



ESTA-nytt

1/21





INNHold

ESTA-nytt er et medlemsblad for ESTA-Norge.

Redaktør: Ellinor Grønset

Epost: redaktor@esta.no

Layout: Lena D. Husebø

Neste utgave av ESTA-nytt

August 2021 manusfrist: 15. mai

Oktober/november 2021 manusfrist: 15. september

ESTA-Norge

Leder: Ellinor Grønset

Nestleder: My Steinum

Kasserer: Cathrine Rossbach Heier

Sekretær: Elin Korneliussen

Styremedlem: Liisa Tuomaala

Varamedlem: Jasmina Kozic

Varamedlem: Marja Liisa Sandbakken

Adresse: ESTA-Norge v/ Ellinor Grønset

Olaf Bulls vei 70, 0765 Oslo. Tel: 481 21 821

epost: post@esta.no

www.esta.no

facebook: ESTA-Norge



ESTA Europa

President: Géza Szilvay

Vice President: John Shayler

Kasserer: Clarien Zetsma

Styremedlemmer: Jorge Alves, Kristian Kolman

Sekretariat: Laura-Marie Bittniok

Hva skjer i ESTA?

2021: Digital ESTA-kongress, 24. - 26. september

2022: ESTA-kongress, Østerrike, Graz 9 - 14 april

2023: ESTA-kongress, England

Hva vil det si å kunne spille fiolin?

side 3

Somatisk PILATES for strykere

side 6

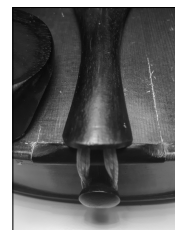


Omtale : Mein erstes Konzert

side 8

Det skandinaviske klimaet- Skader og forebygging

side 9



Music is joy

— inkluderende fiolinundervisning

side 13



Fado in some notes

side 16

Sheila M. Nelson (1938 - 2020)

side 17

ESTA-konferanse 2021

side 18



Kjære ESTA-medlem

Det er nå ett år siden covid-19 slo til og samfunnet ble lukket ned for første gang. Det har vært et år med mange endringer og mye usikkerhet. Vi har lært oss nye ord som smittevern, kohorter og digital undervisning. Det har vært utfordrende for alle, men også åpnet for nye oppdagelser og nye muligheter. I artikkelen "Hva vil det si å kunne spille fiolin?" reflekterer Mari Ystanes Fjeldstad bl.a. over hvordan dette har påvirket hva elevene lærer.

Erfaring med digital konferanse

Også ESTA ble sterkt påvirket. Vi i Norge rakk heldigvis å gjennomføre Strykerdagene i Oslo, men alle som hadde gledet seg til deilige og lærerike dager på den internasjonale kongressen i Porto i april fikk planene endret. Heldigvis mistet ikke våre kollegaer i Portugal motet. De snudde seg rundt og organiserte noe helt nytt: Først ukentlige "teasers" og treff fram til sommeren, og så en onlinekongress over to weekender i månedsskiftet oktober/november. Jeg opplevde onlinekongressen som en stor suksess. Det var slitsomt, men også svært givende å sitte to hele weekender og følge med på foredrag, workshops og konserter. Og det fine med onlinekongressen var at hele arrangementet ble liggende tilgjengelig lenge etter at selve kongressen var forbi. Senere kunne jeg derfor logge meg inn for å se innlegg jeg ikke fikk med meg fordi jeg hadde valgt å se på noe annet, eller fordi jeg tok en pause. I dette ESTA-nytt kan du lese om Fado, den portugisiske musikkstilen vi fikk innblikk i, og artikkelen om pilates ble inspirert av workshopen Heidi Mantere holdt på kongressen. Flere artikler fra kongressen kommer i neste ESTA-nytt.



Nettverk

For meg var kongressen en bekreftelse på hva nettverket ESTA-Europa er for oss strykerlærere. Og siden det digitale ikke følger landegrenser, har vi nå også fått mulighet til å delta på konferansen for amerikanske strykerlærere arrangert av ESTAs søsterorganisasjon ASTA, en unik mulighet til å utvide nettverket. Med den digitale ESTA-kaffen har året også åpnet en ny møteplass her hjemme. Vi har hatt tre ESTA-kaffer så langt; En helt uformell samtale over en kaffekopp der vi deler tanker og erfaringer, slik jeg tenker ESTAs grunnleggere ønsket skulle skje da de startet opp for snart 50 år siden.

Hva skjer videre?

Mye er ennå usikkert. Covid-19 er fortsatt en faktor å regne med. For noen av dere har ting normalisert seg. For andre er hverdagen fortsatt eller igjen preget av digitale løsninger og endringer på kort varsel. For ESTA gjelder følgende:

- ESTA-kaffen er kommet for å bli. Vi fortsetter å invitere til et digitalt treff ca. en gang i måneden. Har du et tema du ønsker å ta opp er det bare å melde fra. ESTA-kaffen er for deg.
- En Strykerdag der vi kan møtes på ordentlig er foreløpig bare på planleggingsstadiet. Vi har tanker om noe sent på høsten i Stavangerområdet. Hva det blir er helt avhengig av hvordan ting utvikler seg.
- En internasjonale digital ESTA-konferanse i september. ESTA-Finland har valgt å flytte kongressen som var annonsert i Helsinki i august, fram til 2026. Forståelig nok ønsket de å ha en kongress der vi kunne treffes fysisk. Samtidig har det blitt ytre et klart ønske om å treffes også 2021. Det internasjonale styret har tatt utfordringen og inviterer til onlinekongress. Leder for ESTA-Portugal sitter nå i det internasjonale styret, så arrangementet er i de beste hender! Akkurat som digital undervisning er noe annet enn fysisk undervisning, er en onlinekongress noe annet enn en fysisk kongress. Uansett er nettverket der, møte med kollegaer, forbindelsen til resten av Europa. Har du ikke vært på en ESTA-kongress tidligere, vil jeg anbefale deg å sette av dagene allerede nå.

Ellinor

Hva vil det si å kunne spille fiolin?

av Mari Ystanes Fjeldstad

Hva vil det si å kunne spille fiolin? Og hvem er det som kan spille? Det er jo opplagt, tenker kanskje du. Å kunne spille fiolin er å kunne spille fiolin, og det er den som spiller som kan spille. Men kanskje finnes det flere mulige svar?



foto: Dag Endal

Mari Ystanes Fjeldstad

I tillegg til å være fiolinlærer, dirigent og musikk-lærer, er jeg doktorgradsstipendiat i musikkpedagogikk ved Norges musikkhøyskole. Jeg er altså så heldig at jeg får betalt for å komplisere det som først virker som opplagte svar. I denne teksten skal jeg først fortelle en historie fra en av fiolintimene jeg har observert. Deretter presenterer jeg et utdrag fra et intervju der læreren fra historien forteller om erfaringer med digital undervisning. Jeg avslutter teksten med å reflektere over hvordan vi mennesker kan spille sammen med andre, også når det bare er ett instrument som klinger, og hvordan det elevene lærer blir formet av både mennesker og av ting.

