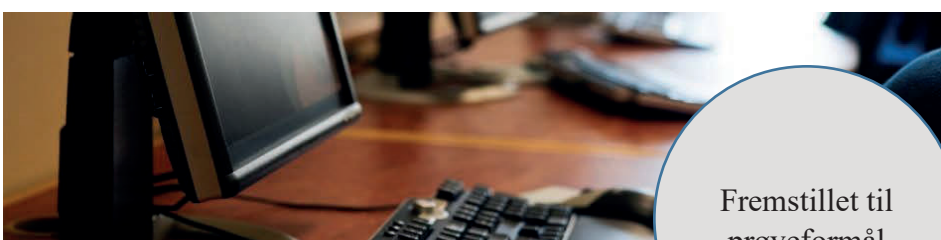


Folkeoplysning



Fremstillet til
prøveformål

Tekstsamling

Produktionsnr. 14

Indhold

Folkeoplysning	3
Hvad er folkeoplysning – og for hvem?	3
Folkeoplysning før og nu.....	4
Fald i antallet af kursusdeltagere i begyndelsen af 00'erne	5
 Informationer fra udvalgte oplysningsforbunds hjemmesider	6
Arbejdernes Oplysnings Forbund (AOF)	6
Folkeligt Oplysningsforbund (FOF)	6
Liberalt Oplysnings Forbund (LOF).....	7
 Annoncer for kurser hos udvalgte oplysningsforbund	8
 Anmeldelser af kurser	12
Bliv bedre til at fotografere hos AOF Favrskov	12
Yoga hos FOF Syd- og Vestsjælland.....	12
Guitarundervisning hos FOF i Kolding	12
Madlavningskursus hos LOF Syd (Padborg).....	13
 Informationer fra Dansk Oplysnings Forbund (DOF)	14
Om Dansk Oplysnings Forbund (DOF).....	14
Om hjemmesiden <i>DOF Underviser</i>	14
Underviserjobs i aftenskolen	15
 Kilder.....	16

Folkeoplysning

Hvad er folkeoplysning – og for hvem?

Folkeoplysning bliver i Danmark anset for at være en vigtig forudsætning for folkestyret. Folkeoplysning er defineret som almen, ikke-formel undervisnings- og oplysningsvirksomhed for unge og voksne og sker hovedsagelig i oplysningsforbund, på folkehøjskoler, på biblioteker eller gennem foreninger.

Kurser på folkehøjskoler og hos oplysningsforbund er i princippet for voksne over 18 år, men sammen med en voksen kan børn deltage i kurser, der er målrettet familier. Det kan være kurser som fx familiedans, voksen/barn-gymnastik eller familieyoga.

Forudsætninger hos undervisere og kursUSDeltagere

Folkeoplysende aktiviteter adskiller sig fra traditionel undervisning ved, at den, der underviser eller holder et foredrag, ikke nødvendigvis kun har en professionel og faglig tilgang til det emne eller fag, der er udgangspunkt for kurset eller foredraget. Underviseren eller foredragsholderen har ofte også et personligt forhold til aktiviteten.

Formidlingen adskiller sig ved, at indholdet ikke kræver, at modtagerne har særlige forudsætninger eller evner ud over det at være nysgerrige og interesserede mennesker.

Endelig adskiller folkeoplysende aktiviteter sig ved, at det egentlige formål er, at alle involverede skal blive klogere på at leve deres liv engageret i forhold til medmennesket og samfundet.

Hvad lærer man på et folkeoplysende kursus?

De højskoler, aftenskoler og foreninger, der udbyder folkeoplysningskurser i dag, giver mulighed for dybelse og udvikling af kompetencer, der ikke altid er plads til i det formelle uddannelsessystem, hvor fokus ofte ligger på de faglige mål og resultater. Kurserne afsluttes i modsætning til i det formelle uddannelsessystem ikke med en eksamen efter endt kursus. Dog kan man få et kursusbevis, hvis man ønsker det.

