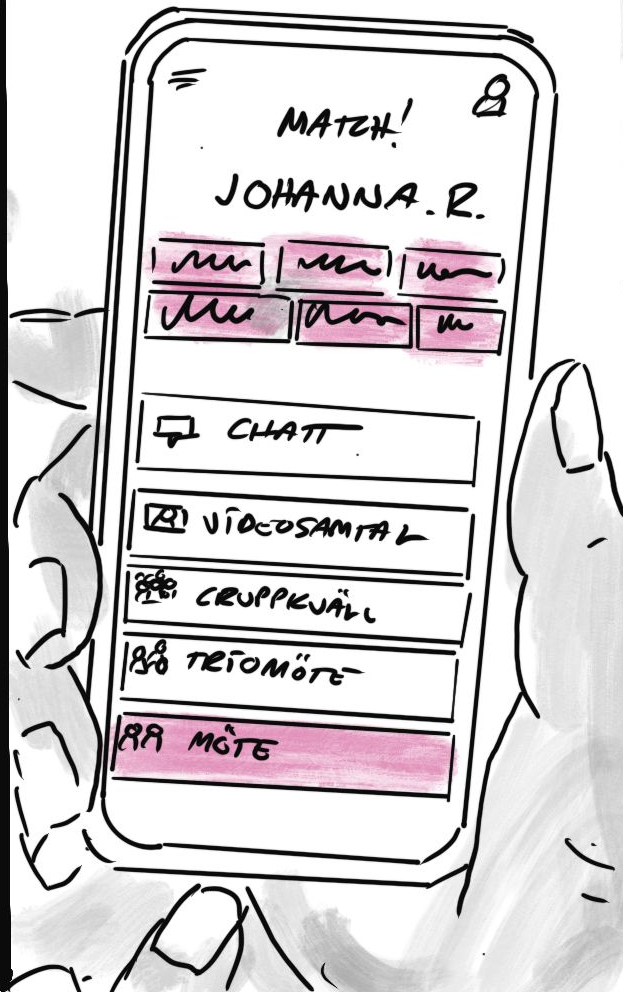




Modelltest: ***Kompiscafé***

Proto webb: ***NGN-webb***







Modelltest: ***Kompiscafé***

Proto webb: ***NGN-webb***

App: ***Care 2 Meet***







***Ofrivillig ensamhet?***



EN ORSAK

EN ORSAK TILL

ÄNNU EN  
ORSAK







# Orsaker till ofrivillig ensamhet

## Språklig/kulturell barriär:

- från ett annat land/kultur
- språket
- fördomar
- religiös/etnisk minoritet
- "fel" hudfärg/religion

## Händelse:

- separation
- konflikt
- familjen finns inte till hands på samma sätt
- skam/stigma
- sjukdom

## Bild av omvärld:

- ser när andra umgås (sociala media)
- 1:a intryck

## Självförtroende:

- låg självkänsla/dåligt självförtroende
- känsla av att inte passa in
- alla andra ser ut att passa in så bra
- familjesituation som känns onormal
- låg självkänsla och vågar inte ta kontakt

## Variation/hälsa:

- trauma/ptsd
- skadad el. handikappad "brukade träna"
- funktionsvariation
- depression
- sjuk
- ett "icke givande" sammanhang
- ångest
- NPF
- psykisk ohälsa
- NPF-diagnos (eller inte, än, i väntan på)
- mental ohälsa
- missbruk

## Resursbrist:

- tuff ekonomisk situation
- ekonomi, brist på pengar. måste jobba, brist på tid
- sämre ekonomiska förutsättningar än klasskompisarna

## Historia:

- tidigare erfarenheter (ex mobbing)
- blivit mobbad i skolan



# Orsaker till ofrivillig ensamhet

## Existens:

- sorg/saknad
- dödsfall i familjen
- existentiellt mående

## Kontaktyta:

- distansstudier
- inte hitta roliga sammanhang
- jag har ingen att dela personliga samtal med
- svårt att veta vad som händer runt Universitet
- kan inte de sociala koderna i studentmiljön
- inga sociala nätverk
- svårt att hitta nya vänner med samma intressen
- utanför etablerade grupper
- bor själv i en lägenhet

## Studentliv:

- nykter
- gillar inte att festa
- ej intresserad av att utföra normaktiviteter (krök)

## Förflyttning:

- flyttat från familj/vänner
- ny som student
- nyinflyttad
- precis flyttat hemifrån
- studieuppehåll
- bytt program
- stor ny förändring (flytt, inte pluggat på länge)

## Personlighet:

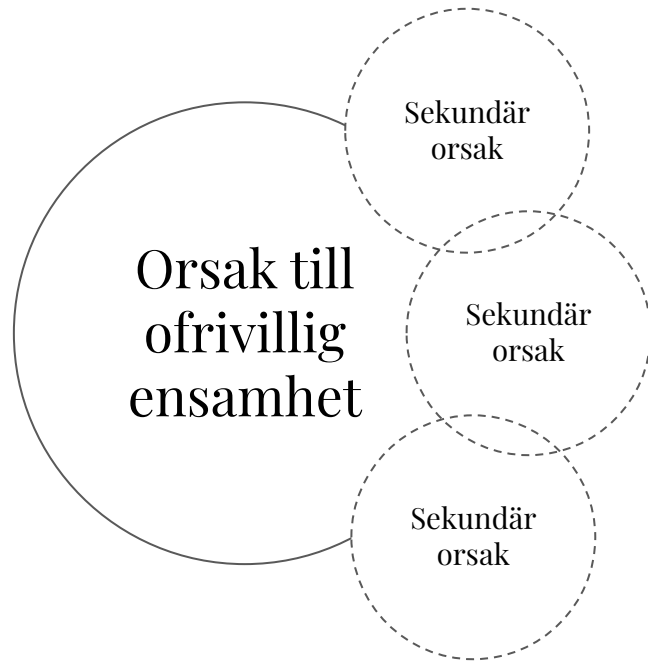
- blyg
- är inte initiativtagande
- introvert
- svårt/vågar inte ta för sig
- personlig egenskaper
- otrygg med att möta nya människor
- social ångest
- svårt med sociala koder