En historie fra en fiolintime

«Sånn», sier læreren og gir den nystemte fiolinen tilbake eleven, en åtte år gammel jente.

«Da starter vi med en skala i dag også. Skal vi ta D-dur eller A-dur, synes du?»

«D-dur», svarer eleven

«Og hvilken rytme?»

«Banan!»

«Få høre en banan-skala», smiler læreren.

Hun retter seg opp i ryggen, senker skuldrene, og finner en god balanse i kroppen. Eleven gjør det samme. Jeg kjenner igjen bevegelsene. Læreren pleier ofte å begynne timene med å jobbe med kroppsholdningen.

Eleven spiller en D-dur skala. Både fiss-en og ciss-en er for høye. Hun stopper opp litt og ser misfornøyd ut, men spiller skalaen ferdig. Jeg har observert den samme eleven i noen uker, og husker at hun pleier å spille mye renere.

«Det som er, er at jeg har mista klistremerkene mine», forklarer eleven unnskyldende.

«Vil du gjerne ha nye, eller kan du spille uten?» spør læreren.

«Nye», svarer eleven resolutt.

Læreren nikker og går mot skapet der hun har nye merker. Men så stopper hun opp, snur seg sakte og spør:

«Men hvis vi spiller og fiolinen ikke har merker,

hvordan kan vi da vite om vi spiller riktige toner?»

«Hm. Jeg vet ikke?»

«Hva er det som bestemmer om tonen er riktig?»

«Fingrene?»

«Ja, fingrene lager noten, men hvordan kan vi sjekke at den er riktig?»

Eleven ser fortsatt forvirret ut, og læreren hjelper henne litt.

«Kan vi lukte lyden?»

«Nei!» smiler eleven. «Vi må høre!»

«Ja!», sier læreren. «Vi må høre veldig godt på tonen. Du skal få klistremerker etterpå, men først skal vi synge skalaen og så skal du spille den en gang til. Kan jeg få fiolinen din? Og kan du komme litt nærmere?»

Læreren begynner å synge skalaen på solfege-stavelser, og eleven blir med. Stemmene er vanskelig å skille fra hverandre. Hendene som viser solfege-håndtegn flytter seg oppover etter hvert som tonene blir lysere. Læreren sitter og eleven står, kroppene deres er nære og vendt mot hverandre, og hendene beveger seg helt på likt.

«Flott!» smiler læreren og gir fiolinen og buen tilbake til eleven.

«Kan du synge tonen inni deg når du spiller skalaen igjen? Hvis tonen du synger er lik den du spiller, da er det riktig.»

Eleven spiller D-dur skala igjen samtidig som hun ser på læreren som viser håndtegn. Denne gangen er det helt rent.

Noen uker etter intervjuer jeg læreren, og hun får lese et utkast av denne historien. Jeg kommenterer at jeg synes det nesten er noe magisk med måten håndtegnene og eleven sin oppfattelse av tonene i skalaen henger sammen.

«Ja», sier læreren. «Håndtegnene relaterer jo til tonehøgdene, ikke sant? Så eleven får en fysisk følelse av hvordan tonene er plassert. Og da kan jeg ta en finger, andrefinger for eksempel, litt opp.» Læreren holder opp tegnet for mi, som i D-dur skala er en fiss med andrefinger på D-strengen, og trekker den litt oppover. «Med oppmerksomme elever kan jeg justere tonen deres med hånda mi.»

Erfaringer fra digital undervisning

Det at læreren og eleven sammen skaper et fellesskap, var noe jeg i stor grad tok for gitt i observasjonene jeg gjorde og i min egen undervisning. Men i mars, da all undervisning ble flyttet til digitale plattformer på grunn av korona-pandemien, merket jeg hvor mye jeg savnet den. Jeg ble nysgjerrig på hvordan lærerne jeg hadde observert tidligere opplevde nettundervisning, og jeg gjennomførte nye intervjuer. Læreren i historien over beskriver hvordan undervisningen hennes forandret seg på denne måten:

«Da det ble klart at vi skulle undervise på nett, tok jeg utgangspunkt i at jeg skulle gjøre timene mest mulig like som vanlige timer for at elevene skulle få oppleve noe kjent og trygt. Men det er selvsagt en del ting som må gjøres annerledes. Det første jeg oppdaga, er hvor mye ikke-verbal kommunikasjon vi driver med. Vi er tett på elevene, fysisk tett, og vi former holdningen og buehånden.

(...)

Jeg synes det er utfordrende at så mye av kontakten med elevene blir borte. Bare det at det er en liten forsinkelse på all ting. En får aldri det umiddelbare smilet, det kommer litt for sent. Og en er aldri helt sikker på om en har den andre med seg på samme måte som når en er i samme rom. Det kjenner jeg at jeg ikke trives så veldig godt med.»

Men hun ser også positive sider ved nettundervisning;

«En stor forskjell er at vi ikke kan spille sammen over nett, det gjør vi jo mye på timene. Det er kanskje en bra ting. Elevene blir mer selvstendige, og de litt sjenerte elevene må bare gå i gang selv og får ikke noen å henge seg på.»



Illustrasjonsfoto: Kjersti Nilsen

Slik kan det være med digital undervisning

Å spille sammen

Hva kan historien fra en fiolintime og erfaringene fra digital undervisning fortelle oss om hva det vil si å kunne spille fiolin?

Jeg vil trekke fram to tema. Det første er hvordan vi mennesker kan spille sammen, også når det bare er ett instrument som klinger. Det andre er hvordan det elevene lærer blir formet av både mennesker og av ting.

I historien om eleven som spiller skala, spiller hun ikke alene. Hun spiller *sammen* med lærerens hender, og med minnet om skalaen de nettopp sang. Dette fellesskapet er tilstede på timene på mange måter, også utenfor den musikalske og verbale kommunikasjonen. Læreren er med på å forme elevens kropp til en kropp som kan spille fiolin. Noen ganger retter læreren på buegrepet ved å flytte på fingrene til eleven. Andre ganger formes kroppen uten berøring, for eksempel når læreren retter sin rygg og eleven gjør det samme.

I den digitale undervisningen er det en fysisk avstand mellom lærer og elev, og det blir en forsinkelse på både lyd og bilde. Det gjør at det blir vanskeligere å skape et fellesskap. I intervjuet forteller læreren at hun synes digital undervisning er slitsomt. Hun opplever at hun må gi mer av seg selv, og at hun får mindre tilbake. De sidene ved undervisningen som gir henne energi, som samspill, kommunikasjon og god klang, er vanskeligere å få til.

Men det oppstår også nye muligheter gjennom nettundervisningen. Læreren forteller at elevene blir mer selvstendige, og at de spiller bedre alene. Senere i intervjuet forteller hun også at mange blir flinkere til å lese noter uten å støtte seg på læreren, og at de lærer å stemme instrumentene selv.

Tema

- hvordan vi mennesker kan spille sammen, også når det bare er ett instrument som klinger.

Tema

- hvordan det elevene lærer blir formet av både mennesker og av ting.