Formålet med deltagelsen i et folkeoplysende kursus er, at det skal give mulighed for at udvikle en lang række forskellige kompetencer, der ikke nødvendigvis hænger sammen med selve faget. Flere af oplysningsforbundene fremhæver fx den personlige udvikling som lige så vigtig som den faglige. Hvis deltagerne skulle vurderes ved en eksamen, ville man netop risikere at miste den del af kompetenceudviklingen, der handler om andet end det faglige udbytte.

Folkeoplysning før og nu

N.F.S. Grundtvig – idemanden bag folkeoplysningen

Det var N.F.S. Grundtvig, der var manden bag tankerne om folkeoplysning i Danmark. Han formulerede sine tanker i perioden omkring indførelsen af grundloven og demokratiet i 1849. Grundtvig så i den forbindelse et behov for, at bønder og almue¹ blev oplyst om Danmarks historie, og hvad det vil sige at være dansk, så de kunne deltage i det nye demokrati.

Grundtvigs tanker om folkelig oplysning var radikalt forskellige fra tidens elitære pædagogik. Grundtvig mente, at folkeoplysningen skulle bygge på den enkeltes lyst til at lære og på den demokratiske samtale. Lærerne skulle ikke udspørge eleverne. I stedet skulle eleverne være nysgerrige og stille spørgsmål til lærerne, hvis rolle det var at svare på spørgsmålene og indgå i en dialog.



Individualisme og fællesskab – folkeoplysning i dag

Folkeoplysning har også i dag en central rolle med sit fokus på det personlige engagement og ansvar, ikke blot for sig selv, men for fællesskabet.

I forhold til 1800-tallet, hvor Grundtvig levede, er samfundet i dag mere individualiseret med fokus på mål, resultater og kompetencer. Måden at deltage i fællesskaber på er anderledes, hvilket ikke mindst skyldes den teknologiske udvikling, så folk nu bruger meget tid på nettet, især de sociale medier. Vores tid uden for arbejde er også kommet under mere pres.

Vi er blevet mere 'serielt engagerede'. Det vil sige, at vi fordyber os i kortere tid ad gangen, i skiftende aktiviteter og i midlertidige fællesskaber, der passer ind i vores liv nu og her.

Folkehøjskolerne og folkeoplysningen har tilpasset sig de skiftende tider, og derfor tilbyder folkehøjskolerne også andre kurser i dag end for 150 år siden. Nogle folkehøjskoler tilbyder i dag kurser målrettet unge, der ønsker at forbedre specifikke faglige kvalifikationer, fordi de ønsker at søge ind på en bestemt uddannelse. Andre folkehøjskoler tilbyder kurser i fritidsaktiviteter som windsurfing og dykning. Det er dog stadig et centralt element i folkeoplysningen, at den skal give kursusedtagerne fællesskabsfølelse og udvikle kursusedtagernes personlige egenskaber og lyst til at deltage i samfundslivet.

¹ I gamle dage folk, som havde begrænsede økonomiske forhold, især på landet. Det var fx husmænd og daglejere, der måtte arbejde for andre for at kunne klare sig.

Fald i antallet af kursusedtagere i begyndelsen af 00'erne

I 2003 trådte en ny lov i kraft, fordi politikerne valgte at spare ca. 150 millioner kroner på folkeoplysningen i Danmark, og det gik især ud over tilskuddene til oplysningsforbundene.



Det fik konsekvenser for kursusedtagerne, da forbundene forøgede betalingen for at deltage på et kursus. Af den årsag forventede oplysningsforbundene et stort fald i antallet af kursusedtagere på 30-40 %, men det viste sig ikke at blive helt så voldsomt. Nedgangen var kun på 10 % ved årsskiftet 2003-2004. Men det var de økonomisk dårligst stillede, der valgte at blive væk i den tid, der fulgte – typisk pensionister og enlige forsørgere.

Som følge af denne krise, var oplysningsforbundene i midten af 00'erne nødt til at tænke nyt for at sikre, at økonomien hang sammen. Det gjorde de bl.a. ved flere offensive reklamefremstød.



Reklamebureauerne hjalp forbundene med markedsføringen, dels for at kunne gøre politikerne opmærksomme på, at området skulle prioriteres, dels for at tiltrække nye kursusedtagere.

