



# Folkdansringen i Uppland

## *Distriktsinfo* nr 1/2023



I detta nummer:

*Sidan 2*

**Distriktsstämma 2023**

*Sidan 3*

**Dansträff 12 mars**

*Sidan 4*

**Kurs Södra Dalarna**

*Sidan 5*

**Laedarutbildning**

*Sidan 6*

**Ledarutbildning forts**

**Stipendier**

*Sidan 7*

**Skinnkurs**

*Sidan 8*

**Snörakan**

*Sidan 9*

**Dräktmarknad**

*Sidan 10*

**Tankar ur tiden**

*Sidan 11*

**Kalendarium**

▸ **Kontaktinfo**

▸ På vår hemsida [www.folkdansringen.se/uppland](http://www.folkdansringen.se/uppland) hittar du aktuell information



Folkdansringen i  
Uppland



Folkdansringen i Uppland kallar och Märsta Folkdansgille bjuder in till  
**Distriktsstämma**  
Gula Skolan i Skånela  
(sök på **Skånela 161** för vägbeskrivning)  
söndagen den 12/3 2023

**Program:**

10.00 Kaffe och smörgås, anmälan  
10.30 Årsmöte  
12.00 Lunch anmälan för övriga  
13.00 Dansträff med paus  
Avslut senast 16.00

Alla medlemmar är välkomna, föreningarnas ombud deltar helt gratis övriga får betala 50 kronor för maten.

Anmälan om deltagande till stämman sker föreningsvis via e-post senast den 5 mars till Ewa Fogelfors [ewa.c.fogelfors@gmail.com](mailto:ewa.c.fogelfors@gmail.com). Ange även e-post till ombuden.

Handlingar skickas ut till föreningarna i mitten av februari och till ombuden när de är anmälda. De kommer även att finnas på vår hemsida [www.folkdansringen.se/uppland/](http://www.folkdansringen.se/uppland/) under fliken Årsmöte.

**VÄLKOMMEN**

Styrelsen



**Inbjudan till dansträff  
12 mars i Gula skolan i Skånela.  
(sök på Skånela 161 för vägbeskrivning)**

**Det är direkt efter stämman som vi har dans.**

**Det är fri parkering.**

**Samling 12.00 med en enkel lunch som kostar 50 kronor**

Dansen startar 13 och pågår till 16 med en paus mitt på.

Det blir lite blandning med danser med både gammeldans, gillesdanser och folkdanser. Tanken finns att skapa samdanser så att vi kan hjälpas åt med uppvisningar.

Har du önskemål om danser eller har en dans du vill lära ut, meddela det vid anmälan.

**Anmälan** görs till

Staffan Dackman 073-6252543

[a.s.dackman@telia.com](mailto:a.s.dackman@telia.com)

Säg till om du är dansare eller spelman  
senast den 5 mars.

**Meddela om du behöver särskild kost.**

**Välkommen**

# FOLKDANSRINGEN I UPPLAND BJUDER UPP TILL KURS DANSER FRÅN SÖDRA DALARNA

NÄR: Lördag den 21 januari 2023 kl. 9.30 – 16.30

VAR: Tensta Bygdegård i Tensta ca 2 mil norr om Uppsala

INSTRUKTÖRER: Thomas Johansson och Britt Eklund

SPELMAN: Michael Thuné

KURSSINNEHÅLL: Leidelåten, Trampvals efter Ragnar Eriksson, Hambopolska från Södra Dalarna, Polka och Slunga från Södra Dalarna, Hambo baklänges från Svartnäs, Kuldans från Södra Dalarna, Polska från Södra Dalarna, Schottis 2 efter Erik Björkman

Kursen riktar sig till alla dansvana som vill lära sig danserna från Södra Dalarna.  
Dessa danser är de danser som utgör diplomdanser vid Polskmärkesupp-dansningen 2023 i Smedjebacken.

KURSAVGIFT: 300 kr per person för medlemmar i Folkdansringen. Övriga betalar 350 kr per person. Betalas efter erhållen bekräftelse till Folkdansringen i Uppland, plusgiro 44 56 88 -5.