Ting som blander seg inn

Det bringer meg over til det andre temaet som handler om hvordan det elevene lærer blir formet av både mennesker og av ting. Vi tenker ofte på det å kunne spille som noe mennesker lærer bort til andre mennesker. Men også ikke-mennesker, som koronavirus, datamaskiner, og klistremerker, er med på å forme hva det vil si å lære å spille.

Læreren i historien har en plan om å jobbe med kroppsholdning når timen begynner, men klistremerkene som har falt av blander seg inn i hennes planer og forandrer hva hun jobber med. Både holdning og intonasjon er en del av det å kunne spille, men hvilken av dem som blir prioritert blir påvirket av både læreren og de manglende merkene. På samme måte er både det å kunne spille sammen og det å kunne spille selvstendig, viktige ting å lære for elever. Men når det å spille sammen blir vanskelig å få til på grunn av et virus som tvinger all undervisning til å bli digital, får det å kunne spille selvstendig mer plass.

Flere mulige svar

Mitt doktorgradsprosjekt er ikke et prosjekt som prøver å gi tydelige svar på hva det vil si å kunne spille fiolin og hvem som gjør det. Jeg vil heller bidra til å finne *flere* svar. Å kunne spille fiolin er noe mennesker og ting gjør sammen, og det er noe som blir til i samspill mellom mennesker, tradisjoner og stadig skiftende situasjoner. Prosjektet mitt er heller ikke et prosjekt som prøver å forandre hvordan fiolinlærere underviser. Det gjør de (eller vi) allerede helt utmerket uten innblanding fra forskere! Men jeg har et lite håp om at jeg kan være med på å gi mer innsikt i at det å kunne spille er komplekst, og at lærere må ha frihet til å tilpasse undervisningen til den konkrete situasjonen de underviser i og til å påvirke de materielle forutsetningene for undervisningen.

Mari Ystanes Fjeldstad, fiolin, Oslo

Kjære stryker. Verker det i nakken? Er du stiv i ryggen?
Jeg er nok ikke den eneste musikeren som har erfart dette.
Jeg har brukt masse penger på forskjellige behandlinger.
Men for 15 år siden begynte jeg med yoga og pilates,
og siden har jeg ikke trengt noen behandling.

Når koronaen kom og treningsstudioer stengte, ble det aktuelt med digitale treningstimer. Og det har vært bare hyggelig å trene i sin egen stue. Under ESTA-konferansen i høst kom jeg over Pilates Strings, som min finske kollega **Heidi Mantere** har utviklet. Hennes metode er spesielt tilrettelagt for strykere, men er glimrende også for andre musikere.

Her kan du lese om pilates. Vi i ESTA Norge har i tillegg lagt ut en treningsvideo med Heidi Mantere på vår facebook-side og på medlemssidene. Yoga-matten kjøper du enkelt på nettet eller i sportsbutikk. Så er det bare sette i gang og kose seg! 😊

Marja Liisa Sandbakken, fiolin/bratsj, Oslo

Somatisk PILATES for strykere

Innledning

Fysiske og psykiske utfordringer blant strykere er svært utbredt, og rammer hovedsakelig finsensorisk motorikk. Som regel starter den målbevisste øvingen allerede i de tidlige barneårene, og da bør pedagogen være bevisst på utfordringer eleven kan møte underveis. Varierte sensomotoriske aktiviteter er helt vesentlig for forebygging av fysiske problemer og skader.

Musikernes hverdag kan sammenlignes med dem som er aktive mosjonister og idrettsutøvere. Kroppsbeherskelse, disiplin, nøyaktighet og målbevissthet i treningen skal være i god balanse. Idrettsutøvere på alle nivåer må sørge for god kontroll og disiplin under trening, uttøying og hvile. Også musikere har i de siste årene "våknet" og begynt å forstå viktigheten av fysiske aktiviteter kombinert med avspenning.

Pilates for fiolinister

Spillestillingen for fiolinister og bratsjister er ensidig og krevende. Kroppsholdning, ståstilling og lange øvingsøkter krever sitt. Dette byr som regel på problemer på lang sikt, og det er her **pilates**-treningen kommer inn i bildet. Denne treningsformen vil garantert hjelpe, særlig med å løsne opp spenninger i nakken og ryggen, og forebygge øvrige problemer.

Med pilates kan man styrke kroppen og forbedre kroppsbeherskelsen, samt lære avspenningsøvelser for nakke og skulder-regionen, ryggraden og spesielt korsrygg/hofte-regionen. I likhet med fiolinspill, krever også pilates-øvelser tid. Langsomhet og god konsentrasjon er nøkkelen! Du trenger kun din egen kropp og en yogamatte. Det finnes også ekstra utstyr, som baller, stenger, ringer og bolstre (treningsrulle). Men de er ikke nødvendige.

Joseph Pilates

Joseph Hubertus Pilates (1883-1967) ble født i Tyskland. Han var mye syk som barn og begynte med systematisk trening allerede i ungdomsårene. Han studerte forskjellige treningsformer, som tradisjonell tysk gymnastikk, stuping og kroppsbygging.

Etter å ha flyttet til England, jobbet han som sirkusakrobat, og under første verdenskrig utviklet han raskt en effektiv treningsform for sykehuspasienter på Man-øyas fangeleir. Pilates flyttet til New York i 1926 og utviklet "Contrology"-metoden som senere fikk navnet, som vi i dag kjenner til, pilates-metoden.

Joseph Pilates understrekte at når du finner balanse i tanke-kropp-sinn, vil det virke inn på hele menneskets personlighet, helse og livskvalitet.

Seks grunnprinsipper i Pilates

Kroppskontroll – Konsentrasjon –
Bruk av kjernemuskulatur –
God pusteteknikk – Presisjon – Flyt.

1. Kroppskontroll

Tanken er at bevegelsene utføres med full kontroll. Da utøves øvelsene effektivt og trygt. Bevegelsene i de forskjellige kroppsdelene samarbeider aktivt og styres av bevegelsens fart og retning. God kontroll i kjernemuskulaturen sørger for god styring av armer og ben.

2. Konsentrasjon

Riktig fokusering og god konsentrasjon er nøkkelen. Samspillet mellom kropp og sinn er sentralt for å utøve metoden korrekt og effektivt. Vær til stede og lytt til din kropp!

3. Bruk av kjernemuskulatur

Sentrering: Gjør øvelsene med et sterkt og stabilt senter. Kjenn at alle bevegelser oppstår fra kroppens kjerne, også kalt «power house». Dette er område omkring mage, rygg og bekken. Aktiveringen gjøres **før** selve bevegelsen.

4. God pusteteknikk

Under bevegelsene brukes lateralpust. Det vil si at man puster dypt inn i sidene slik at man kjenner at ribbena utvider seg når man puster inn, og når man puster ut trekker de seg sammen. På denne måten kan man puste dypt samtidig som man holder kjernemuskulaturen aktivisert og navlen inn mot korsryggen. Gjennom en bevisst og kontrollert pust kobles hodet og kroppen sammen. Den gode, jevne pusten gir oksygen til kroppen og god blodsirkulasjon. Pustens retning: Innpusten forbereder bevegelsen og ved utpust gjennomføres bevegelsen.