Folkeoplysningsforbundene fik hjælp til at sælge sig selv med nye logoer, slogans og tv-spots, hvilket skulle strømline deres image. Kritikerne mente imidlertid, at oplysningsforbundene på den måde ikke levede op til de værdier, som de havde stået for i så mange år. Ikke desto mindre er en offensiv markedsføring stadig en del af forbundenes virkelighed i dag, bl.a. på sociale medier.

Informationer fra udvalgte oplysningsforbunds hjemmesider



Arbejdernes Oplysnings Forbund (AOF)

Arbejdernes Oplysnings Forbund (AOF) blev dannet i 1924 af Socialdemokratiet og forskellige arbejderorganisationer. Oplysningsforbundet er i dag en sammenslutning af 100 afdelinger, der står for kurser og uddannelsesaktiviteter i hele landet. Formålet med undervisningen er at sprede viden om og forståelse for det danske samfund og den danske kultur og gøre danskerne til aktive medborgere. Desuden er det vigtigt for AOF at være med til at udbrede demokrati i Danmark, og det skal gøres med udgangspunkt i viden, udvikling og samvær. Disse mål arbejder AOF for gennem folkeoplysning, kulturelle aktiviteter, grund-, efter- og videreuddannelse. Desuden yder AOF hjælp til den enkelte dansker med at leve op til kravene på arbejdsmarkedet.

Målgrupper

En stor del af AOF's uddannelsesaktiviteter er i dag målrettet både private og offentlige arbejdspladser. AOF underviser fx virksomheders medarbejdere i intern kommunikation, kompetenceudvikling, sprog og IT, så arbejdspladsen får et fagligt løft. Og AOF sætter gang i projek-

ter, der hjælper sundhed og trivsel på vej på arbejdspladsen. AOF hjælper også unge med at komme i uddannelse eller job.

Oplysningsforbundet samarbejder desuden med mange kommuner og foreninger om den nye platform GoJoin, hvor borgerne kan dele viden og informationer om aktiviteter med hinanden.

Samlet set går mange tusind mennesker til undervisning på AOF's aftenskoler hver uge, hvor de bliver klogere på alt fra madlavning, Mellemøsten og motion til sprog og syning. Samtidig modtager mange voksne, både danskere og flygtninge/indvandrere, undervisning hos AOF, så de kan lære at læse det, som de har brug for i deres hverdag. AOF's målgruppe er altså meget bred.



Folkeligt Oplysningsforbund (FOF)

Det Konservative Folkeparti var med til at stifte Folkeligt Oplysningsforbund (FOF) i 1947. Oplysningsforbundet er i dag den største udbyder af folkeoplysende aftensko-leundervisning og har mere end 250.000 kursusdeltagere hvert år. FOF's afdelinger fordeler sig på Danmarks fem regioner, fra Region Nordjyllands fire afdelinger til Region Syddanmark, som med 11 afdelinger er top-

scoreren i forhold til antallet af lokale FOF-afdelinger.

Kurserne hos FOF skal medvirke til at udvikle og gøre den enkelte dygtigere og har følgende grundelementer: Personlig udvikling, øget livskvalitet, et bedre grundlag for at være en aktiv samfundsborger og ny faglig viden. FOF arbejder for at udvide den enkeltes indsigt. Det er ikke blot vigtigt at vide, hvad der sker i samfundet, men også at forstå hvorfor.

FOF tilbyder undervisning og samvær, der tilstræber at udvide den enkeltes horisont både kulturelt, socialt og fagligt. Arbejdsmetoden er ligeværdighed, hvor den enkelte lærer at tage ansvar.



Liberalt Oplysnings Forbund (LOF)

I 1945 blev Liberalt Oplysnings Forbund (LOF) stiftet af blandt andet partiet Venstre. I dag tilbyder LOF aftenundervisning over hele landet i mange forskellige fag som IT, sprog, kreative fag og bevægelse. Desuden tilbyder LOF debatter og foredrag om samfundsrelevante emner.

