



Livet – Döden – Rymden

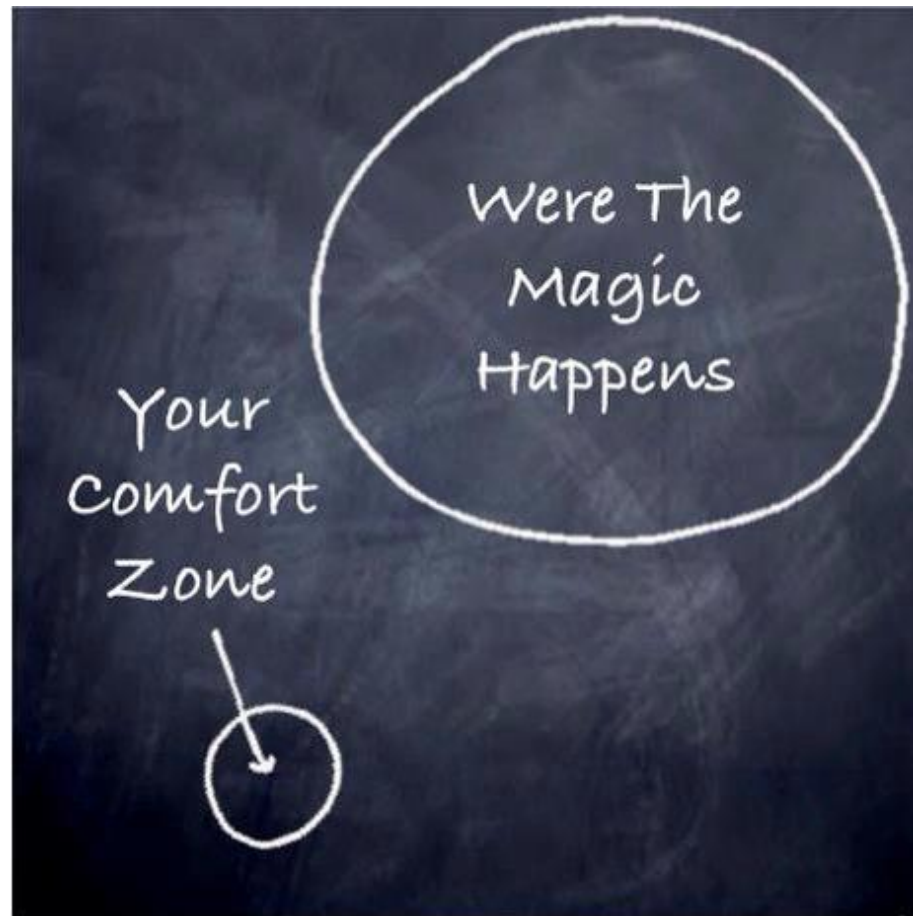


Vem är jag och varför står jag här?



- Jenny Jansson
- Kanske en något överaktiv lärare, biolog, mamma, rymdnörd, jägare, odlare - 49 år gammal och gift 😊
- Min väg till lärare?
- Jobbat som lärare i kommunen sedan 1999!
- Kyrkskolan och VBU
- Alla naturvetenskapliga ämnen, astronomi, teknik och jägarexamen på elevens val!
- Lärarjobbet är det bästa jobbet som finns!

Vad har gett mig energi genom alla dessa år?



Min egen magiska zon?



- Det pedagogiska fri-rummet!
- Att göra naturvetenskapen intressant, levande och påtaglig!
- Skillnad på "fake-science" och naturvetenskap?
- Lär dig så mycket som möjligt för att kunna fatta EGNA beslut!
- Njut av skolan och livet - ta alla möjligheter som dyker upp för äventyr 😊
- Visa ungdomar att det är fantastiskt roligt att arbeta med något man tycker är roligt och att det lika fantastiskt roligt att vara vuxen!
- Våga vara en förebild!
- Författare, föreläsare, BRÅ, kontaktperson, Naturvetarförening, stipendier osv

ESA – NASA?



- ESA är den europeiska motsvarigheten till NASA – oerhört stor organisation.
- Esero – den del som håller i utbildning!
- Sweden Esero den Svenska nybildade avdelningen av Esero (2021) – som jag jobbar för!
- Svenska Rymdstyrelsen – är den del som lyder under regeringen som har hand om Sveriges rymdfrågor!
- <https://www.esero.se/>
- Massor av roliga fortbildningar för elever och lärare!