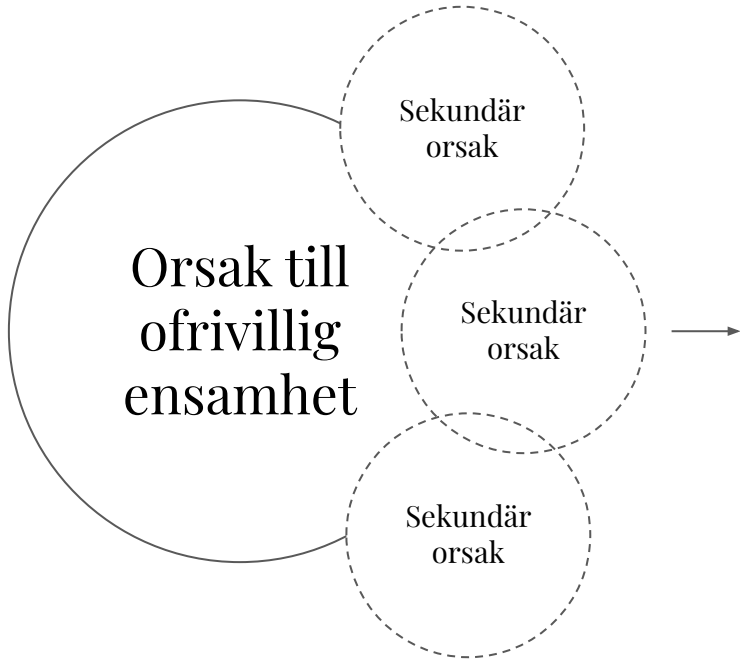


Orsak till  
ofrivillig  
ensamhet



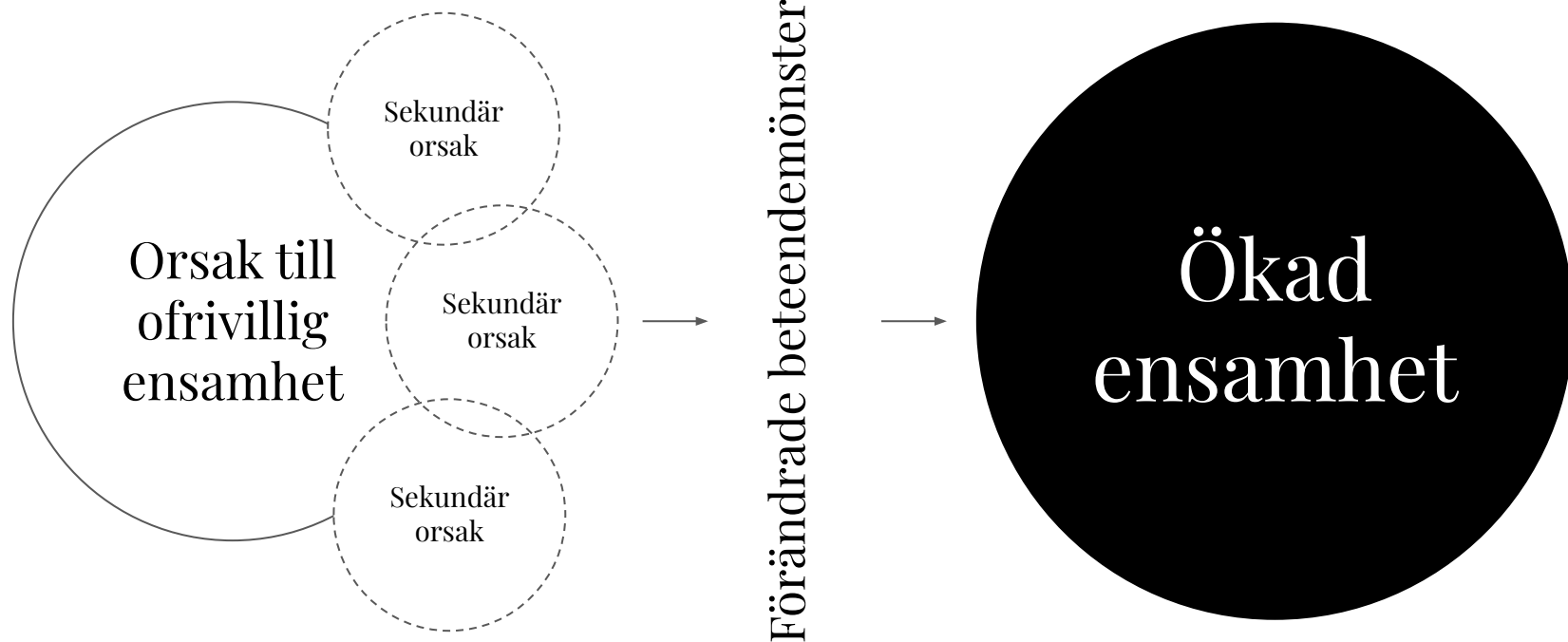






Förändrade beteendemönster







## Bryt ensamheten med EASE

Den amerikanske socialpsykologen John T. Cacioppo har tagit fram en handlingsplan för hur en individ kan göra för att bryta sin ensamhet kallad EASE.

**E: Extend yourself.** Ta första steget till kontakt genom att hälsa, småprata och ha ögonkontakt med andra människor.

**A: Action plan.** Fundera ut sammanhang där du kan träffa likasinnade och sök dig till dem, exempelvis en kör eller förening.

