

# Interkulturelles Training Schweden



 SCHWEDISCH - INTENSIV

Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab



# Nationalsången

1

Du gamla, Du fria, Du fjällhöga nord  
Du tysta, Du glädjerika sköna!  
Jag hälsar Dig, vänaste land uppå jord,  
/: Din sol, Din himmel, Dina ängder gröna. :/

2

Du tronar på minnen från fornstora dar,  
då ärat Ditt namn flög över jorden.  
Jag vet att Du är och Du blir vad Du var.  
/: Ja, jag vill leva jag vill dö i Norden. :/

1

Du alter, du freier, du gebirgiger Norden  
Du stiller, du freudenreicher Schöner!  
Ich grüße dich, lieblichstes Land der Erde,  
/: Deine Sonne, deinen Himmel, deine grünen Wiesen. :/

2

Du thronst auf der Erinnerung großer, vergangener Tage,  
da dein Name geehrt durch die Welt flog.  
Ich weiß, dass du bist und du bleibst, was du warst.  
/: Ja, ich will leben, ich will sterben im Norden. :/

# Vad heter du?

Hej, jag heter Paul. Vad heter du?

Hejsan, jag heter Brigitte. Och du, vad heter du?

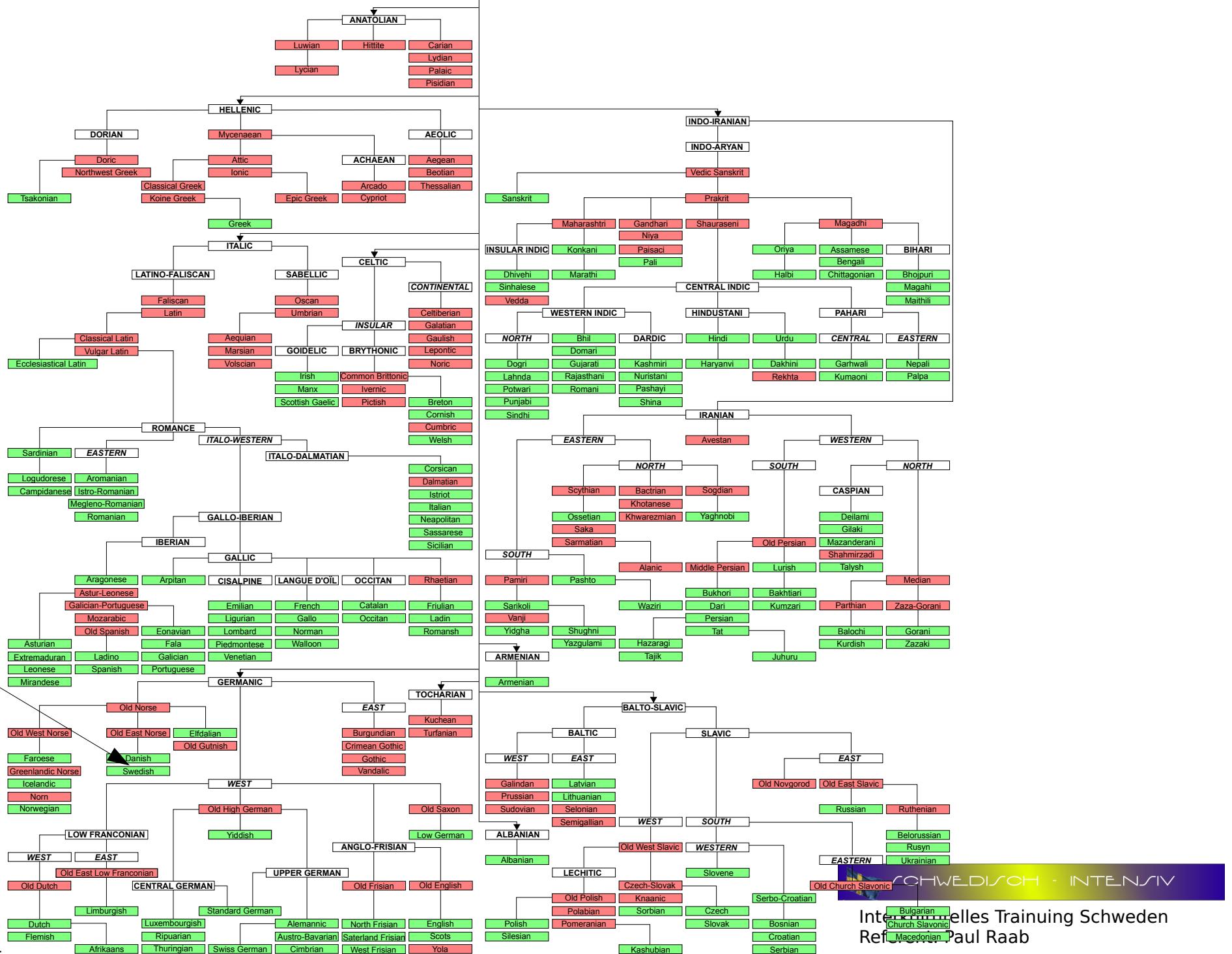
Tjäna, jag heter Werner och vad heter du?