Sweden Esero Ambassadör



- 2014 – Nordic Esero
- Länk i Sverige mellan Esero, rymdstyrelsen, Sveriges lärare och alla andra som har något att göra med oss 😊
- Kontakt med massor av ungdomar och lärare över hela Sverige!
- Möjlighet att sprida information, utbilda, hjälpa till mot skolledningar och....
- Hjälpa till att genomföra de utbildningar/projekt lärare vill ha inom detta område!
- Tex: Mission X – här i kommunen!!
- Hur hinner jag allt?

Vad är ESERO Sverige?



Christer Fuglesang
Ordförande/KTH



Cecilia Kozma
Föreståndare/KTH



Mariana Back
Bitr. Föreståndare/
Tekniska museet



Jenny Jansson
ESERO ambassadör

Rymden har alltid fascinerat oss!



Det har aldrig varit så lätt att plocka in verkligheten i klassrummet – eller i vardagen!!



Öppnade dörren för en massa skoj!

- Och lärorika möjligheter för mig och mina elever!



Ägg - o - Nauter

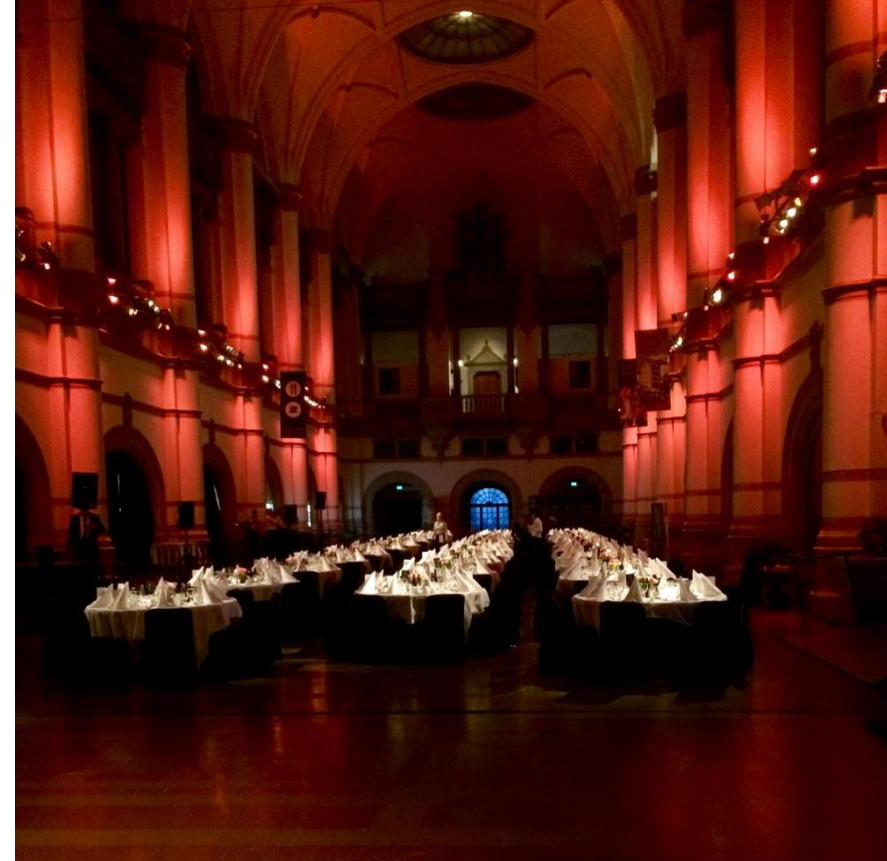


Att våga.....!!



Och helt plötsligt hände det något!

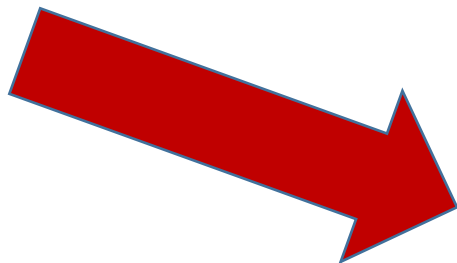
- Jag – som inte hade betyg när jag gick ut nian - fick Ingvar Lindqvist priset 2016 av Kungliga vetenskapsakademin för mina insatser som lärare i fysik!
- Ett fint stipendium, diplom och silvermedalj!
- Och en himla massa nya erfarenheter 😊





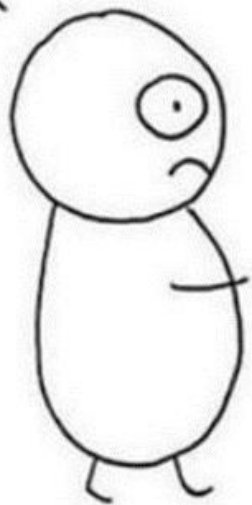
Visa att vi är en del av världen – inte ett
ensamt litet land i norr!