**S: Selection.** Välj vilka du vill bli vän med och investera i detta fåtal.

**E: Expect the best.** Utgå från att människor omkring dig vill dig väl.



***Dags att uppfinna!***



*Vad är kreativitet?*





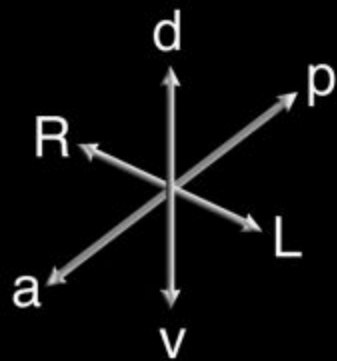
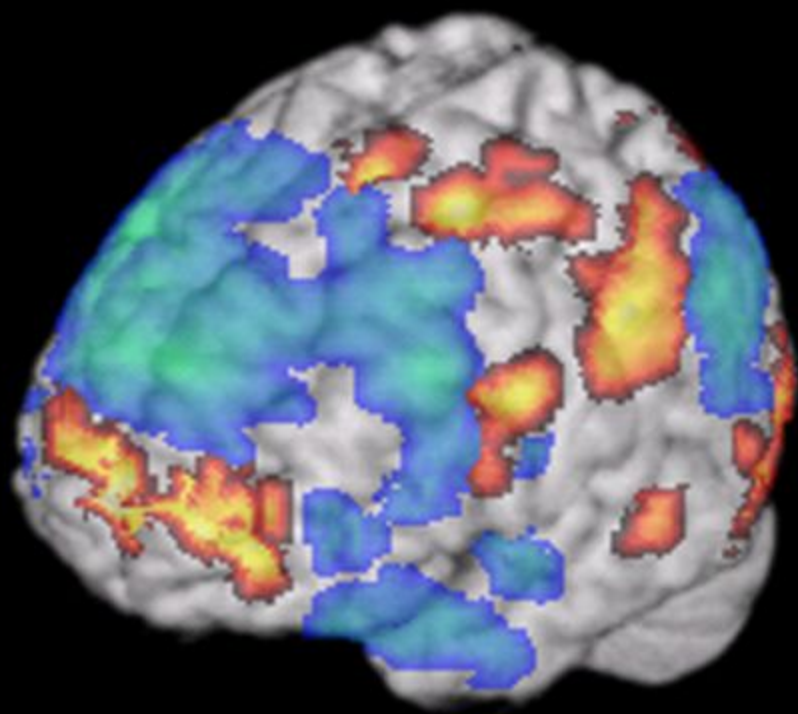




















*Deltagaren*



### ***Ålder***

- 1: 19 år**
- 2: 21 år**
- 3: 23 år**
- 4: 25 år**
- 5: 28 år**
- 6: 42 år**

### ***Kommer från***

- 1: Robertsfors**
- 2: Torsby**
- 3: Helsingborg**
- 4: Karlstad**
- 5: Stockholm**
- 6: Prag**

### ***Drömmer om***

- 1: Framtiden**
- 2: Utveckling**
- 3: Förändring**
- 4: Upplevelse**
- 5: Sammanhang**
- 6: Äventyr**

### ***Läser till***

- 1: Jurist**
- 2: Lärare**
- 3: Sjukvårdare**
- 4: Kommunikatör**
- 5: Webbutvecklare**
- 6: Ingenjör**

### ***Älskar***

- 1: Solen**
- 2: TikTok**
- 3: Frukost**
- 4: Hundar**
- 5: Armhävningar**
- 6: Musik**

### ***Avskyr***

- 1: Kärnkraft**
- 2: Maskerader**
- 3: Matlådor**
- 4: Kallprat**
- 5: Rasism**
- 6: Fuktskador**



## Anledning/ar till ensamhet?

Intressen?

Gillar i Karlstad?

Könsidentitet?

Bästa resekompis?

Bästa minnet från  
barndomen?

Värsta  
mardrömmen?



Favoritdryck?

Familj?

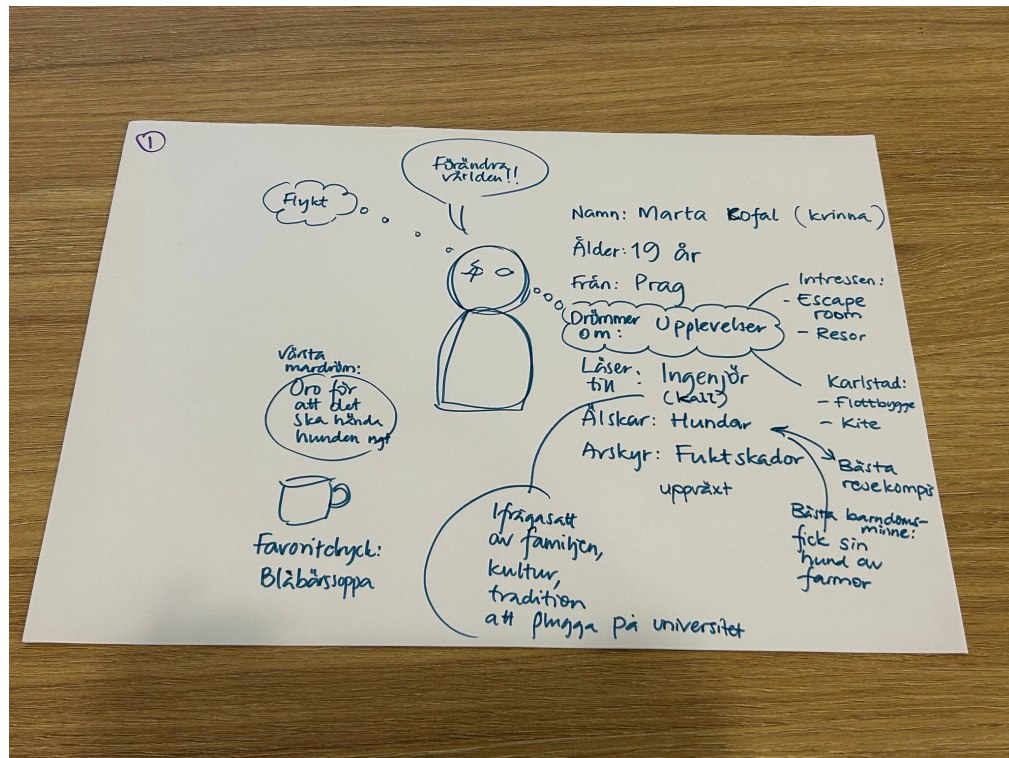




Namn: **Marta Cofal**  
Ålder: **19**  
Från: **Prag**  
Drömmer om: **Upplevelser**  
Läser till: **Ingenjör**  
Älskar: **Hundar**  
Avskyr: **Fuktskador**