God morgen, jag heter Cornelia. Vad heter du?



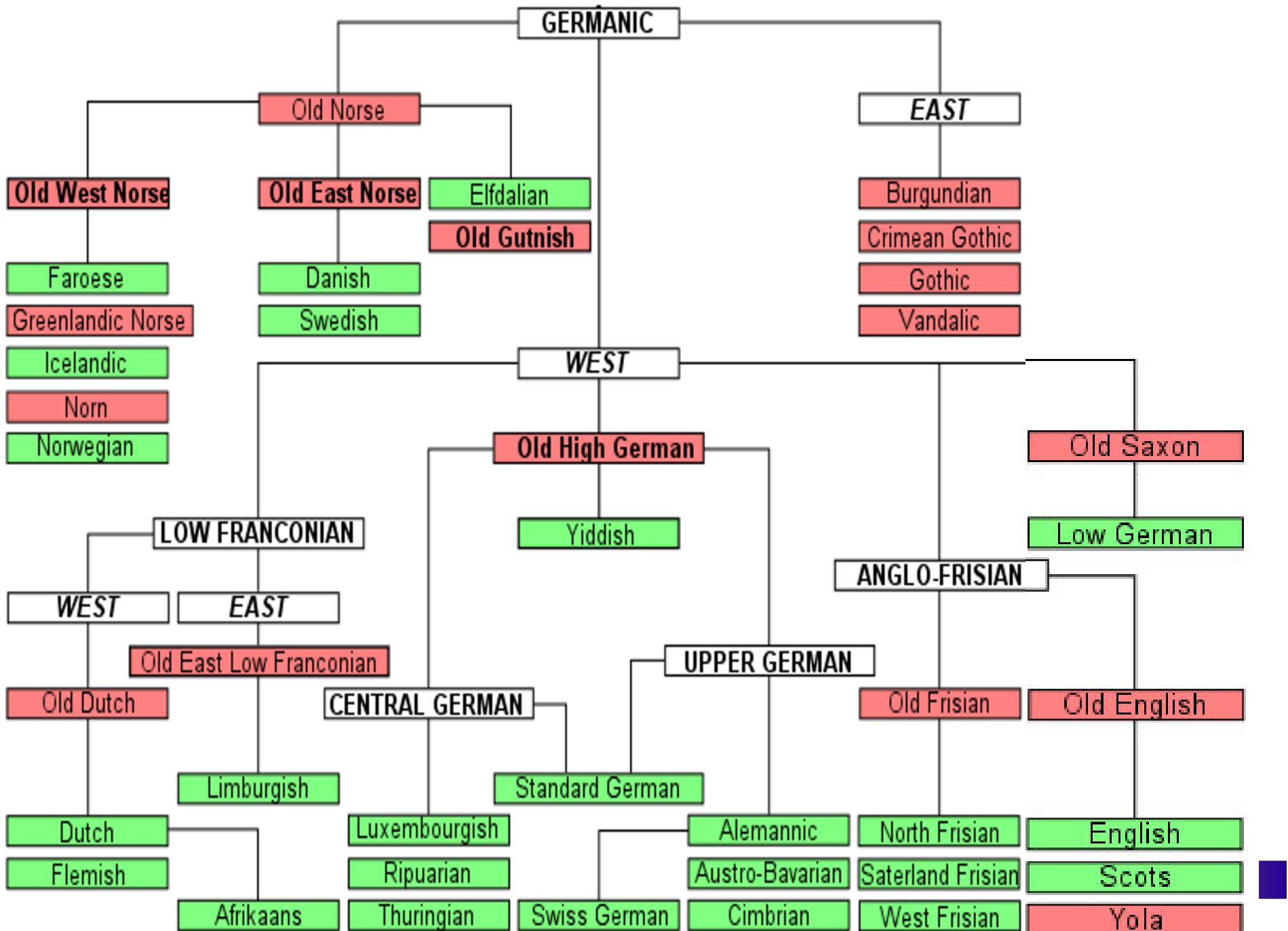
track01a

# Die schwedische Sprache



SCHWEDISCH - INTENSIV  
Intensives Training Schweden  
Reflexion Paul Raab

# Die schwedische Sprache



# Die schwedische Sprache

## Falska väänner

artig = höflich

backe -n -ar = Hügel

blöt = nass

byrå = Kommode

hägtid = Feiertag

kind = wange

kittel = Kessel

ledig = frei, keine Arbeit haben

medelålder = Lebensmitte

medeltiden = das Mittelalter

fil = Feile, Fahrspur, Datei, eine Art Yoghurt

# Die schwedische Sprache

## Falska vänner

semester = Urlaub

... fick din mamma

pengarna?

termin = Semester

tid = Termin

slang = Schlauch

orm = Schlange

mask = Wurm

kö = Schlange (stehen), Stau

stund = Weile

timme = Stunde

springa = rennen

hoppa = springen

öl = Bier

olja = Öl

[https://sv.wikipedia.org/wiki/Lista\\_%C3%B6ver\\_falska\\_v%C3%A4nner\\_mellan\\_svenska\\_och\\_tyska](https://sv.wikipedia.org/wiki/Lista_%C3%B6ver_falska_v%C3%A4nner_mellan_svenska_och_tyska)



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Die schwedische Geschichte

Vorgeschichte ca. 12.000 v.Chr. - 793 n. Chr.

Wikingerzeit 793 – 1050

Ältr. Mittelalter 1050 - 1250

Folkungazeit 1250 - 1389

Kalmarunion 1389 - 1520

Ält. Vasazeit 1520 -1611

Großmachtzeit 1611 - 1721

Freiheitszeit 1721 - 1772

Gustavianische Zeit 1772 - 1809

Unionszeit 1809 - 1905

Demokratiedurchbruch 1905 - 1920

Zwischenkriegszeit 1920 - 1939

Zweiter Weltkrieg 1939 - 1945

Nachkriegszeit 1945 - 1967

bis Ende des kalten Krieges 1967 - 1991

Jetztzeit 1991 -

Ukrainekrieg -> NATO-Beitritt 2021 -

# Sozialdemokratische Regierungen

1. Branting I 1920