Sundhed og samarbejdspartnere

LOF har et særligt fokus på folkesundhed. Derfor tilbyder forbundet mange former for bevægelse

seshold så som yoga, pilates og træning i det fri. Forbundet bidrager også med viden om kost, ernæring og livsstilssygdomme.

Mange af forbundets sundhedsaktiviteter finder sted i samarbejde med kommuner og patientforeninger.



Medborgerskab og demokrati

Alle LOF's aktiviteter har det mål at give deltagerne ny viden og nye kundskaber, så de bliver bedre til at tage ansvar for deres egen tilværelse og deltage aktivt i samfundet.

I LOF mødes mennesker fra alle grupper af samfundet i en dialog og debat om aktuelle emner og om hverdagen. Formålet for LOF er at styrke grundlaget for et demokratisk samfund og at bidrage til samfundets sammenhængskraft og til den enkeltes udvikling og dannelse.



Annoncer for kurser hos udvalgte oplysningsforbund

FVU dansk med ansøgninger og CV (AOF)

Forberedende voksenundervisning i dansk med fokus på ansøgninger og CV, der får dig tilbage på arbejdsmarkedet.

Indhold og forventninger

- Du er ledig og jobsøgende.
- Det er længe siden, du har lavet en skriftlig ansøgning og et CV, eller du mangler ny inspiration.
- Du vil gerne arbejde på at blive bedre til at formulere dig på skriftligt dansk.
- Du vil gerne blive bedre til at læse, forstå og skrive en ansøgning.
- Du vil gerne have hjælp og ideer til at lave en personlig og interessant ansøgning.
- Du vil gerne have hjælp til at finde og søge job online samt til at skrive en ansøgning på computer.
- Du vil gerne have hjælp til "Joblog" og "Min Plan".
- Du er aktivt deltagende og jobsøgende under hele kursusforløbet.
- Du opdaterer din "Joblog" og arbejder videre på "Min Plan".

Ved kursets afslutning samler du din egen mappe med manual(er) til ansøgninger og CV samt en handleplan for din fortsatte jobsøgning.

Der kræves ingen forudsætninger for at deltage på kurset, men vi forventer, at du møder stabilt og er interesseret i og motiveret for at arbejde med skriftligt dansk og lave ansøgninger.



Jobsamtale – hvordan det kan lykkes (FOF Kolding)

Kurset indeholder viden om jobsøgning og den vellykkede jobsamtale.

På dette kursus kan kursusedtagerne øge deres muligheder for at komme til netop de jobsamtaler, der kan føre til deres drømmejob.

FOF og underviseren hjælper deltagerne med at målrette deres CV til et specifikt job eller en bestemt branche, så de kan skille sig ud fra andre kandidater og imponere ansættelsesudvalget på deres kommende arbejdsplads med deres viden, evner og personlige kvaliteter.

Undervisningen foregår på engelsk, men underviseren kan også tale og forstå dansk.

Kom godt i gang med at sy (FOF Vendsyssel)

Kan du lide at sy og være kreativ, eller vil du gerne lære det?

Her er et kursus for dig, der gerne vil lære at sy tøj, der sidder godt.

Vi kigger på forskellige sømme, syteknikker og materialer. Vi vil sammen arbejde med mønstre og tilrette dem, så de passer godt til dig.

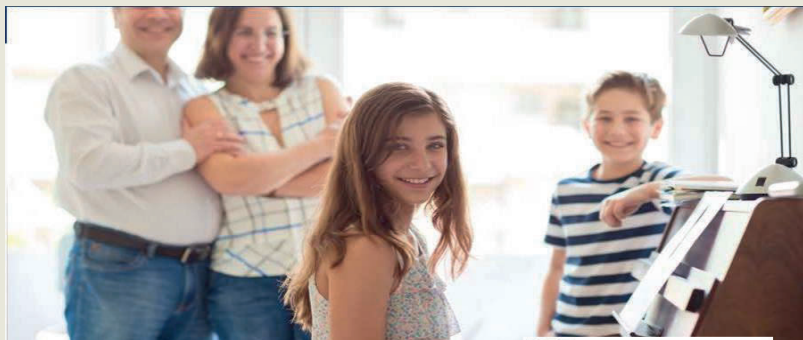
Medbring materialer, mønstre og evt. egen symaskine.