Gillar i Karlstad: **Flottbygge och kite**  
Bästa resekompis: **Hundar**  
Värsta mardröm: **Att det ska hända hunden något**  
Familj: **Bor kvar i Prag**  
Favoritdryck: **Blåbärssoppa**  
Bästa minnet från barndomen: **När hon fick sin hund av farmor**  
Könsidentitet: **Kvinna**  
Intressen: **Escape room, resor**

Anledning/ar till ensamhet:







Namn: **Kajsa Saavolinna**

Ålder: **42**

Från: **Helsingborg**

Drömmer om: **Äventyr**

Läser till: **Sjukvårdare**

Älskar: **Musik**

Avskyr: **Rasism**

Gillar i Karlstad: **Musikkåren men inte vågat ta  
initiativ till att delta**

Bästa resekompis:

Värsta mardröm: **Att förbli ensam**

Familj: **Nyseparerad (men vid gott mod)**

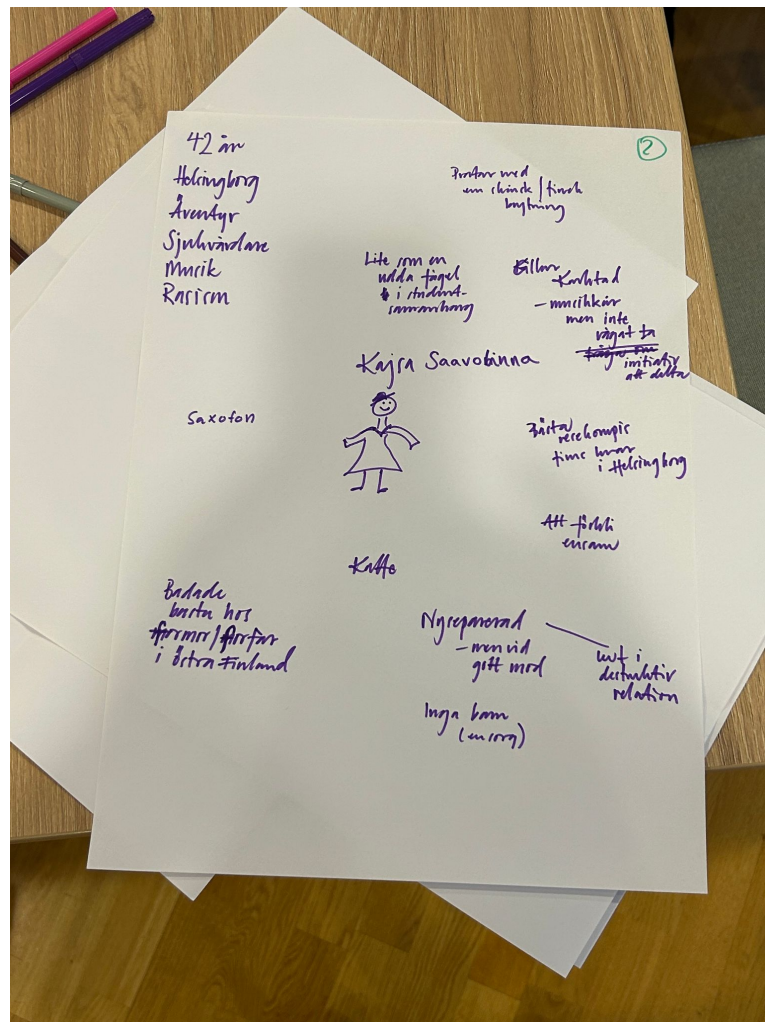
Favoritdryck: **Kaffe**

Bästa minnet från barndomen: **Bada bastu hos farmor  
och farfar i östra Finland**

Könsidentitet: **Kvinna**

Intressen: **Saxofon**

Anledning/ar till ensamhet: **Lite som en udda fågel i  
studentsammanhanget, levt i destruktiv relation -  
svårt att lita på människor**