2. Branting II 1921–1923
3. Branting III 1924–1925
4. Sandler 1925–1926
- ← Keine Sozialdemokraten
5. Hansson I 1932–1936
6. Hansson II 1936–1940
7. Hansson III 1939–1945
8. Hansson IV 1945–1946
9. Erlander I 1946–1951
10. Erlander II 1951–1957
11. Erlander III 1957–1969
12. Palme I 1969–1976
- ← Keine Sozialdemokraten
13. Palme II 1982–1986
14. Carlsson I 1986–1990
15. Carlsson II 1990–1991
- ← Keine Sozialdemokraten
16. Carlsson III 1994–1996
17. Persson 1996–2006
- ← Keine Sozialdemokraten
18. Löfven I 2014–2019
18. Löfven II 2019–2022
- ← Keine Sozialdemokraten

# Minderheitsregierungen

Branting I	1920	← Minderheitsregierung
Branting II	1921–1923	← Minderheitsregierung
Branting III	1924–1925	← Minderheitsregierung
Sandler	1925–1926	← Minderheitsregierung
Ekman	1926 - 1932	← Minderheitsregierung
Hansson I	1932–1936	← Minderheitsregierung
Hansson II	1936–1940	
Hansson III	1939–1945	
Hansson IV	1945–1946	← Minderheitsregierung
Erlander I	1946–1951	← Minderheitsregierung
Erlander II	1951–1957	← Minderheitsregierung
Erlander III	1957–1969	← Minderheitsregierung
Palme I	1969–1976	← Minderheitsregierung
Fälldin I – III	1976- 1982	← Minderheitsregierung
Palme II	1982–1986	← Minderheitsregierung
Carlsson I	1986–1990	← Minderheitsregierung
Carlsson II	1990–1991	← Minderheitsregierung
Bildt	1991-1994	← Minderheitsregierung
Carlsson III	1994–1996	← Minderheitsregierung
Persson	1996–2006	← Minderheitsregierung
Reinfeldt	2006-2019	← Minderheitsregierung
Löfven I	2014-2019	← Minderheitsregierung
Löfven II	2019-2021	← Minderheitsregierung
Andersson	2021-2022	← Minderheitsregierung
Kristersson	2022 -	← Minderheitsregierung