ANMÄLAN: Senast **den 2 januari 2023** till [dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)

UPPLYSNINGAR: Gunilla Landmark 0706 560620, [gl@gunillalandmark.se](mailto:gl@gunillalandmark.se)  
Göran Skagius 0702 444745, [goran.skagius@gmail.com](mailto:goran.skagius@gmail.com)

Eller [dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)

Anmäl Er gärna parvis samt ange förening, mailadress och telefonnummer på anmälan. Antalet deltagare på kursen är begränsat, så dröj inte med anmälan.

FIKA: För- och eftermiddagsfika ingår i kursavgiften.

LUNCH: Ta med egen lunch. Det finns kök med bl.a. mikro att tillgå.

Välkomna

**Folkdansringen i Uppland**

<http://www.folkdansringen.se/uppland/>

[dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)

**Denna kurs kommer att bli av  
så än finns det tid att anmäla sig.  
Så gör det nu!**

## **FOLKDANSRINGEN I UPPLAND BJUDER IN TILL DANSLEDARUTBILDNING**

- NÄR:** Lördag 11 februari och 22 april 2023 samt en gång under hösten 2023 där datum bestäms senare. Kurstid är 9.30 till 17.00.  
Det finns morgonfika från 9.15.
- VAR:** Tensta Bygdegård i Tensta ca 2 mil norr om Uppsala
- INSTRUKTÖRER:** Gunilla Landmark, Göran Skagius, Mats Wahlberg, Carin Häll och Michael Thuné, som också är kursens spelman.
- KURSIÑNEHÅLL:** Kursen genomförs under tre heldagar och kursdelarna bygger på varandra och är inte fristående.

### Utbildningen riktar sig till:

- nya ledare
- ledare som vill vidareutbilda sig
- den som funderar på att bli ledare
- spelmän som är intresserade av samspelet dans och musik, att spela till dans och som vill lära mer om dans och danshistoria

### Kursinnehåll:

Under de tre kurstillfällena kommer vi att arbeta med dansledarrollen. Vi kommer att ta upp hur man planerar dansövningar, hur man tolkar dansbeskrivningar och hur man lär ut dans. Deltagarna kommer att få arbeta aktivt med grupparbeten kring dessa teman. Vi utgår ifrån danshistoriken och tar upp typexempel på de olika danstyperna genom tiderna. Dessa kommer att användas för att illustrera danspedagogiken och hur man kan lära ut olika danstyper. Vid det första tillfället kommer vi att utgå från medeltida danser och engelskor samt kadriljer. Vid det andra tillfället utgår vi från pardanser och polskor, något vi fortsätter med det tredje tillfället, då också folkdansrörelsens danser tas upp.

Kursen fokuserar inte på danskunnande utan på typexempel på danser och var de hör hemma i danshistoriken och hur man kan lära ut dessa. Kopplingen till musiken, samspelet mellan spelmannen och dansledaren samt hur vi använder och vårdar kroppen och rösten kommer också att tas upp.

**Forts nästa sida**

Dansledarutbildning forts

**KURSAVGIFT:** 750 kr för hela kursserien (de tre kursdagarna) för medlemmar inom Folkdansringen i Uppland och 900 kr för övriga.  
Betala efter erhållen bekräftelse till Folkdansringen i Uppland, plusgiro 445688-5.

Kursen subventioneras av Folkdansringen i Uppland och får också ekonomiskt stöd från Samarbetsnämnden för folklig dans.

**FIKA:** För- och eftermiddagsfika ingår i kursavgiften.

**LUNCH:** Ta med egen lunch. Det finns kök med bl.a. mikro att tillgå.

**ANMÄLAN:** Senast **den 15 januari 2023** till [dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)  
Ange namn, förening, mailadress och telefonnummer på anmälan.  
Tänkt på att antalet deltagare på kursen är begränsat, så dröj inte med anmälan.