Billedkunst olie/ akryl (AOF Bornholm)

Olie/ akryl/ overmaling/ genbrug/ blandformer og kunsthistorie. Kurset omhandler både det gamle og det nye maleri. Vi fortolker landskabet, tingene og tiden. Vi gennemgår farvelære (fra Goethe til kaos). Vi finder vores egne kulører og motiver og gennemgår materialerne og eksperimenterer. Vi arbejder på at få minimum tre værker færdige i vintersæsonen.

Vi spørger os selv, om vi stadig kan bruge kunsten til noget. Vi snakker om, hvordan forskellige kunstnere gennem tiden har valgt at skildre landskabet og livet.

I begyndelsen medbringer den enkelte deltager selv sine materialer, senere kan der købes ind i fællesskab.



Klaver hos LOF Midtjylland

Klaveret er et alsidigt instrument, der kan bruges i mange genrer inden for rytmisk og klassisk musik.

Der undervises individuelt, så undervisningen kan tilrettelægges efter den enkelte kursUSDeltagers niveau og ønsker. KursUSDeltageren kan bl.a. lære at spille klassisk eller rytmisk musik, grundlæggende klaverteknik, nodekundskab, becifringsspil, improvisation og meget andet.

KursUSDeltageren skal have adgang til at øve sig på et klaver.

Hver kursUSDeltager modtager soloundervisning i 30 minutter ad gangen, 10 mandage i træk, dog ikke i efterårsferien.

Tidspunktet for undervisningen aftales med underviseren ved tilmelding.

Anmeldelser af kurser

Bliv bedre til at fotografere hos AOF Favrskov

På kurset lærer man sit kamera meget bedre at kende. Jeg fik et spejlreflekskamera i julegave, og jeg ville rigtig gerne lære mere om at bruge kameraet på en god måde. Underviseren hos AOF Favrskov er meget erfaren, og han har både viden om spejlreflekskameraer og kameraer i smartphones. Derfor er kurset perfekt for de fleste.



På kurset fik vi til opgave fra undervisningsgang til undervisningsgang at fotografere noget i naturen, og så diskuterede vi vores billeder med hinanden, hvilket virkelig var lærerigt. Men det bedste var alligevel de oplæg til inspiration, som underviseren lavede

til os, før vi fik vores hjemmeopgaver.

Det eneste negative ved kurset var i mit tilfælde, at de andre kursusedtagere ikke kendte så meget til kameraer, og derfor var underviseren nødt til at starte med at gennemgå de mest basale funktioner.

Kasper Andersen

Yoga hos FOF Syd- og Vestsjælland

Jeg har sjældent tid til at få dyrket motion, og hverdagen er indimellem lidt stressende. Derfor meldte jeg mig til dette kursus i yoga. Og det var virkelig både afstressende, fyldt med nærvær, og så var det et telefonfrit rum. På kurset øver man sig i at skabe ro og balance, og selvom det var ret svært i begyndelsen, kunne jeg mærke en bedring gang for gang.

Faktisk er jeg nu blevet bedre til at lægge telefonen til side derhjemme i hverdagen, og det hjælper mig med at bevare den ro, jeg har opnået på kurset. Jeg synes også, jeg kan mærke,

at roen smitter af på resten af familien.



På den måde kan man vel sige, at kurset har lært mig at være i nuet. Jeg vil helt sikkert anbefale kurset til alle, jeg kender, der oplever en stresset hverdag, som jeg gjorde.

Mona Sørensen

Guitarundervisning hos FOF i Kolding

I efteråret gik jeg til guitarundervisning for begyndere i Kolding, hvor jeg også arbejder. Jeg havde her mulighed for at gå til guitar lige efter endt arbejdsdag i samme bygning, som jeg i forvejen arbejder i. Så kl. 20 fik jeg fri, og derefter kunne jeg bare gå to etager ned i bygningen og lære at spille guitar.