Namn: **Kim Larsson**

Ålder: **21**

Från: **Torsby**

Drömmer om: **Äventyr**

Läser till: **Jurist**

Älskar: **Hundar**

Avskyr: **Rasism**

Gillar i Karlstad: **Skutberget**

Bästa resekompis: **Hunden**

Värsta mardröm: **Att mormor eller hunden ska dö**

Familj: **Mormor och hund**

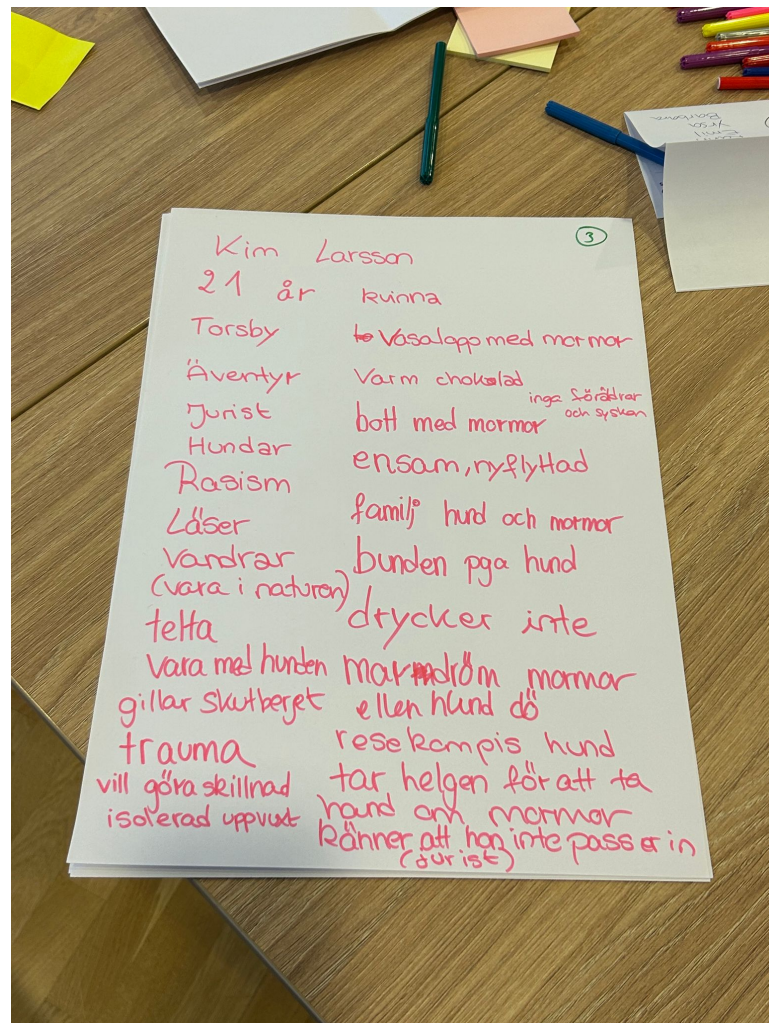
Favoritdryck: **Dricker inte**

Bästa minnet från barndomen: **Vasaloppet med mormor**

Könsidentitet: **Kvinna**

Intressen: **Tälta, vara med hunden, vandra och läsa**

Anledning/ar till ensamhet: **Tar han om mormor på helgerna och känner inte att hon passar in varken hemma i Torsby eller i Karlstad**





*Sämsta sättet att...*



HÄJK

# *Sämsta sättet att hjälpa någon som är ensam?*

*5 min tyst!*  
*En idé per Post-It!*





*Idéstaftten*







*ОСН!*



ÄNNU EN IDÉ!

EN IDÉ!

EN IDÉ TILL!

ÄNNU EN IDE!

EN IDÉ TILL!

EN IDÉ TILL!

EN IDÉ TILL!

EN IDÉ!

ÄNNU EN IDÉ!

EN IDÉ!

EN IDÉ TILL!

N IDÉ!



*Välj ut gruppens 4 bästa ideér.*

*Skriv en på varje papper.*

*Först personen beskriver idén i första rutan.*

*Efter några minuter skickar ni  
pappret vidare till nästa person  
som bygger vidare på idén osv...*

DEN UTVALDA IDÉNS NAMN!

SKISS 1

SKISS 2

SKISS 3

SKISS 4





*Presentationssrunda  
av alla idéer*



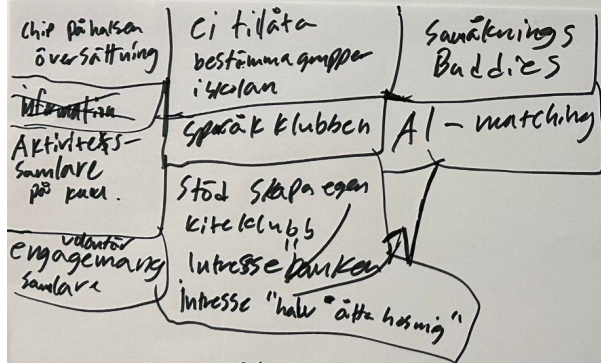


# Grupp 1

## Individuella idéer

- Börja ~~att~~ engagera sig med sin hund i en slags grupp där man får träffa andra hundägare.
- loppning träffar med samma ras.

- ~~Att~~ Engagera sig i studentliv.
- case tävling (kluringar).
- Skaffa ett extra jobb & hon hinner.
- Praktik i utbildning (kommer ut & träffar människor).

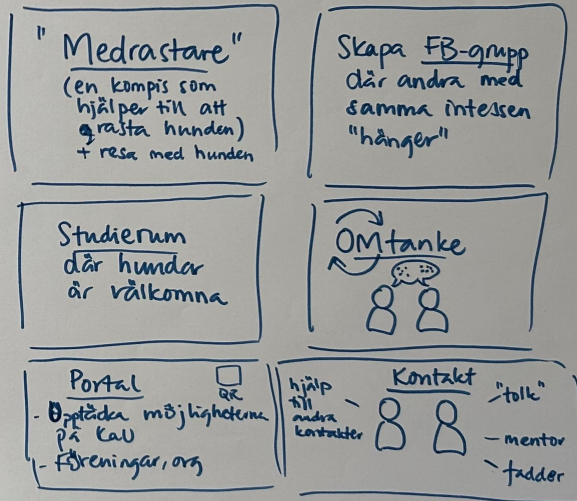


Asker - A1

Fackbör

- Ta med henne till brackhundklubben.
- Kolla upp Escape-grupper/förening
- Hållfärde-grupp/upplevelser
- Praktikplats fukt företag
- idrotts/extra-  
hennes erfarenhet  
heter kommer till nytta/gör  
skillnad = hon växer.
- Hundvakt så hon ~~kan~~ slipper  
dåligt samvete för att hon  
lämnar hunden ensam.

- Integrera Marka med International
- Office s aktiviteter
- Studentförening och deras  
sociala aktiviteter
- Brackhundsförening
- Surjngklubben
- Sociala aktiviteter på kav.
- VFU





# Grupp 2

## Individuella idéer

Idéer Kajsa. Student Madam varje fredag  
Stilla rummet  
Simfy

- Öppna nätverk
- Coach via Skolan / Studie Stöd.
- Grupper för att hitta livsstilsidéer.
- "Student room" Kar City
- Lumen 5
- Använda Musik ... (Musik Kar)
- Plugg forum
- Walk and talk.
- Karlstad runt. (Nolning / Ny Karlstad)
- Hobby / Äventyr.
- Lärarens ansvar.
- Äldre studenter
- Lektioner
- Regelloundna träffar. f. träffar Högskola / högtider.
- Värmlands operan.
- Event.
- Bygga basen
- Kaffe provning

Vad kan Kajsa göra?