5. Presisjon

Bevegelsene skal være presise. Bevegelsene har alltid form og retning.

6. Flyt

Det skal være kontinuitet og dynamikk både i hver enkelt bevegelse og mellom øvelsene. Det betyr at det er jevn flyt gjennom hele aktivitet. Den aktive pusten følger med hele tiden!

Kroppens fire sentre

I øvelsene med Pilates arbeider man med å øke bevisstheten og kontrollen med kroppens fire sentre.

Kjernestøtte - Hofte/bekken -
Nakken - Skuldre

1. Kjernestøtte (midjen). Aktivisering av magemuskler. Forestill deg at bekkenbunnen trekkes oppover og navlen nedover. Eller «ta igjen glidelåsen». Dette er helt sentralt i alle Pilates-aktiviteter.

2. Hofte-bekken. Når du står, er det viktig å legge merke til at hofte, knær og ankene er i lineær (rett) posisjon i forhold til hverandre. Under foten er vekten jevnt fordelt mellom tærne og hælene. Hoften holdes som «halen under bena».

3. Følelsen av lengden i nakken (du føler at et usynlig trå trekker hodet oppover), et lite nikk med hodet og blikket rettet rett frem. Gjør «ja- og nei»-bevegelser med hodet. Dette er lurt å gjøre også mellom pilates-øvelser for å unngå at nakken stivner. Det er vanlig at spesielt fiolinister og bratsjister sliter med stiv nakke på grunn av ensidig spillestilling.

4. Man hører ofte «senk skuldrene!». Under skulderblader er det mange små muskler som blir oppdaget under øvelsene. Spenninger i disse musklene stråler ofte mot brystmuskulene. Stive brystmuskler og fremoverlente skuldre er en typisk plage hos oss strykere. Det er også lett å glemme at vekten i armene er stor.

Oppsummering

I Pilates-praktiseringen legger man vekt på følelsen av lengde i hele kroppen og avspenning i nakken. Aktiv pust (lateralpust) hjelper helheten. Bevisstheten av god kontroll med kroppens fire sentre kan direkte overføres til spilleposisjon og bevegelsesmønstre.



Fra videoen Heidi Mantere har laget til ESTA-Norge

Heidi Marjaana Mantere

er fiolinist og har diplomeksamen fra Helsinki konservatorium i 1997. Hun har også utdannelse innen pop/jazz som fiolinist og sanger. Heidi har undervist klassisk fiolin i 25 år og nesten like lenge i pop og jazz. Hun har jobbet som freelance-musiker, orkesterleder, solist, komponist og arrangør. Siden 2013 har Heidi vært leder i finske strykelærernes forbund. Hun har spesialisert seg i Colourstrings-metoden og ble sertifisert Colourstrings-lærer i 2010.

Heidi har selv opplevd en rask helbredelsesprosess ved hjelp av Pilates, og fikk dermed tent gnisten til å bli grundig kjent med metoden. Hun begynte med Pilates i 2007 og utdannet seg til instruktør i Somatisk Pilates i 2014

Her finner du mer info om Heidi:
www.heidi.fi og Heidi.fi/pilates



foto: Jukka Rapo

Heidi Marjaana Mantere

OMTALE

Erlend Skei

Mein erstes Konzert

31 lette konsertstykker
fra 5 århundrer

Dette er nok et nybegynnerhefte av Charlotte Mohrs. Easy concert piecenc 1 og 2 av samme utgiver og forfatter er tidligere omtalt i ESTA-nytt.

Dette heftet har mye til felles med Easy concert piecenc 1. Det er en flott samling nybegynnerstykker inndelt i renessanse/ barokk, klassisk, romantikk, lieder/kanon og moderne stykker, og elevene kan bli kjent med tonespråk som kjennetegner de forskjellige epokene. De mest kjente melodiene er fra den klassiske perioden, med stykker av Mozart, Haydn og Beethoven.

Stykkene spilles i 1/2, eller 1. posisjon, og det er nødvendig med mengdetrening på dette nivået for å trene opp styrke og intonasjon.

Det er fine akkompagnementsnoter på alle stykkene, og det følger også med CD, slik at elevene kan lytte og gjøre seg kjent med stykkene.

Takk til Charlotte Mohrs for nok en flott samling småstykker!

Erlend Skei, kontrabass, Nittedal



Mein erstes Konzert

31 lette konsertstykker fra 5 århundrer

Edited by Charlotte Mohrs

Schott 2019

Elevbok, pianostemme, CD

Noteheftet kan bestilles hos
www.notebutikken.no

Det skandinaviske klimaet, del 3 – Skader og forebygging

tekst og foto Stefan Lindholm

Artikkelen er tidligere publisert i svenske ESTA News 1/2020

I denne tredje og avsluttende delen om klimaets innvirkning på strengeinstrumenter, går vi gjennom vanlige forekommende skader som er relatert til tørr luft, og ser på hva vi kan gjøre for å hindre at de oppstår.

En forutsetning for at vi skal lykkes, er at vi regelmessig følger med på luftfuktigheten ved hjelp av et hygrometer (se ESTA-nytt Nr. 2 2020), og samtidig kjenner til de normale og ufarlige endringene som kan oppstå mellom sommer og vinter (se ESTA-nytt Nr. 3 2020).

Sargfugens funksjon og betydningen av kanten

Når luftfuktigheten synker, krymper treverket som strengeinstrumentene er bygget av. Skjer det raskt eller mye så kan det oppstå komplikasjoner, noe som kan føre til at fugene åpner seg eller treverket i verste fall sprekker. Det vanligste hendelsesforløpet er at en *såkalt sargfuge* (limfugen mellom lokket og sargen eller fugen mellom bunnen og sargen) åpnes som følge av bevegelsene til treverket. En åpen sargfuge kan føre til at klangen dempes eller at det oppstår en skurrelyd, men det er faktisk en god ting hvis det skjer. Det viser at instrumentets konstruksjon fungerer som forventet. Treverk er et veldig kraftig og viljesterkt materiale, som sprekker hvis det ikke kan trekke seg sammen når det trengs. Dette kan en åpen sargfuge forhindre. Allerede de første fiolinene fra 1500-tallet ble konstruert med et såkalt kantoverheng. Det vil si at kantene på lokket og bunnen stikker ut over sargen. Overhengen tillater de ulike delene å utvide seg eller trekke seg sammen og likevel fortsette å passe sammen. Derfor limes sargfugene som regel med et svakere lim som slipper før det oppstår så høye spenninger at treet sprekker. Takket være denne finurlige konstruksjonen, er det en enkel operasjon å lime en sargfuge som har åpnet seg uten at det skjer noe skade på instrumentet. Hvor viktig sargfugen og kantoverhengen er, kan ikke understrekes nok. Det er delvis takket være disse at fiolinmakere på en skånsom måte kan åpne et instrument når det trengs for en reparasjon. At det er mulig, har igjen bidratt til at vi fortsatt kan spille på fioliner som ble bygget på 1500- og 1600-tallet.