# Folkhemmet

## Der schwedische Wohlfahrtsstaat

3 grundlegende Säulen

1. Wirtschaftliche Sicherheit
2. Soziale Sicherheit
3. Gesundheit

Finanziert durch Steuern

Kritik ab 1970: Steuern zu hoch

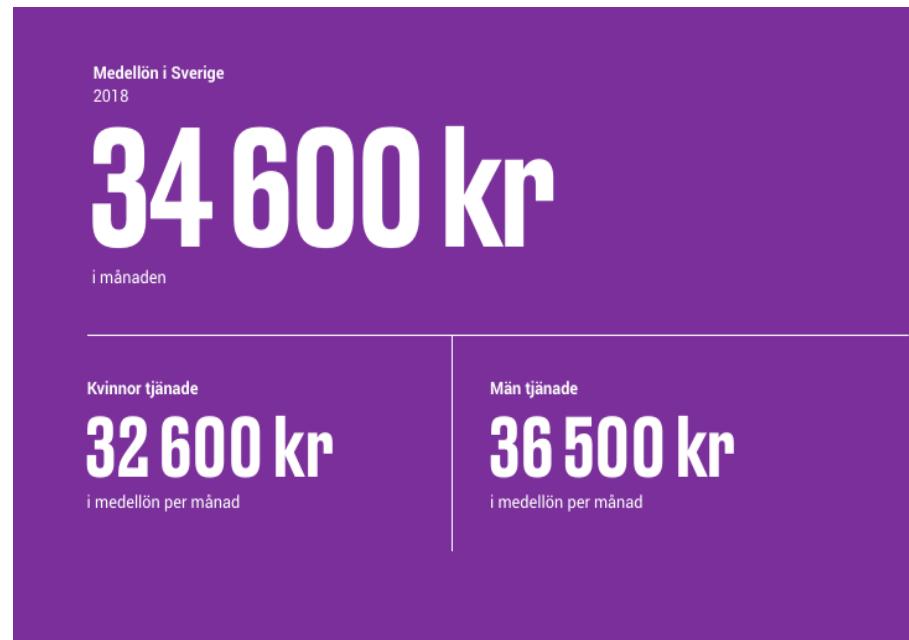
Astrid Lindgren: Pomperipossa in Monismanien

Sozialdemokraten verlieren Reichstagswahl 1976

Seit den 1980-er Jahren Abbau des „Volksheims“

# Folkhemmet

## Der schwedische Wohlfahrtsstaat



2023: 39.900 Kr.

Arbetsgivaren betalar för dig 45.471 kr

Arbetsgivaravgift 10.871 kr

Din bruttolön = 34.600 kr

Kommunalskatt = 11.128 kr

Jobbskatteavdrag = 3.092 kr

Begravningsavgift = 86 kr

Public service-avgift = 108 kr

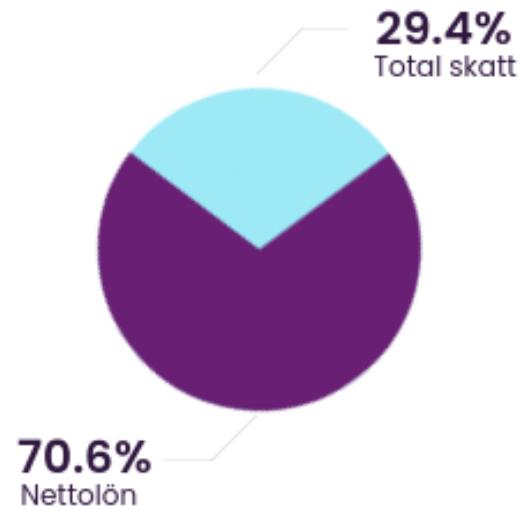
Skattereduktion förvärvsinkomst = 125 kr

På ditt lönebesked = 26.496 kr

Summa skatter 18.976 kr

## Beräknad nettolön

Lön	40 000 kr
Kommunalskatt	- 11 583 kr
Andra	- 178 kr
<b>Summa skatt</b>	<b>- 11 761 kr</b>
<b>Nettolön</b>	<b>* 28 239 kr</b>
Marginal skattesats	33.6%
Genomsnittlig skattesats	29.4%



# Folkhemmet

## Lagom

## Jantelagen

Du skall inte tro att du är något.