Vad kan vi göra för Kajsa?

Har kan vi hjälpa Kajsa? LUMENO = app

- Tipsa om fredagsmakan på KAU - p. CANVAS, så hon ser det. → lunchmöte
- Tipsa om någon hon kan följa med till musiklären. (Har?) Söndagssektioner
- Tipsa om samtal på Unik / SH för att komma vidare från tidigare toxisk relation.
- Vem tar hon med till L.L.S. cafe? Kattpromenad
- Har hon rött kort (licens) till klädning - letform avredyr.
- Vill hon bli ledare i tex scout?
- Hitta studenter i samma ålder / livssituation - stothelger!
- Extra jobb på musikseminarium som sjukvårdare.

- Se till att lärare på KAU för i annan att se till sina elevers sociala situation kring studier
- Föreningar som inte är kopplade till sitt program.
- Något initiativ som specifikt är riktat mot äldre studenter.
- "Hitta husdjursväkt". Plattform där studenten kan hjälpa varandra med husdjur
- + hund - husdjursdagis på universitetet.
- ett sätt att sammanföra föreningen runt led med studenten uni

Hitta för studenter i samma åldersspann

Hitta till ett sammanhang / band där hon får spela saxofon

Ta saxofonlektioner - utmana sig i spelandet och utvecklas bli stolt i sin förmåga

Äter på sin "dorm room" - bara för att hon är värdslöst full.

Träffar en partner med samma intresse för avredyr.

Står för sig tomater i skivning / grupp som ser med regelbundet.

→ Årsmöte / föreläsning på studier och livet

→ Ser till att det finns något sammanhang att komma till vid stothelger.

Studiebesök på Värmlands operan

+ engagemang.

Ta extra jobb på musik event eller på Nöjes, operan.

Bygga en basen på universitetet eller vid sjön som finns nära KAU.

→ kanske byta linje om 1 år på engagemang istället?

Engagera sig i någon förening? bli på kaffe provning på Lofborgs



# Grupp 3

## Individuella idéer

~~Fund~~ lunchpromenad i grupp  
 Skidtunnel i köllaren på kava.  
 Hundpassningsklubb  
 Lunchrum där husdjur får va m.  
 Hundcafé på kava  
 Agility(?) bana / Hundträning.  
 Teambuilding vid varje kursstart

Go med <sup>en</sup> medborgerskolans  
 Facebook grupp (2-dagarsläde  
 vänner)  
 Slutbegerets vänner  
 Hemfjärst till norma- <sup>har norma  
 vänner?</sup>  
 - <sup>poke med  
 norma  
 sin rödsk</sup>  
 En i parken till  
 psykologi haww rödsk / stygsk  
 för dode. Trumterapi  
 Go med i bilarkel / bibbons  
 Inker uppe norma on  
 hennas barndom - skriv an  
 boka om det  
 EASE - hitta ny i klassen - boga viga  
 föga den saker / poto med.  
 Sätt upp bapper om adalshing / hundpassning

HUR KAN VI HJÄLPA KIM?

- \* Information på KAU - quedebag.
- \* Personliga möten / kontakter från ex. hunduliska
- \* Behovsundersökningar KAU
- \* Kontaktpersoner / värd / föddare
- \* Större engagemang kring teamwork i klassen
- \* Digitalt forum för studentor  
 anstanser / intressen
- \* Tjänster / gästjänster / byta  
 vill festa.
- \* Våga prata... <sup>smitta  
 vika  
 fika</sup>

- aktivitet med andra som har en hund exempelvis kvälls- promenader
- app att hitta personer som har en hund och vill göra aktiviteter tillsammans med hund (som zirkel) (vara inaktiva) ett
- tipspromenad (spel) i team Slutberget (kan skapa gemenskap)
- förening för personer som har en hund, tematävlingar hundhundressur eller hundmesse
- utomhus bokclub med hund

- GÅ MED I FÖRENING, ANVÄNDA SINA KUNSKAPER SOM JURIST TILL SÖKT & Hitta folk med samma värderingar
- SÄGA JA TILL SAKER
- ANVÄNDA SOCIALA MEDIER FÖR ATT Hitta "SITT FOLK"
- GÅ FOLK CHANS
- VANDRINGSGRUPP FÖR TILLSAMMA STUDENTER
- GEMENSAMMA HUNDPROMENADER
- ÄVENTYR → UTE GYM → BOKKAMP / KLÄTTER  
 DÄR STUDENTER SAMLAS & HITTAR PÅ "HYS"  
 Utan alkohol på DATID (KAUF, EN CORA)
- MER PRAKTISK HJÄLP PÅ UNI





*Idébarometern*



## Grupp 1 - Skicka vidare

- **OMtanke**
- **AI-matchning** finna nya vänner
- **Ny på KAU**
- **Vänlots**
- **KAU-portal**

### OMtanke

Maria Stina

- mentor
- fröjder
- i stället att
- hitta
- aktiviteter

Kontinuerlig kontakt chat/ samtal under 3 mån

**Martas**

- Ettan, nyan
- meningfulla
- sammanhang
- Breda möten
- ledande/finnar
- "Stäka om"

Hur får man Maria att vilja detta utan att känna sig speciell?

- AI-matchning
- Vän-lots

Man ska själv välja hur kontakten utövas.

duett, samtal, tydigt möte.

Är obligatoriskt i utbildningar att kunna vara medmänniskor och samarbeta. Kan lagas till i kurser som projektledning.

Handledning och uppföljning för dem som utövar kontakten. Det förebyggande har nära kontakt med ~~st~~ förgästrädet.

### AI-Matchning finna nya vänner

Chatten ger automatiska aktiviteter. Förslag baserat på intressena och AI-algoritmen.