Bilde 1. Det er de som mener at kantoverhengen bidro til at fiolinfamilien overlevde gambe-familien.



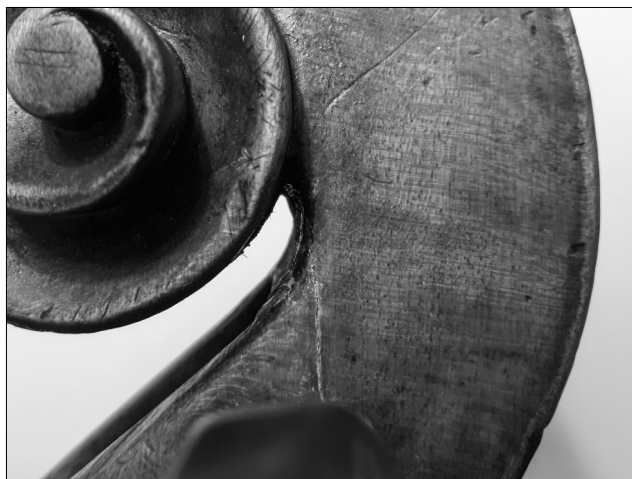
Bilde 2. Er sargen åpen? Bank forsiktig langs kantene og lytt etter en tikkende lyd eller sjekk med et papirark.



Bilde 3. Den vanligste typen tørrsprekk forekommer i lokket, på kanten av undersadelen.

Skruekassesprekk

En litt mindre vanlig sprekk, som også oppstår på grunn av endringer i luftfuktigheten, er skruerkassesprekk. Dette skjer ved A-skruen (D-skruer på cello) som følge av at treet ekspanderer etter hvert som luften blir fuktigere mot sommeren. Det som skjer er delvis at stemmeskruen utvider seg og blir større, men også at treet i skruerkassen utvides, noe som betyr at selve skruerhullet i seg selv blir litt mindre. Alt i alt kan dette føre til at skruer som ikke har blitt beveget på i lang tid blir klemt så hardt fast at skruerkassen til slutt sprekker.



Bilde 4. Skruerkassesprekker ved A-skruen kan oppstå hvis instrumentet har ligget urørt en stund.



Bilde 5. En av mange luftfuktere på markedet i dag.

Tørrsprekker

Hvis treverket krymper mye er det dessverre ikke alltid at sargfugenes funksjon er tilstrekkelig. Om den relative fuktigheten nærmer seg et kritisk nivå, si under 30%, er det stor risiko for at treverket vil bli skadet, og at det oppstår såkalte tørrsprekker. De kan faktisk forekomme nesten hvor som helst på et strykeinstrument, men det vanligste er at lokket sprekker. På cello og kontrabass er det heller ikke uvanlige med tørrsprekker i sargene, ettersom de er forholdsmessig veldig tynne i forhold til størrelsen sammenlignet med fiolin og bratsj. En tørrsprekk i lokket oppstår vanligvis i øvre eller nedre kant fordi sprekkene følger treverkets årringer. Treverket begynner ofte å sprekke i kanten av eller innenfor ileggslisten. Denne intarsiaen har i tillegg til å være vakker, faktisk som funksjon å hindre sprekker fra å fortsette fra kanten og videre inn i instrumentet. Den vanligste typen tørrsprekker som oppstår på strengeinstrumenter vises i bilde 3. De starter på kanten av undersadelen, og oppstår fordi sadelen ligger og sperrer når treverket i lokket ønsker å trekke seg sammen sideveis.

Luftfuktere og inneklima

Da jeg var liten hadde besteforeldrene mine blomsterkasser hengende på varmeovnen, og jeg husker at jeg tenkte det var rart at det aldri var noen blomster i dem. I dag vet jeg at det ikke var blomsterkasser i det hele tatt. Det var luftfuktere. Tidligere var det ganske vanlig at man hadde vannbeholdere av keramikk eller metall som hang på ovnen. Dermed ble inneluften fuktet av den samme varmeovnen som tørket den ut. I dag er det mange flere modeller og varianter av luftfuktere på markedet som fungerer på forskjellige måter. Noen varmer vannet som så fordampes, og andre har en motor som blåser og derved akselererer fordampningen av vannet. En god luftfukter som er godt tilpasset til størrelsen på rommet, er uten tvil den beste og sikreste måten å unngå at instrumenter står i fare for å sprekke på en tørr vinterdag. I tillegg kan det være en fin måte å forbedre det generelle inneklimaet om vinteren for de av oss som ellers opplever ubehag som f.eks. tørre hender og øyne. Det er det samme for instrumentene som for oss mennesker, for noen kan det være et stort ubehag mens andre ikke engang legger merke til det.

Luftfuktere for musikkinstrumenter

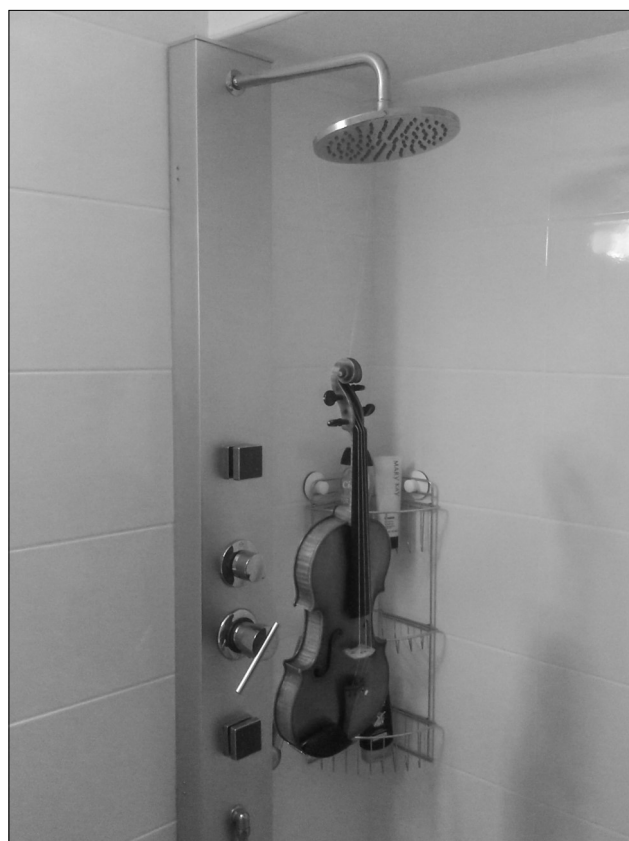


Bilde 6. Når den lille beholderen til venstre er fylt med vann, avgir den langsomt litt fuktighet inne i kassen. Til høyre ser vi et innebygd hygrometer.

Det finnes også små luftfuktere på markedet designet for musikkinstrumenter. Dampit, Stretto og Humiditrak er noen kjente produsenter, og i noen instrumentkasser er det en liten beholder installert. Alle fungerer i utgangspunktet på samme måte. Man fyller en beholder eller et rør, ofte med en svamp inni, som skal holde fuktigheten lenger og deretter sakte avgi fuktighet gjennom små hull, enten direkte inn i kassen eller inn i instrumentet. Alle disse små luftfukterne er mye bedre enn ingenting, men dessverre er det ofte ikke nok for en tørr vinter.