**UPPLYSNINGAR:** Gunilla Landmark, 0706 560620, [gl@gunillalandmark.se](mailto:gl@gunillalandmark.se)  
Göran Skagius, 0702 444745, [goran.skagius@gmail.com](mailto:goran.skagius@gmail.com)

Eller via mail till [dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)

Välkomna

**Folkdansringen i Uppland**

<http://www.folkdansringen.se/uppland/>

[dans.uppland@folkdansringen.se](mailto:dans.uppland@folkdansringen.se)

### **Stipendier att söka**

**Carl-Johan Hultbergs minnesfond.**

**De delar ut stipendier till folkdansspelmän—gärna yngre.**

**I Uppland eller Grangärde**

Ansökan inne senast 31 januari till Anders Stenborg, Fjuckby Nylunda 54, 743 91 Storvreta. Ring om frågor finns 0703-46 64 37.

**Bo Peterzons Hedersfond för svensk folklig dans.**

Ansökan om medel skickas till Gunilla Landmark, Viktoriagatan 11, 752 24 Uppsala.



Folkdansringen i  
Uppland



## **Kurs i skinn och lädersömnad.**

Grundkurs i hur du kan sy för hand i  
skinn och läder.

**Plats:** Ringhem, G:a Uppsalagatan 21,

**Tid:** Lördag den 4 och lördag den 25 mars  
kl: 10.00 – 16.00.

**Kursavgift: 500:-** för medlemmar i Sv Folkdansringen  
och **700:-** för icke medlemmar. Bet. sker efter erhållen  
bekräftelse till Folkdansringen i Uppland PG: 445688-5

**Anmälan** senast den **4 februari 2023**, till  
Åke Fredriksson tel: 070-2228875 eller mail  
fredriksson.ake@gmail.com



**11 mars 2023**

## **Björkvallen i Björklinge**

2 mil norr om Uppsala

Följande danser ingår i Gammaldansmästerskapet

*Ungdomsklass I: Snoa, schottis, hambo och polka*

*Ungdomsklass II: Snoa, schottis, hambo och vals*

*Senior- och veteranklass: Snoa, schottis, hambo och vals*

Du kan också välja att delta i valfritt antal danser inom Din klass

### Info

Ungdomsklass I, födda 2011 eller senare

Ungdomsklass II, födda 2004 eller senare

Seniorklass

Veteranklass, födda 1963 eller tidigare

Gärna dräkt men inget krav

Ej föreningskrav

Lunch finns att köpa. Obs! Måste beställas i förväg. Pris meddelas senare.

Mackor/fika finns att köpa

Musik: Jernbrukarna med Lelle

### Tider

Kl. 08:30 Kansliet öppnar  
Kl. 09:30 Tävligen startar  
Kl. 18:00 ca Tävligen avslutas

### Startavgift

Ungdom I: 200:-/par  
Ungdom II: 13-19 år: 300:-/par  
Seniorklass: 500:-/par  
(under 26 år: 150 kr/pers)  
Veteranklass: 500 kr/par  
Anmälan senast 26 feb 2023

**Varmt välkomna!**

Arr: Tensta Folkdanslag i samarbete med **KULTURENS**  
[www.tenstafolkdanslag.se](http://www.tenstafolkdanslag.se)





# Folkdräktsmarknad

Sälj och köp hela folkdräkter,  
dräktdelar och material

**Söndag 16 april, 2023**

i Vaksalaskolans matsal, Uppsala

<b>Inlämning till försäljning</b>	kl 10.00 – 11.30
<b>Försäljning</b>	kl 13.00 – 15.00

- Fika och lyssna till Tensta spelmannslag kl 13.00 – 15.00
- Se hantverkare arbeta



**Folkdansringen i Uppland**

Kontaktperson Ewa Fogelfors

Tel 076 841 49 39 eller [ewa.c.fogelfors@gmail.com](mailto:ewa.c.fogelfors@gmail.com)

Lite tankar i tiden...

