

Lärandebingo

Fundera på något du vill bli bättre på under kommande år.	Lyssna på  poddavsnittet "När förändringen tar fart" från Transformationspodden.	Fråga en släkting eller vän: "Hur såg du på kunskap när du var ung?"	Välj en sak du är stolt över från det senaste året – och reflektera kring vad som gjorde det möjligt.	Läs 10 minuter i vilken bok som helst. 
Be en AI-tjänst (Chat GPT/Copilot etc) att utforma ett test till dig om något du vill lära dig mer om.	Reflektera: En av mina bästa egenskaper på jobbet är...	Skriv en lista med tre saker som du är tacksam för.	 Titta på någon av AI Swedens introfilmer till generativ AI	Fråga en vän eller kollega: "Vad har du lärt dig det senaste året som överraskade dig?"
Fundera "Något jag ändrat min syn på de senaste 10 åren är..."	Be om att få följa en kollega i ett arbetsmoment (jobbskugga).	Läs artikeln  <i>Vad innebär det att vara en lärande organisation?</i> av Lars-Erik Ellström	Välj valfri låt och reflektera: Vad får den dig att känna/tycka/vilja göra? 	Reflektera: Hur blir jag när jag är stressad – och vad hjälper?
Se ett kort klipp (5–10 min) om något du inte kan.	Skriv ett peppande meddelande till en kollega. 	Skriv ner en situation i år där du lärde dig något viktigt – och varför det fastnade.	Be en kollega eller vän visa ett verktyg, arbetssätt eller knep de använder – stort eller smått.	Lyssna på  poddavsnittet "Så tänder dopaminet lusten att lära" från Livslångt lärande.
 Titta på "Utblick 2026 - Sönderfall" med Carl Heath.	Gör något som ger dig återhämtning – och fundera på varför det funkar för dig.	Föreslå ett möte med någon du är nyfiken på. 	 Lyssna på valfritt avsnitt av podden "Vård och vibes"	Testa att göra något på jobbet eller hemma på ett annat sätt än du brukar.



Länkar till poddar, filmer och artiklar hittar du på nästa sida.



Länkar

När förändringen tar fart – intervju med Mörbylånga kommun (Transformationspodden).

AI Swedens introfilmer till generativ AI

Vad innebär det att vara en lärande organisation – och hur gör man? Artikel med Per-Erik Ellström

Anna Tebelius Bodin: Så tändar dopaminen lusten att lära (Livslångt lärande på RISE).

Utblick 2026 – Sönderfall – en omvärldsanalys av Carl Heath (finns som film eller rapport).

Podden Vård och vibes