Dusje med fiolin

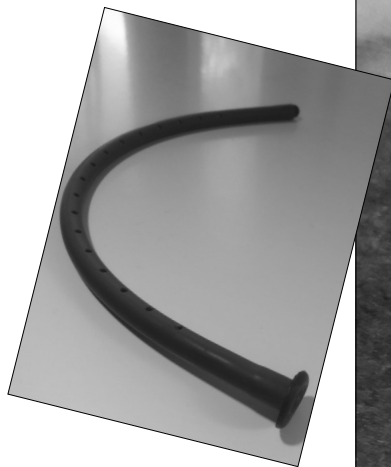
Hvis du våkner opp en dag og ser på hygrometret ditt at det plutselig har blitt så tørr luft innendørs at det er fare for instrumentet, finnes det et godt middel hvis du ikke har en skikkelig luftfukter. Ta instrumentet inn på badet etter at du har dusjet og la det være der i noen minutter. Treverket i instrumentet tar til seg fuktighet fra den fuktige baderomsluften, og i mangel av noe annet kan det redde instrumentet ditt på de tørreste dagene. Selvfølgelig er det viktig at du følger veldig nøye med hele tiden på badet og sørger for at instrumentet ikke kommer i direkte kontakt med en våt overflate eller at luften er så fuktig at det oppstår kondens på lakken.



Bilde 7. Kan det virkelig være en god idé å dusje fiolinen på en tørr vinterdag?



Stefan Lindholm er fiolinbyggermester og restauratør med erfaring fra England, Frankrike, Tyskland, Nederland og Italia. I sitt atelier i Stockholm bygger han nye instrumenter, selger eldre strykeinstrumenter og forsker på instrumenthistorie.



Bilde 8. Husk å fjerne mikrofon, Dampit eller andre ting som berører lakken på en varm sommerdag.

Sommer og sol

Ofte er sommeren ikke en så problematisk tid som vinteren for strykeinstrumenter, men det er noen alvorlige skader som kan oppstå raskt og plutselig hvis du ikke følger med eller er uheldig. Høy varme kan generelt forårsake store skader, og derfor er det viktig å ikke la instrumentet være i en bil på en varm sommerdag. På samme måte er det lurt å unngå at instrumentet eksponeres for sterkt sollys,

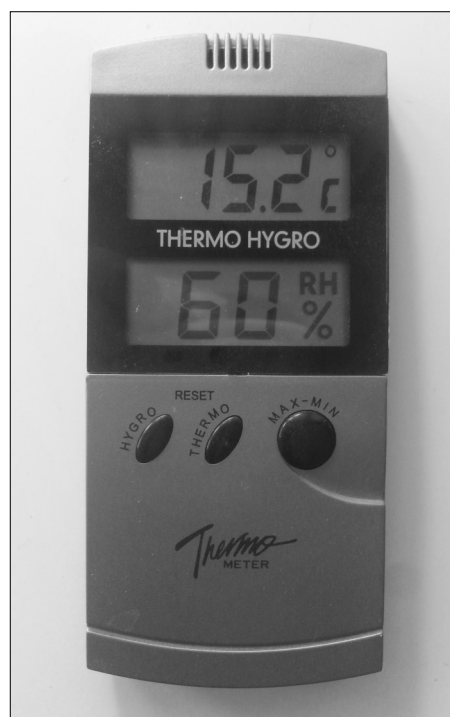
og det kan være klokt å fjerne mikrofoner, Dampit eller lignende som berører lakken når det er varmt, spesielt hvis de ikke brukes. Andre skader og endringer som kan oppstå som følge av høy varme, er at limfuger og reparasjoner kan åpne opp og i ekstreme tilfeller kan gripebrett begynne å bøyes.

HAR DU FULGT MED?

HER ER ET KONTROLLSPØRSMÅL OM DET SKANDINAVISKE KLIMAET:

Bildet til høyre er tatt innendørs i Sverige i løpet av januar måned og den første snøen har nettopp falt. Hvordan kan den relative fuktigheten på dette tidspunktet være så høy som 60%?

Svaret finner du på side 17



Music is Joy - inkluderende fiolinundervisning

Liisa Tuomaala om Francesca Raimondo

Inkluderende og tilrettelagt undervisning er et tema som vi strykepedagoger ofte møter. Mange av dere lesere deler sikkert samme erfaring som skribenten:

– Inkluderende og tilrettelagt undervisning er noe vi vet alt for lite om. Som oftest gjør vi så godt vi kan. Vi prøver sammen med foresatte å finne løsninger til elevens beste. Selve intensjonen er allerede et skritt i riktig retning, men det hadde også vært fint å få litt faglig påfyll og ekspertråd om hvordan vi best kan ivareta elever med spesielle behov. I Esta-bladet 1 2020 kunne vi lese om **Francesca Raimondi**. Nå tilbyr Francesca online-kurs «Music is Joy» for alle som ønsker å øke sin kompetanse i å undervise barn med spesielle behov.

Francesca Raimondi

er en italiensk fiolinpedagog og barnepsykolog som har brukt hele sitt yrkesaktive liv til å jobbe med barn med spesielle behov, enten det er snakk om neuropsykologiske diagnoser, genetiske syndromer som cerebral parese eller Downs syndrom, eller diverse psykologiske lidelser. Hun har studert både psykologi og atferdsanalyse. I tillegg er hun dypt inspirert av Suzuki-metodikken, og i gang med å fullføre Suzuki-utdanning. Hun har også studert Children's Music Laboratory-metodikk, en musikkpedagogisk metodikk for førskolebarn, utviklet av Elena Enrico.



foto: Antonella Loia

Maria 8 år og Francesca

Alle barn kan lære

Allerede i ung alder av hadde Francesca en brennende interesse for barn og undervisning. Og da hun som 15-åring leste boken «One Child», skrevet av den amerikanske barnepsykologen Torey Hayden, visste hun hva hun ville gjøre resten av livet:

«Torey sa at alle barn kunne lære og at ingen barn var håpløse. Alt berodde på lærerens motivasjon og kompetanse, og viljen til å gjøre en forskjell og produsere en endring. Jeg var 15 år og hadde bestemt meg: Jeg ville bli barnepsykolog og jobbe med barn med spesielle behov. Jeg elsker barn og jeg elsker utfordringer, og å jobbe med barn med spesielle behov er utfordrende på en positiv måte. Selv om jeg var ung, så jeg på barn med spesielle behov på samme måten som alle andre barn. Jeg tenkte allerede da at vi alle er ulike og unike, med eller uten spesielle behov.»

Senere i tenårene ble Francesca kjent med Suzuki-metoden. Hun opplevde en Suzuki-konsert for første gang, og ble igjen dypt imponert over Suzukis tankegang:

«Suzuki sa også at alle barn kunne lære, men han gikk enda lenger. Han sa at alle barn kunne lære å spille fiolin.»