Der var flere praktiske ting ved det, bl.a. sparede jeg tid på transporten, da jeg jo var der i forvejen. Og så var jeg virkelig glad for, at undervisningen lå efter mine børns sengetid, så det ikke betød, at det gik ud over mit samvær med dem.

Selve undervisningen blev jeg bestemt heller ikke skuffet over, for underviseren er meget dygtig. Og der bliver taget hensyn til ens personlige musikønsker, så uanset om man er til rock, pop, fællessang eller noget mere klassisk, finder han noget, der passer.

Den eneste ulempe er, at det er dyrt at gå til guitar hos FOF, også selvom man

medbringer sit eget instrument.

T. Jørgensen

Madlavningskursus hos LOF Syd (Padborg)

I foråret 2019 deltog jeg i et madlavningskursus hos LOF Syd. Og det var et rigtig godt kursus. Jeg lærte i første del af kurset rigtig meget om råvarer og god køkkenhygiejne. Men det bedste var alligevel, at vi lærte at tilberede et festmåltid, som jeg faktisk vil kunne lave derhjemme også.

Jeg har tidligere været på et madlavningskursus, hvor det nærmest var umuligt efterfølgende at gentage det, som jeg havde lært på kurset, derhjemme. Det skyldtes, at læreren udførte

de svære opgaver for os i stedet for at lade os forsøge selv. Men på dette kursus var underviseren meget kompetent, og hun sikrede, at vi alle lærte stegeteknikkerne. Det gjorde hun ved at lade os prøve selv trin for trin.



I slutningen af timen gav hun os desuden et link til en video, hvor hun forklarer de nye stegeteknikker. Den video sikrer, at vi altid kan få genopfrisket det, vi lærte på kurset.

Vinni Holm

Informationer fra Dansk Oplysnings Forbund (DOF)

Om Dansk Oplysnings Forbund (DOF)

Dansk Oplysnings Forbund er en landsorganisation for aftenskoler, der ønsker at udbrede folkeoplysning på et frit og neutralt grundlag – uafhængigt af partipolitik.

DOF's landsorganisation omfatter omkring 250 aftenskoleforeninger samt enkelte daghøjskoler og sprogskoler fordelt over hele Danmark. DOF's skoler forestår årligt undervisning for ca. 160.000 kursusedeltagere.

Landsorganisationen støtter medlemsskolerne i deres daglige virke på en lang række områder. Det sker ved på den ene side at give rådgivning, inspiration, viden, projektstøtte og netværk til medlemsskolerne og på den anden side at arbejde for bedre rammer for aftenskolerne på det politiske niveau – både lokalt og nationalt.



Om hjemmesiden *DOF Underviser*

DOF Underviser er en hjemmeside for dem, der er underviser i aftenskolen. Siden er først og fremmest for undervisere i en af DOF's aftenskoler,

men andre skolars undervisere er også velkomne til at kigge med. Der er blot nogle af tilbuddene, der kun kan benyttes af undervisere tilknyttet en DOF-skole.

Baggrunden for hjemmesiden *DOF Underviser*

Jobbet som aftenskoleunderviser er lidt specielt i forhold til mange andre job. Selv om man omgås en masse andre mennesker, så er det oftest sparsomt med kollegial sparring. Der er sjældent et lærerværelse, hvor man kan få en sludder – eller finde materiale om faget. Det er heller ikke alle aftenskoler, der holder lærermøder – for det kan blandt andet være svært at finde et tidspunkt, hvor alle skolens undervisere kan mødes.

Men aftenskoleundervisere kan have lige så meget brug for at udvikle sig, som alle andre. Derfor har DOF lavet *DOF Underviser*, der kan være underviserens sparringspartner til at udvikle sig som underviser i aftenskolen.

Formålet med siden kan deles op i tre overordnede områder:

- Inspiration
- Ny viden
- Kurser og efteruddannelse

Inspiration

Mange undervisere har helt styr på deres fag, men måske ikke den seneste forskning inden for undervisning eller voksenpædagogik.