Många tankar finns det säkert hos oss alla i denna turbulenta tid. Vi har upplevt en tid med pandemi, då vi fått anpassa oss efter nya sätt att umgås och samarbeta, arbetssätt som vi tar med oss framåt. Just samarbetet upplever jag som viktigt i föreningslivet, tillsammans kan vi utträtta mycket. Många är vi som arbetar ideellt för att föra vår verksamhet framåt, vårt gemensamma intresse för dans, slöjd, dräkt mm. binder oss samman. Några väljer att dansa en gång i veckan. Andra väljer fler aktiviteter, kanske i olika föreningar. Några vill bara vara aktiva i sin förening medan andra gör en insats inom distriktet och i riksorganisationen. Vi är alla en viktig del av Svenska Folkdansringen.

Oberoende av hur aktiva vi är, har vi en viktig sak gemensamt, vi engagerar oss ideellt och utan ersättning. När jag fick förfrågan om att vara aktiv som ledamot i riksstyrelsen kändes det hedrande, spännande och intressant. Det var speciellt att komma med mitt under pandemin då allt arbete var digitalt. Nu känns det positivt att arbetet kommit i gång ordentligt med verkliga möten. Det är mycket nytt att lära och många nya arbetsuppgifter att sätta sig in i och hantera. En del i det arbetet är att vara en kontaktlänk mellan riksstyrelsen och alla distrikt. För mig innebär det att ha kontakt med Folkdansringen i Uppland, Folkdansringen Stockholm inklusive Gotland samt Sörmländska Folkdansringen. Uppland har jag en naturlig koppling till då jag är med på styrelsemöten i distriktet.

Om du och din förening känner att ni vill ha stöttning på något sätt eller har något ni funderar över, hör av er. Vi som är aktiva inom distriktet eller i riksstyrelsen är ett telefonsamtal eller mejl bort. Det gemensamma vi blir starkare om och när vi arbetar tillsammans framåt.

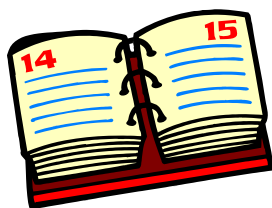
Något som ofta kommit upp på senare tid är frågan "Vad får vi för vår medlemsavgift?" Som med så mycket annat i livet beror det på hur mycket jag själv engagerar mig. Vad vill jag ha ut av mitt medlemskap? Hur får jag valuta för det jag betalat till min förening, till distriktet och till riks? Jag ser det som att jag får ett helt år då jag har möjlighet att delta i bra verksamhet av olika slag. Jag får träffa mängder av trevliga människor för att dansa, slöjda mm tillsammans. Vad räcker 450 kronor annars till? Dans är för många den bästa motionen. Att få vara en i gänget på en gemensam danskväll, kan det bli mycket bättre? Att värdera en upplevelse ekonomiskt, är det ens möjligt?

Ring eller skicka ett mejl så hörs vi!

Agneta Södersten  
[aqnsod@gmail.com](mailto:aqnsod@gmail.com) Tel: 070 320 39 73.



# KALENDARIUM



Datum		Aktivitet	Plats
14	Jan	Infoblad nr 1 2020	
31	Jan	Sista dag för stipendieansökan	
21	Jan	Danser från Södra Dalarna	Tensta
11	Feb	Dansledarutbildning	Tensta
4	Mars	Skinnsömnad	Ringhem
11	Mars	Snörakan	Björklinge
12	Mars	Årsstämma	Skånela
25	Mars	Skinnsömnad	Ringhem
27	Mars	Inlämning Infoblad	
1	April	Infoblad nr 2	
16	April	Dräktmarknad	Vaksalaskolan
22	April	Ledarutbildning	Tensta

**Material till nästa nummer av Distriktsinfo skall till adress nedan.  
Tacksam att få det i Wordformat eller som bild**

**Staffan Dackman**

Koralvägen 8                      eller helst till  
746 96 Skokloster                E-post: [uppland@folkdansringen.se](mailto:uppland@folkdansringen.se)

Nästa nummer kommer ut den 1 april, **sista inlämningsdag den .27 mars**

**Årets övriga utgivningsdatum hittar du på hemsidan  
[www.folkdansringen.se/uppland](http://www.folkdansringen.se/uppland)**