Gjennom årene har Francesca, ifølge sine egne ord, undervist barn med spesielle behov bokstavelig talt i alle mulige situasjoner og institusjoner: I skoler, ulike institusjoner, sykehus, sommerkurs, hjemme, laboratorier og hun har deltatt i ulike konferanser. Hun har også studert tilpasset atferdsanalyse (Applied Behavior Analysis).

Oonas røde rullestol

Oona er en av Francescas unge elever. Hun er 6 år gammel og bor i Edinburgh. Oonas bror spiller fiolin, og Oona har alltid hatt lyst til å spille fiolin hun også. Oona er en aktiv liten jente som liker å synge, løpe, svømme og lese. Hun har også en motorisk funksjonshemming. Hun kan ikke gå uten hjelp, og trenger hjelp av rullator eller rullestol. Hun har også motoriske problemer med armene, spesielt på høyre siden av kroppen, samt talevansker på grunn problemer med muskler som produserer lyd.

Francesca beskriver sin elev slik: «Oona er en utrolig entusiastisk elev. Hun er kvikk og aktiv, viser mye indre styrke og målbevissthet, og hun er veldig lærevillig. Hun elsker utfordringer, vil alltid prøve ut ting og er ikke redd for sine egne begrensninger.»

Oona og Francesca har jobbet mye med Oonas buegrep. Hennes største utfordring har vært å kunne holde buen ordentlig og bevege armen raskt nok. Francesca har utfordret henne med et «race» hvor Oona skal prøve å spille «Atte Katte Noa»-rytme på E-strengen så mange ganger som hun klarer. Francescas mål for henne er 24 ganger på 35 sekunder og Oona har nå kommet fra 10 ganger på 18 sekunder.

«Oona er en veldig seriøs og dedikert elev. Hun øver daglig, og vil hele tiden gjøre det bedre. Hennes mamma, Eleanor, deltar på hver time og øver med henne. Broren støtter henne også, og framgangen hennes er resultat av et fantastisk teamarbeid» sier Francesca.

«Da vi startet med å jobbe med hennes venstre hånd, skjedde det noe helt vidunderlig. Det var ganske vanskelig for henne både å holde fiolinen og å bruke fingrene. Men så bestemte organisasjonen May We Help seg for å hjelpe Oona. De ba den videregående skolen Milford Engineering i Ohio i USA om å utvikle en støtte som holder fiolinen oppe, og som er skreddersydd for Oonas rullestol. Støtten er lett og fleksibel, og nå kan Oona spille med venstre hånds fingre i korrekt posisjon med frihet og uten spenning»

Oonas mamma Eleanor har en offentlig facebook-side og Instagram-konto hvor det er mulig kan følge Oonas liv og mange aktiviteter. Både facebook-siden og Instagram-kontoen heter Little Red Wheelchair.



Spesialstøtte for fiolinen fra Milford Engineering high school





Det er mulig å finne veier til å undervise alle, men det krever kompetanse, kunnskap og strategier.

Online-kurs Music is Joy

Francesca Raimondis online-kurs «Music is Joy» ble til etter mange års studering og erfaringer med å jobbe med barn med spesielle behov. Det ledende prinsippet bak hennes praksis har hele tiden vært å vise at alle barn kan lære å spille fiolin.

«Jeg vet at Suzuki har sagt at alle kan lære, men hvor mange lærere mener virkelig det?» spør Francesca. Hun mener at grunnen til at lærerne ikke underviser alle ikke er viljen, men mangel på kunnskap.

«For å bli en inkluderende lærer trenger en mye kunnskap, teori og erfaring. Det er det som gir læreren sikkerheten og tillitten til å kunne være en inkluderende lærer og undervise alle. Barn med spesielle behov får oftest et musikkterapi-tilbud, men musikk kan også være en lærings-aktivitet for alle. Det er mulig å finne veier til å undervise alle, men det krever kompetanse, kunnskap og strategier.» sier Francesca.

For å svare på etterspørselen etter kunnskap om undervisning av barn med spesielle behov, besluttet Francesca å lage et kurs som hjelper instrumentalpedagoger til å bli mer inkluderende lærere. Kurset gjennomføres som online-kurs på engelsk. Hovedmålgruppe er fiolinlærere, men kurset er også åpent for alle instrumentalpedagoger som trenger mer kunnskap om undervisning av barn med spesielle behov.

Kurset inneholder en introduksjon til Music is Joy, samt en introduksjon til tilpasset atferdsanalyse med en spesialist i tilpasset atferdsanalyse. I løpet av kurset gjennomgås temaer som fiolinundervisning og autisme, ADHD og læringsvansker, genetiske syndromer, cerebral parese og psykologiske lidelser hos barn. I tillegg er tilknytning, motivasjon, læring og kommunikasjon med foresatte temaer i kurset. Mer informasjon om kurset fås ved henvendelse på epost til Francesca: francesca.raimondi83@gmail.com

Liisa Tuomaala, bratsj, Hammerfest



Linker:

Children s Music Laboratory ved Elena Enrico

www.musicalgarden.it

Oonas Little Red Wheelchair
www.facebook.com/littleredwheelchair

Instagram: Little Red Wheelchair

Fado in some notes

PORTO 2020

- for a better knowledge of it's roots

foredrag med Artur Caldeira (Portugal)

Fado er den mest anerkjente musikkstilen som stammer fra Portugal. Nylig ble fado oppført på Unescos liste over mesterverker i immateriell kulturarv.

Fado ble bredt spredt internasjonalt av Amália Rodrigues, ansett som en av de mest populære stemmene fra det 20. århundre, og hvis hundreårsjubileum Portugal feiret i 2020.

«Dette er en mulighet til å introdusere ESTA-deltakerne for litt av den musikalske kulturen som er mest iboende i det portugisiske folket.» Med disse ordene startet Artur Caldeira, portugisisk gitarist, sitt foredrag om Fado for deltakerne på ESTA-konferanse i Porto. Denne gangen via skjermen, i en digital utgave på Zoom, da det dessverre ikke var mulig å samles fysisk til stede i Portugal i september i 2020.

Opprinnelsen til Fado er ikke nøyaktig kjent, noe som er normalt for mange populære musikkstiler. Den har endret seg over tid, og det er ikke nok informasjon til å spore historien. Det finnes noen teorier om fadoens afro-brasilianske opprinnelse. Andre teorier går ut på at fado stammer fra dype portugisiske røtter. Det som er sikkert, er at fado har hatt forskjellige påvirkninger gjennom sjømenn og deres reiser. Av denne grunn fant fadoen i Lisboa, en by med mange forbindelser til verden til sjøs, et passende habitat for utvikling. Fado vokste frem i Lisboas fattige bydeler (Alfama og Mouraria). Sangen handlet bl.a. om hjemlengsel og kjærlighet, men kunne også handle om politikk, kriminalitet og regimekritikk.

Fado kan bety skjebne, av latin "Fatum", men stammer faktisk fra det greske ordet "Phados" (eller "Parcas"). Mer enn en musikalsk stil, er Fado en poetisk-musikalsk stil, der ord er grunnleggende. Intens sentimental musikk fremføres av én sanger akkompagnert av en eller flere gitarer, bl.a. *guitarra portuguesa* og spansk gitar, *guitarra clássica* eller *viola* i Portugal.