Ger exempelvis tips: "finns en ledig badmintonplan på våhus"

Något inslag som gör att den som är i ensamhet känner sig trygg i kontakten och vågar ha nya steg

### Vänlots

Matchning 3:e års student & 1:e års student matchas ihop för utövan ömsidiga intressen (profil)

Matchning 3:e års student & 1:e års student matchas ihop för utövan ömsidiga intressen (profil)

Matchning 3:e års student & 1:e års student matchas ihop för utövan ömsidiga intressen (profil)

### Ny på KAU

Gruppen för dig som är ny i skolan som vill hitta alla andra som också är nya här. Våra svenska faddrar är med och aktiviserar, inspirerar, förmedlar och slappar.

Välkommen till på dagen här på KAU (upptakstävling) här för du: vänlots inlägg till "matchning" app.

Obligatoriskt moment första veckan på KAU. Då nya studenter alla dyker upp och det är större chans att de engagerar sig i "Ny på KAU"

### KAUportal

Portalen klustrar alla aktiviteter på KAU så det blir lättare att hitta socialkontext. Våra förening ska ha en ansvarig som ska binda in nya & för dem att känna sig hemma.

Reklam på portalen ska ges tillbaka till aktiva föreningar.

Finns lätt tillgängligt. Slapas via Cawas. Någon ex. även ser till att föreningarna fungerar i sina daganden.

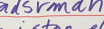
Profil som ger förslag, matchar vilka aktiviteter som passar. Ägas/drivas av och med studenter - utvecklas utifrån studentens behov.



### *Grupp 2 - Skicka vidare*

- *Stadsvandringen*
- *Vi studenter med lite mer livserfarenhet*
- *Introducerade coachingsamtal*
- *Obligatoriska coachingsamtal*
- *Föreningsklustret*

Stadsrmdringen!  
Ny i stan eller ny p Ka  
Oika teman.



Musikvandring  
Sportvandring

ff

Historie-  
vandring  
Vintvandring

Näringslivet visar Karlstad.

ett program som sammanför  
näringslivet i Karlstad med högre utbildning  
studenter & möjliggör involverande  
event.

sociala faktorn mellan studenter &  
i fokus med näringslivet finns också med.



→ kan ge underlag för flera  
meddelanden + utlägg om förseningar  
som är skäliga i form.

1 del till föreningar får betalt  
för stadsvandringarna - bättre att  
få dem att hålla i vandringarna

Vi Andenker med lite mer livsopplevelse

: Vagte nu enform  
høst og  
ant. 1919  
1919 m. 1919!

Köpen har bra samarbete med  
- hushåll - alla som kommer i kontakt  
med nya studenter: lära, studie-  
vägledare så att de också kan tipsa  
studenter de möter. Hur skapa översikt  
i myndigt? (fart inte så mycket  
mer utförande 2004)

Introducerande Coaching Samtal  
För nya studenter:

Individuellt möte för Samtidig Elev.

En brygga mellan Elevena både skolan och Marksten som stad kan tipsa om verksamheter Närlärande m.m.

Kippla shop uppblivningsområden  
med programmanläggningar för seq. program  
Kom ge lärare/ personal på skolorna mer  
känslighet och undervisning för hur de själva  
kan hjälpa och undervisa för studenter i  
svår. + Mer känslighet om studenter i  
situationer.

kon rika rätta undslåg för att koppla ihop  
lika klasser all. program för utbyte mellan  
'studentergrupper'

~~Frankend i betänningen~~

i samband med studenterna kinen  
facilitera ett intuitivt system  
för studenterna som vill skapa  
nya föreningar.

benov  
⌞  
behov

studentki

✓  
förärlings

✓ Låg tröskel till samtal  
tidigt/när en är ny

---

— sat

hār oun shār.

AAA

$$=$$

⇒ 2. b

... Ser 11

et utanför

Studien

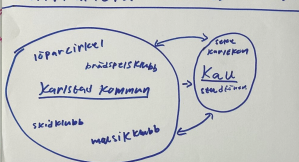
ut?

Ha stöende inbjudan till dessa  
samtal. Någon kanske inte behövs  
samtal direkt utan en tid in  
i studierna?

Alltid välkommen till fredags-  
frukost! Bön affischer/länga om  
vart en för samtals vid behov

Digital info / gämninnelse på ytt  
där utbudarna är - mätte rrrr!

Sammanföra Karlstads Förening



Event i Solarummet på KAU  
med utlåning av fina presentkort  
på träning, mat etc. fler kommuner  
när föreningsportal? Hitta samarbets-  
partner på KAU/Kälen? Överbygga del-  
tysken användet mellan KAU och Kälen  
- föreläsningar i lokaler på Åtan?

Hemsida. Där alla aktörer från arbetsliv/  
föreningar har en kontakt "Ansvarig för student-  
✶ Vad finns. Vad gör vi? Olika mötesplats  
A-ö inbjudningar.

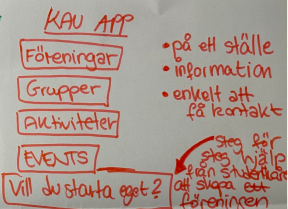
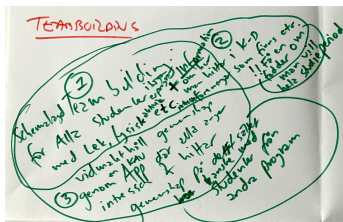
⇒ App, webb, film  
för en förklaringsplats  
Där alla förvaringar  
finns med. Positionen  
kom styras.





## Grupp 3 - Skicka vidare

- Äventyrsklubben
- Team building
- Team building KAU-app
- Hundr
- Digitalt forum för KAU-studenter

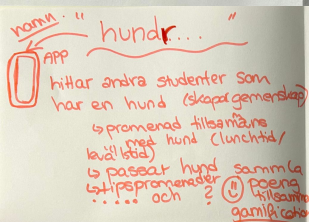


DU KUNNADE BEHÖVA MATERIAL UTARBETA SÅ ATT DE SOM HÅLLER I TEAMBUILDINGEN INTE BEHÖVER LÄGGA TID/PENNINGAR PÅ ATT UPPFINNA HJULET!