Min stora idol!!!



Och – att hela världen och
människorna i den är
närmare än de tror!

Where did you
find that? I've been
searching for it everywhere.



I created it
myself.



När livet stannar till en stund....

- 2018 – min mamma fick cancer – för 3:e gången
- Sportlovet 2021
- Trippelnegativ bröstcancer
- Dubbel Masektomi
- Tuffaste cellgiftsbehandlingen
- Biverkningarna?.....



Familj, vänner, jobb, rutiner, träning!





Man överlever mer än man tror!

- Känslor är inte farliga – även om de gör ont som FAN ibland!



Tillsammans kan vi göra skillnad!

- Inga blommor eller donationer!
- Ge pengar där man vet att de gör DIREKT nytta!
- 120 tjejer – tvättbara bindor!



Livet efter cancerbehandling

- Färdig med cellgifterna i september 2021
- Koll varje vår i fem år – klarat två kontroller nu!
- Friskförklarad efter fem år – men innan dess är det lite sämre odds just med trippelnegativ cancer.
- Vad händer om jag får tillbaka min cancer?
- Vad gör jag för att hålla mig så frisk som möjligt och klara av en eventuell ny behandling?



Insikter 😊

- Det är jobbigt att skynda långsamt – livet blir aldrig mer som det var innan!
- Det betyder inte att livet är sämre!! Jag lever på ett helt annat sätt nu!
- Pensionssparningen ligger på is 😊
- Ja, jag har planerat min egen begravning och hur jag ska dö!
- Jag tror och lyssnar på vetenskap – inte allt annat tyckande och tro!
- Jag jobbar med det jag brinner för – och gör det jag drömt om!
- Yta är bara yta – det är det som är inuti som spelar roll!
- Jag är noga vad jag lägger energi på – energitjuvar nej tack!
- Ta inget för givet – livet kan ändra sig snabbt!



Träning

- Ta hjälp! Investera i dig själv!
- Skynda långsamt! Träningsglädje!
- Den träning som blir gjord är bättre än ingen alls!
- Styrketräning – för oss över 40! Bara att acceptera faktum 😊



Jobbet då?

- Helt galet skoj!
- Deltid VBU och ESA!
- Kungliga vetenskaps akademien
- Generation PEP
- Artemis!!!
- Projekt Mission X!





Mission X – för alla!

Vill Du testa att leva och träna som en astronaut på månen?

Ludvika kommun, VBU, Samarkand2015, Lilljebjörn Wellness, Svenska Rymdstyrelsen, ESERO Sverige och ESA



Skarpt läge

- Hur ser det ut i Sverige?
 - Vi rör på oss för lite och våra barn ännu mindre...
- Visste ni att... två av tio barn och ungdomar når rekommendationen kring fysisk aktivitet.
- Endast fyra av tio uppger att de äter grönsaker varje dag.
- När det gäller frukt, grönsaker och fisk är det bara en av tio som når livsmedelsverkets rekommendation.
- Bara 4% av barn och ungdomar rör sig enligt rekommendationen för både träning OCH mat.
- Killar är stillasittande ca 75% av dagen och tjejer ca 77%, och det blir värre med åren.



Så - vad händer här i Ludvika?



- Alla elever i årskurs 2 kommer att delta i detta projekt samt eleverna vid grundsärskolan under läsåret 23/24
 - Vi har förberett lärarna lite under våren med utbildning så att de är förberedda inför hösten – totalt 4 fortbildningstillfällen!
 - 12 skolor - 350 elever - 700 föräldrar och omkring 50 lärare!
 - Vi kommer att besöka skolorna vid fyra tillfällen och arbeta med dem via en saga där involverar både kroppen och knoppen!
1. Vi packar våran raket och reser mot månen!
 2. Vi kraschade på månen – nu måste den lagas och vi måste se till att vi har det vi behöver!
 3. Vad behöver man för leva ett riktigt bra liv på månen och inte bara överleva?
 4. Vi bygger ihop vår raket – hittar vår vän björndjuret och koordinaterna för uppskjutning!
- Mellan våra besök har vi kontakt via nätet och uppdrag som lärarna och föräldrarna gör!
 - Vad ska de få göra??!!
Träning och rymd för ALLA på deras nivå!