Du skall inte tro att du är lika god som vi.

Du skall inte tro att du är klokare än vi.

Du skall inte inbilla dig att du är bättre än vi.

Du skall inte tro att du vet mer än vi.

Du skall inte tro att du är förmer än vi.

Du skall inte tro att du duger till något.

Du skall inte skratta åt oss.

Du skall inte tro att någon bryr sig om dig.

Du skall inte tro att du kan lära oss något.

# Das Gesetz von Jante

Du sollst nicht glauben, dass du etwas Besonderes bist.

Du sollst nicht glauben, dass du uns ebenbürtig bist.

Du sollst nicht glauben, dass du klüger bist als wir.

Du sollst dir nicht einbilden, dass du besser bist als wir.

Du sollst nicht glauben, dass du mehr weißt als wir.

Du sollst nicht glauben, dass du mehr wert bist als wir.

Du sollst nicht glauben, dass du zu etwas taugst.

Du sollst nicht über uns lachen.

Du sollst nicht glauben, dass sich irgendjemand um dich kümmert.

Du sollst nicht glauben, dass du uns etwas beibringen kannst.“

# Die schwedische Geschäftswelt

## Geordneter Kapitalismus

Flache Hierarchien

möte = meeting

APT = Arbeitsplatsträff

Fika

There are three kinds of sin in Sweden – a big sin, a small sin and saying no to a coffee break.”



# Die schwedische Gesellschaftsordnung Gleichberechtigung der Frauen

seit den 1960-Jahren:

Frauen in die Arbeit (D: ausländische Arbeiter angeworben)

Staatliche Kinderbetreuung

Kinderbetreuung: Väter mit einbeziehen

Die Ehe wird vom Staat „neutral gesehen“

Ökonomische Unabhängigkeit der Ehepartner

das schwedische Einkommenssteuersystem ist  
das am stärksten individualisierte in Europa

Nach einer Scheidung muss jeder für sich selbst sorgen

Kinder müssen nur versorgt werden, bis sie 18 (21) sind

# Das schwedische Schulsystem

Obligatorisch: 10 Klassen

Lågstadiet: F - 3

Mellanstadiet: 4 - 6

Högstadiet: 7 - 9

Gymnasiet: 10 - 12

Unterschiedliche Programme

Annahme durch Notenpunkte

Um reinzukommen:

Mindestens E in E, S, M

Noten: A – F ab der 6.Klasse

Noten: A = 20 P.

E= 10 P.

<https://www.skolverket.se>



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Das schwedische Schulsystem

Mein Bruder Hans: „Das Hauptgewicht der Schule liegt nicht auf dem Erwerb von Wissen, sondern dass sich die Schüler in der Schule wohlfühlen sollen“



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

zu dürfen. Ihr automatisches Denken in Gewinner- und Verliererkategorien. Ganz ehrlich: Schweden finden das absolut schrecklich. Für sie ist das Mitmachen wichtiger als das Gewinnen, denn in ihren Augen ist jeder ein Gewinner, der sich mit seinem Job selbst versorgen kann, der seine Arbeit gut macht und der Teil einer erfolgreichen Gemeinschaft ist. Und sie setzen alles daran, um diese Philosophie auch ihren deutschen Geschäftspartnern zu vermitteln.



### „Performance Culture“ auf Schwedisch: Leistung durch Spaß im Team

Kurz nach unserem Umzug als Familie von Deutschland nach Schweden startete unsere damals sechsjährige Tochter in der heimischen Mädchen-Fußballmannschaft. Frauenfußball ist in Schweden sehr populär und wird auch im frühen Alter angeboten. Nach nur ein paar Wochen stand das erste richtige Fußballspiel an. Dieses Spiel sollte für mich nicht nur sehr unterhaltsam werden, sondern in der Tat ein symbolisches Erlebnis zum Thema „Performance Culture auf Schwedisch“.

Es war ein schöner Spätsommernachmittag und das Spiel hatte schon begonnen, als ich dazustieß. Am Spielfeldrand standen zahlreiche Eltern und Geschwister. Ich fragte eine andere Mutter namens Emma nach dem Spielstand. Überrascht schaute sie mich an und sagte, dass in dem Spiel keine Tore gezählt würden. Es sei nicht wichtig, wer gewinne oder verriere, sondern dass die Kinder Spaß hätten. Sie bemerkte durchaus meinen verwunderten Blick ...