Man kender måske ikke alle de forskellige muligheder for at tilrettelægge kurserne anderledes end

den traditionelle med lærer og elever i et klasselokale.

Man har måske heller ikke styr på den elektroniske udvikling og hvilke værktøjer, der måske kan gøre ens undervisning endnu bedre.

Endelig har man måske brug for inspiration til, hvad man skal gøre for at tilføre noget særegent folkeoplysende i sin undervisning.

DOF vil gerne inspirere underviserne til hele tiden at udvikle sig som undervisere inden for alle de områder, der er relevante for aftenskolen.

Ny viden

Aftenskolen er under konstant forandring. Rammerne ændrer sig løbende, og nye muligheder dukker op.

DOF vil gerne sørge for at al relevant viden kommer ud til dem, der kan have glæde af det. Det kan være alt lige fra relevante puljer til ny lovgivning.



Kurser og efteruddannelse

DOF mener, at kurser og efteruddannelse er essentielt for at forblive en god underviser. DOF formidler derfor information om kurser – både information om dem, DOF selv afholder, og information om de støttemuligheder, DOF stiller til rådighed i forhold til andres kurser.

Underviserjobs i aftenskolen

Der er brug for mange forskellige undervisningskompetencer, da aftenskolerne udbyder kurser inden for et alsidigt udvalg af fag. Det kan være undervisningsjob inden for musik og sang, inden for motion og bevægelse – fx forældre/barn-gymnastik eller yoga, madlavning for forskellige grupper eller madkultur fra et specifikt land/område, kreative fag eller forskellige jobrelaterede kurser.

Man har også mulighed for at blive sprogunderviser, fx i polsk, kinesisk, russisk, arabisk, islandsk eller fransk. Har man ikke dansk som modersmål, er det dog et krav, at man har lært både at tale, læse og skrive dansk.

Kilder

Teksterne i tekstsamlingen er redigerede og/eller bearbejdede på baggrund af følgende kilder:

<https://da.wikipedia.org/wiki/Folkeoplysning>, hentet d. 29. august 2019

<https://fora.dk/folkeoplysning/folkeoplysningens-historie-i-rids/>, hentet d. 29. august 2019

<https://fora.dk/folkeoplysning/folkeoplysningens-moderne-noedvendighed/>, hentet d. 29. august 2019

<https://www.dfs.dk/om-dfs/>, hentet d. 29. august 2019

<http://grundtvig-koldsk-skole.dk/leksikon/folkeoplysning/>, hentet d. 29. august 2019

<https://www.danmarkskanon.dk/tema/folkeoplysning>, hentet d. 29. august 2019

<http://danmarkshistorien.dk/leksikon-og-kilder/vis/materiale/grundtvigs-syn-paa-demokrati-1831-1866/>, hentet d. 29. august 2019

<https://politiken.dk/indland/art4905869/Aftenskolerne-undgik-den-store-krise>, hentet d. 29. august 2019

<https://www.kristeligt-dagblad.dk/danmark/oplysningsforbund-i-reklameoffensiv>, hentet d. 29. august 2019

<https://aof.dk/om-aof>, hentet d. 29. august, 2019

<https://aof.dk/kursus/fvu-dansk-med-ansogninger-og-cv?center=151>, hentet d. 29. august 2019

<http://www.fof.dk/>, hentet d. 29. august 2019

<https://lof.dk/lofdk/om-lof>, hentet d. 29. august 2019

<https://lof.dk/koege/kurser/stressfri-zone/10-000-skridt-mod-mere-sundhed-og-mindre-stress-strandskoven/id/191913>, hentet d. 24. juli 2019

<http://www.fof.dk/kolding/Kursusoversigt/fritid/job-interview>, hentet d. 14. april 2019

<http://www.fof.dk/job-i-fof>, hentet d. 29. august 2019

<https://www.fagkursus.dk/for-undervisere/>, hentet d. 29. august 2019

<http://www.jobindexarkiv.dk/cgi/showarchive.cgi?tid=h845364>, hentet d. 29. august 2019

<https://www.danskoplysning.dk/dof-underviser/>, hentet d. 29. august 2019