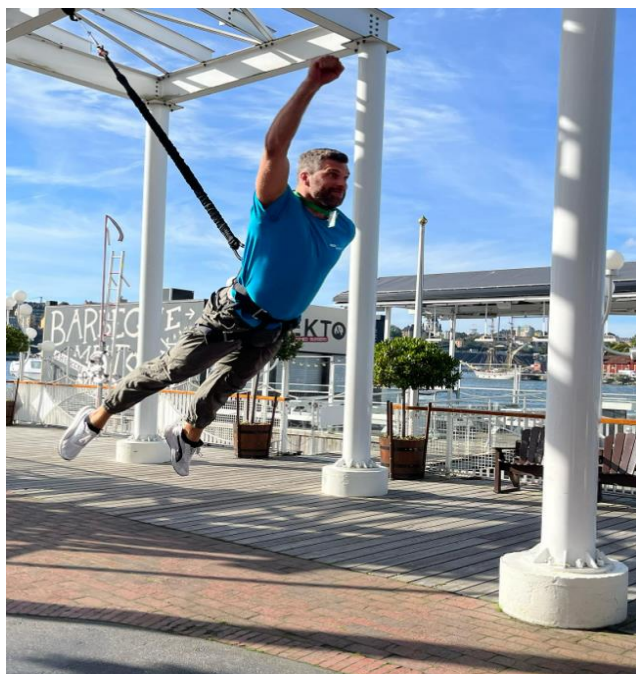
Även läraren Jenny (svart jacka) fick prova att skjuta raket.
Bild: Victoria Champion



De fick i uppdrag att göra i ordning en raket till den här träffen med Jenny och Fredric. Här visar läraren Jenny upp vad som finns på insidan, olika rum som vardera elev har inrett med vad de tycker man behöver i rymden.
Bild: Victoria Chaminn

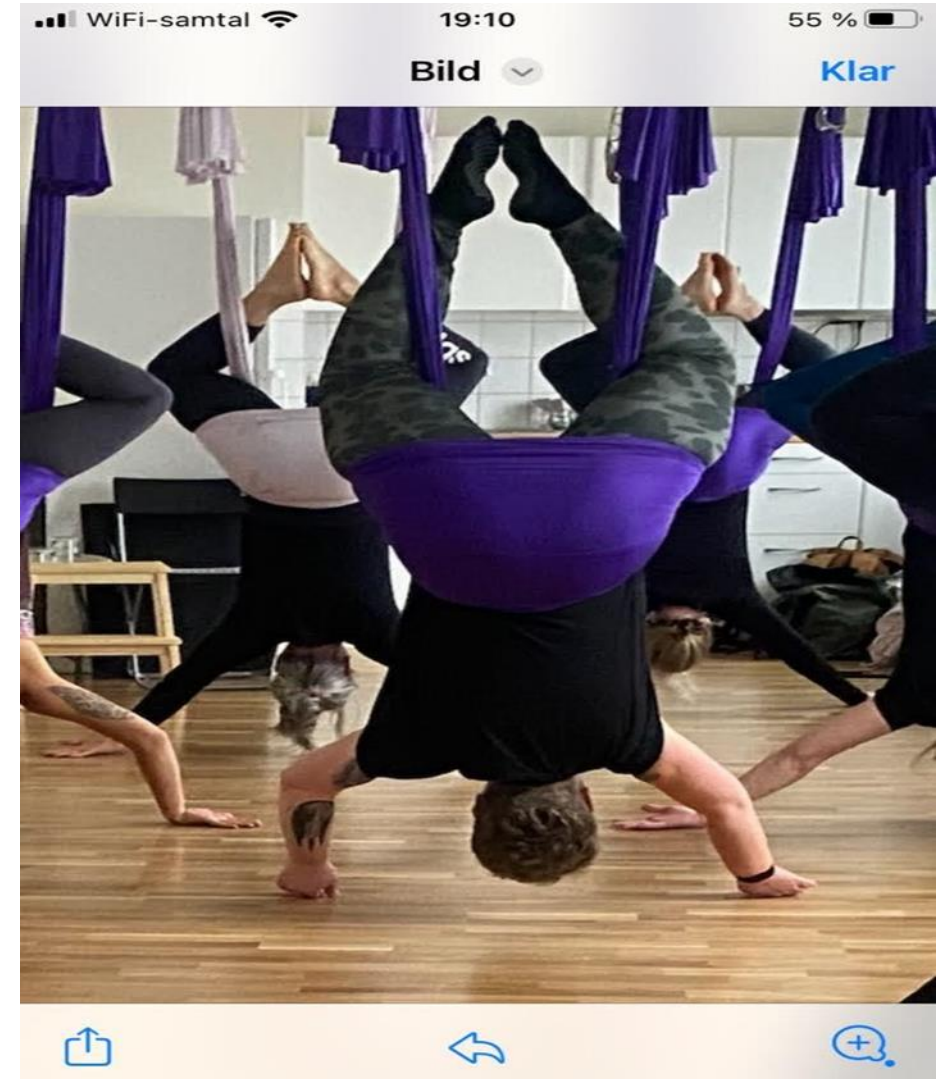
Så – hur har det gått ute i skolorna!