- VÄRDESKUNDER
- VÄRDERINGSÖVNINGAR
- SAMARBEDSÖVNINGAR
- VÄGA PRATA
- ÖVA PÅ ATT LYSSNA
- VÄGA FRAGA O

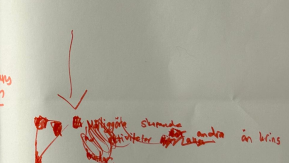
→ ÄVEN TIPS FRÅN ANDRA FÖRENINGAR UTANFRÅ KAU (SKÅDESKOLEN, L...)  
→ TIPS OM EVENT SOM HÄNDER I KARLSTAD & NÄROMRÅDET  
→

HUNDPORTEN



- ↳ AGILITY
- ↳ TIPS & TRICK OM TRÄNING, AGILITY...
- ↳ "AKUT" HJÄLPEN DÄR MAN BEHÖVER HUNDVÄRT MED KORT VÄRSEL...
- ↳ TIPS OM STÄLLEN MAN KAN TA HUND/VÄRT MAN KAN "SLÄPPA" HUND LÖS/DÄR TRÄNINGSTÄLLEN

INKLUDERA ANDRA MÅLKUPPOR: EX. FKA/SPF - MÅNADSBOK ENKELT ÄVEN FÖR PENSIONÄRE. TÄNKA PÅ ANDRA UNICOMMER-FÖR ANSÖKAN/KOMMUNIKATION. TÄNKA SOM INTE KAN TA EN EGEN HUND O



## ÄVENTYRSKLUBBEN - KAU 10:

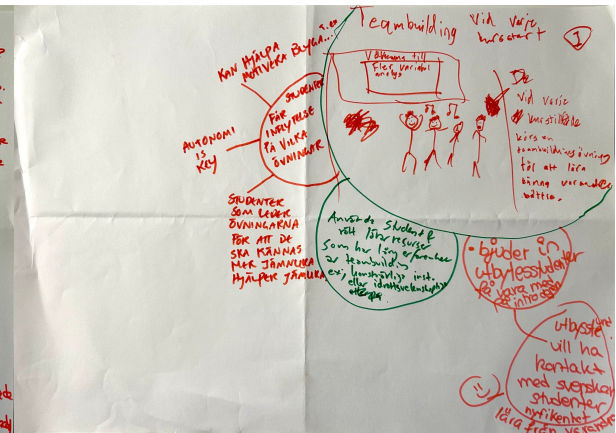


- LÄRA SIG NYA SAKER
- UTMANA SIG SJÄLV & VÄGA - VÄGA SOM PERSON
- OLIKA COACHER/WORKSHOPS & IDEER FRÅN KLUBB MEDLEMMAR
- ÄVENTYR I ALLA SINA FORMER
- STUDENTER ENDAST.
- delge kunskaper

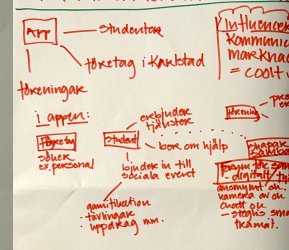
KAN BETYDLIGA TÄKNINGAR INKLUDERAS? SÅ ATT GEMENSAMT FÖRSTÅS EFTER TIDEN. KICK FÖR ENKELT TÄKNING. LÄTTA STUDENTEN. SPONSORER FRÅN NÅGON? - INKLUDERA TÄKNING. SÄDER STUDENTER SOM ANVÄNDER DET SOM VÄRDE FÖR ATT TA IN SPONSORER.

Arbete med föreningar i regionen. Föreningarna som stöd och för att kunna erbjuda och skapa kontakter till efter studietiden som samma område.

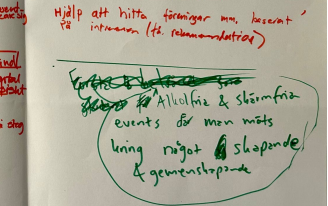
- Inkluderar personer som det > rykstan och jobbar (nyexaminerade studenter ut för arbetsmarknad)



## DIGITALT FORUM FÖR KAU-STUDENTER



"Startup inkubator" för föreningar. Undervisningsprogram på plattformen för behållning där det inte finns aktivitet/erbjudande. Hjälpa att hitta föreningar mm. besöka för inspiration (fråga rekommendationer).





*Lätt att skapa*

*Liten effekt*

*Stor effekt*

*Svår att skapa*

HAK



*Lätt att skapa*

*Liten effekt*

HÄJK

*Stor effekt*

*Svår att skapa*







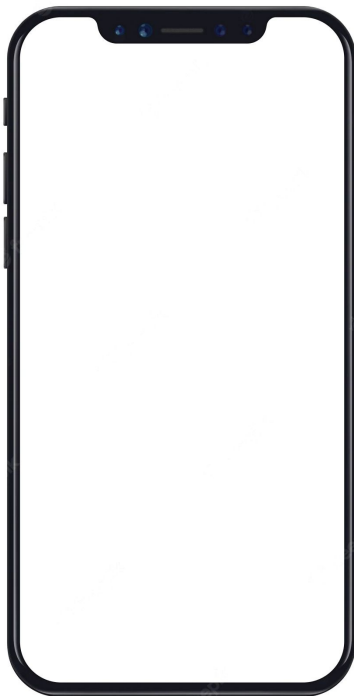
*Vyer mot  
morgondagen*



IDÉNS/IDÉERNAS NAMN



IDÉNS/IDÉERNAS NAMN



IDÉNS/IDÉERNAS NAMN



*Skissa på 1-3 enkla konceptuella vyer*



StickyBeat | We Love Tomorrow

Upplevelser genom  
digitalt ***hantverk.***

Innovation ur  
värmländsk ***glädje.***