Fado har mange variasjoner. I Caldeira sitt foredrag fikk vi hovedsakelig høre om to forskjellige typer av fadoen – Tradisjonell fado og Fado Canção.



Tradisjonell fado har syklisk strofisk form, mangler refreng og stiller høye krav til sanger (mye improvisasjon). Fado canção er annerledes enn tradisjonell fado – melodien i sangen er allerede komponert, teksten er et spesifikt dikt, og det kreves ikke like mye improvisasjon fra sangeren.

Når vi nevner fado kommer vi ikke utenom ordet *saudade*. Det er et særegent portugisisk ord for melankoli og lengsel som fado og portugisisk temperament er så preget av.

Caldeira gikk videre i beskrivelsen av tradisjonell fado. Det finnes tre underarter under tradisjonell fado – Fado Menor (melankolsk fado, i sakte tempo med mindre definert original melodi), Fado Corrido ("glad" fado i raskt tempo) og Fado Mouraria som etter sine karakteristiske trekk er en kombinasjon av Fado Menor og Fado Corrido.

Og hver underart har sine underarter som også ble nevnt.

Vi fikk høre ulike lydeksempler av fadoen slik at vi kunne forstå noe av det Caldeira pratet om.

For en fado-elsker som meg ble det et kort og lærerikt foredrag med mye god informasjon. Jeg savnet selvfølgelig å få høre fadoen live, men det får jeg håpe blir mulig å oppleve i 2024 når ESTA Portugal på nytt arrangerer konferansen.

Jasmina Kozic, bratsj/fiolin, Fauske

Sheila M. Nelson (1938 - 2020)



foto: Cathy Elliot

Mandag 16. november 2020 sovnet Sheila M. Nelson fredelig inn.

Hun vil bli husket med kjærlighet for alt hun har gjort for strykeundervisningen; både av sine mange elever og studenter, og av alle de som sluttet seg til dem for å spille kammermusikk, enten hjemme hos henne eller som en del av Tower Hamlets String Teaching Project.

Hun vil bli husket for hvordan hun med grenseløs energi og entusiasme generøst øste av sin kunnskap til andre strykerlærere. Og ikke minst vil hun bli husket for det omfattende repertoaret hun har etterlatt til oss.

Sheila Mary Nelson, kjent som Sheila M. Nelson, ble født i Manchester i 1936. Hun var datter av Mary og Cyril, en ingeniør og ivrig pianist, og hadde en eldre bror ved navn John og en yngre bror ved navn Michael. Sheila begynte å eksperimentere med å undervise sin yngre bror Michael lenge før hun ga sine første «ordentlige» undervisningstimer, i en alder av 16 år. Hun ble utdannet ved Manchester High School for Girls, hvor hun hadde rollen som «Head Girl» det siste året.

Sheila studerte fiolin ved Royal College of Music i London, og tok samtidig en bachelorgrad i musikk ved London University. Senere studerte hun ved konservatoriet i København og University of Birmingham. Sheilas profesjonelle yrkesliv startet som frilansfiolinist, hovedsakelig med oppdrag i kammerorkestre. Hun var medlem av Menuhin Festival Orchestra og English Chamber Orchestra, og spilte også med Royal Philharmonic Orchestra. Mens hun fortsatte som utøver, ble Sheila stadig mer interessert i undervisning. Dette gjenspeiles i kapittelet «Education for Survival» i boken «Violin and Viola», utgitt i 1972 av Ernest

Det skandinaviske klimaet - svar på spørsmålet på side 12

Termometeret viser at det bare er 15,2°C noe som indikerer at varmesystemet ikke er startet ennå . Derfor har det ikke blitt tørt innendørs ennå.

Benn Ltd., og trykket i nytt opplag i 2003. Her snakker hun om viktigheten av å utdanne lærere, og den «onde sirkelen av inkompetanse som kan oppstå ved dårlig undervisning og videreføring av feil teknikker».

I 1976 ble Sheila tildelt Churchill Fellowship, og dro til USA for å arbeide sammen med den fremtredende fiolinpedagogen Paul Rolland. Da hun kom tilbake til Storbritannia ble hun invitert til å lede et strykeundervisningsprosjekt i Tower Hamlets. Her løftet hun som kjent undervisningsmetoden for hele strykerklasser, som hun hadde sett i USA, til nye høyder. Fra dette prosjektet ble det utviklet en hel serie med bøker for alle strykeinstrumenter utgitt av Boosey & Hawkes. Prosjektet hadde også et banebrytende opplæringsprogram for strykerlærere som en integrert del. Der jobbet pedagogikkstudenter sammen med erfarne lærere i klasserommet, mens de fikk pedagogisk opplæring fra Sheila. I 1987 ble det laget en dokumentarserie i seks deler om Tower Hamlets-prosjektet. Serien ble kalt «Beginners Please» og kulminerte i en forestilling i Royal Festival Hall. Mange prosjekter rundt om i verden hentet inspirasjon fra dette.

Sheila hadde også en blomstrende privatpraksis i sitt hjem i Nord-London. Der fikk elevene undervisning to ganger i uken; en kort individuell spilletime og en lengre gruppetime. Elevene hennes samlet seg også hjemme hos henne i helgene for å spille i kammergrupper, forsterket med lokale unge cellister. I 1990 ble hennes student Nicola Loud kåret til BBC Young Musician of the Year, og mange av hennes elever har gått videre til karrierer som solister, kammer- eller orkestermusikere, eller de har fortsatt å spille som entusiastiske amatører.



foto: Steve Bingham

Sheila Nelson mottar ESTA pris

Sheila var den aller første mottakeren av ESTA-prisen for sitt bidrag til strykerundervisningen. Gjennom hele sitt voksne liv var hun en stor tilhenger av og bidragsyter for ESTA, gjennom regelmessige kurs og workshops som hun ga. Hennes navn vil leve videre i Sheila Nelson Stringwise Bursary Fund.

I sine siste år ble Sheila rammet av sykdommen Alzheimers og var ikke lenger i stand til å undervise. Hun flyttet inn til familien som tok seg av henne etter hvert som sykdommen utviklet seg. Hun beholdt sin kjærlighet til musikken til slutten av sitt liv.

Innholdet i denne artikkelen er hentet fra hjemmesiden til ESTA UK.

ESTA Online Konferanse 2021

Formal and Informal Teaching and Learning

24. - 26. september

Det er fremdeles en usikker koronasituasjon i Europa, og styret i ESTA-Europa annonserer derfor at årets konferanse blir digital, på samme måte som Portugal 2020. Styret i ESTA-Europa har ansvar for opplegget og planleggingen er allerede i gang.

Tema er «**Formal and Informal Teaching and Learning**».

Den digitale konferansen fra Portugal ble en stor suksess, og Ellinor forteller mer om dette i sin leder. Vi kommer tilbake med mer opplysninger om årets konferanse etter hvert.