- <https://youtube.com/shorts/N88zRHrGRJc?si=wnBEIkjjARYcu3PL>
- <https://youtube.com/shorts/oTcZwcojKjk?si=YLSuG2XGJiE3nSfo>
- <https://youtube.com/shorts/Z0i143aJDol?si=ZVQ9UqcPTVCym2E6>



Månsimulator och gravitationsgunga i taket! 😊

<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/dalarna/500-000-kronor-till-utbildningsprojekt-i-ludvika>



Ludvika på Internationella rymdstationen!

- Marcus Wandt
- Vi har varit med och lekt!



Lite filmer och bilder!

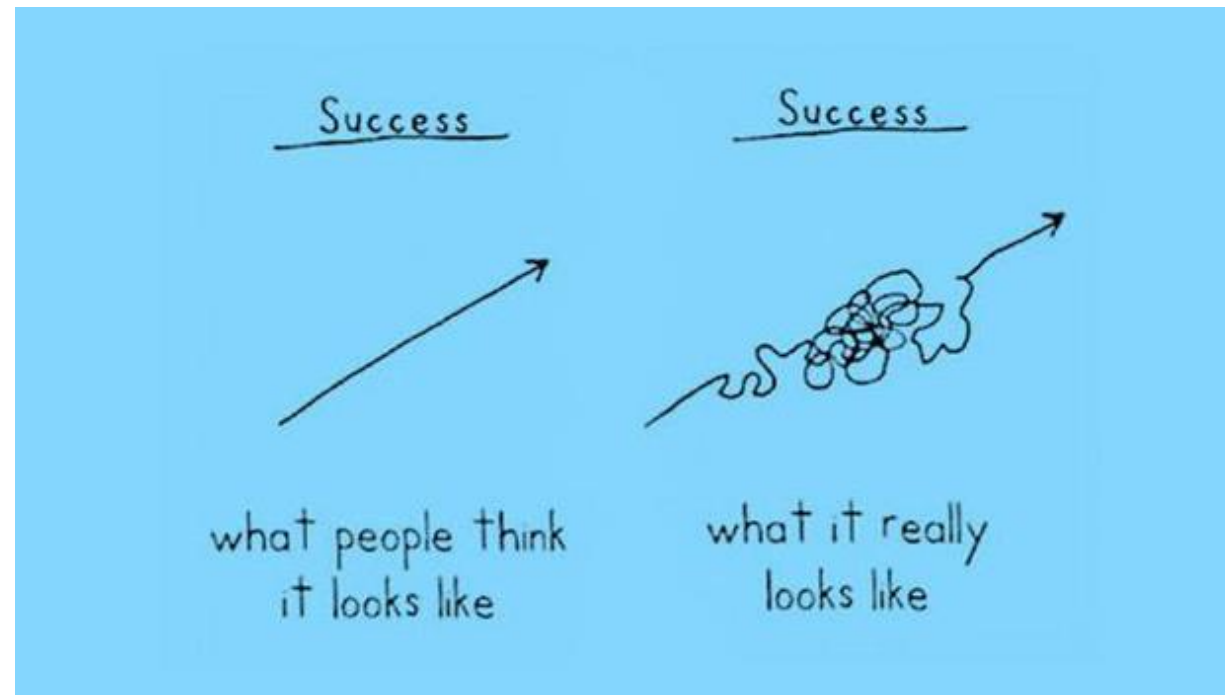
- Min facebook!
- Filmer!

Vad händer framöver?

- I Ludvika?!?!
- I Sverige?!?!?
- I Världen?



Ett sista ord från mig!



Tack för mig!

- Jenny Jansson
- 073-0881624
- Jenny.jansson@vbu.ludvika.se