Nachdenklich sah ich mich um. Das Spiel lief wild hin und her, und das Publikum ging begeistert mit, es wurde geklatscht und die Spielerinnen beider Mannschaften wurden mit Lobesrufen angefeuert. Die gegnerische Mannschaft war deutlich schwächer, und es fiel ein Tor nach dem anderen. Ihre Trainer munterten sie immer wieder auf und lobten jede kleinste gelungene Aktion. Ich sah die Mädchen an; die Spielerinnen beider Mannschaften waren voller Eifer dabei und die Freude stand ihnen ins Gesicht geschrieben.

Ich wandte mich wieder an Emma, um mehr zu erfahren. Sie erklärte mir weiter, dass im schwedischen Vereinssport Tore und Spielergebnisse

erst ab zwölf Jahren gerechnet würden. Das Ziel in den Vereinen sei, so viele Kinder wie möglich so lange wie möglich für den Sport zu begeistern. Deshalb würden alle Spielerinnen in diesem Alter einen gleichen Anteil an Spielzeit bekommen, unabhängig von ihrem Können oder Talent. Dazu passend das Schulsystem, das in den ersten fünf Schuljahren keine Bewertungen in Form von Zeugnissen ausstellt. Emma, die übrigens als Erzieherin arbeitet, erzählte, dass die Schulen sich auf den Dialog mit Schülern und Eltern fokussieren würden und in gemeinsamen Gesprächen über Stärken und Schwächen der Kinder sprechen, damit der Spaß an der Schule immer im Vordergrund steht.

Mit diesem neuen Wissen aus der schwedischen Kultur kam meine deutsche Seite in mir zum Vorschein. Ich fragte mich, wie Schweden ein solch erfolgreiches, innovatives Land sein konnte, wenn nicht schon Kindern von klein auf der Leistungsgedanke vermittelt wurde, auf jeden Fall ein Leistungsgedanke, wie ich ihn kannte. Wie konnte Spaß als vorrangiges Mittel zu langfristigem Erfolg führen? Und wie wurde dabei zwischen guter Leistung und weniger guter Leistung unterschieden? Und was würde das für die Gesellschaft als Ganzes bedeuten?

Es dauerte viele Monate, ehe ich zu verstehen begann, dass die Einstellung und das Verhalten der Schweden zu diesem Thema grundverschieden sind von dem, was ich von Deutschland kenne. Ich war aufgewachsen in einem System, wo es wichtig war, schon von klein auf gute Leistung zu erbringen, sich zu vergleichen, Lob zu bekommen, wenn man besser war als andere. Und wo Erfolg oft verknüpft wurde mit harter Arbeit, Disziplin und einer gewissen Form von Druck.

Von den Schweden dagegen lernte ich, dass der Leistungsgedanke stets damit startet, Spaß an dem zu haben, was man tut. Und dass daran gekoppelt ein Grundvertrauen besteht, dass Menschen sehr gute oder sogar Höchstleistung bringen werden und sich weiterentwickeln, wenn sie die richtigen Voraussetzungen bekommen. Vergleiche, Druck und Kontrolle spielen in diesem Denken kaum eine Rolle.

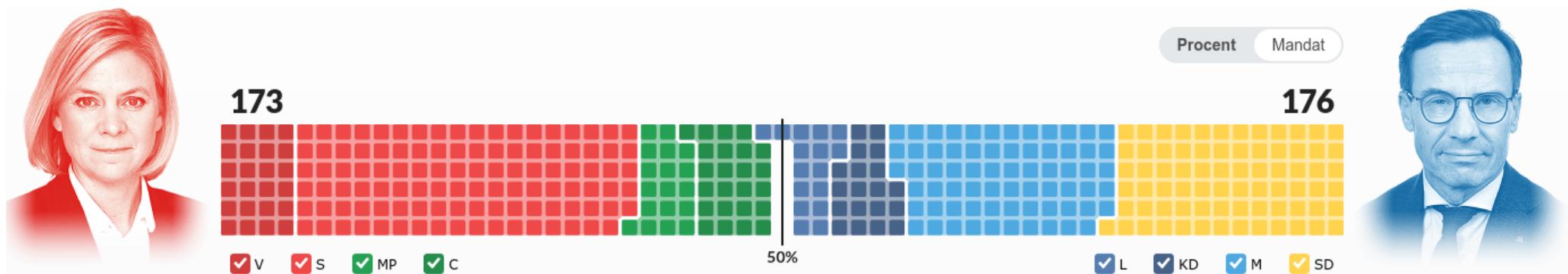
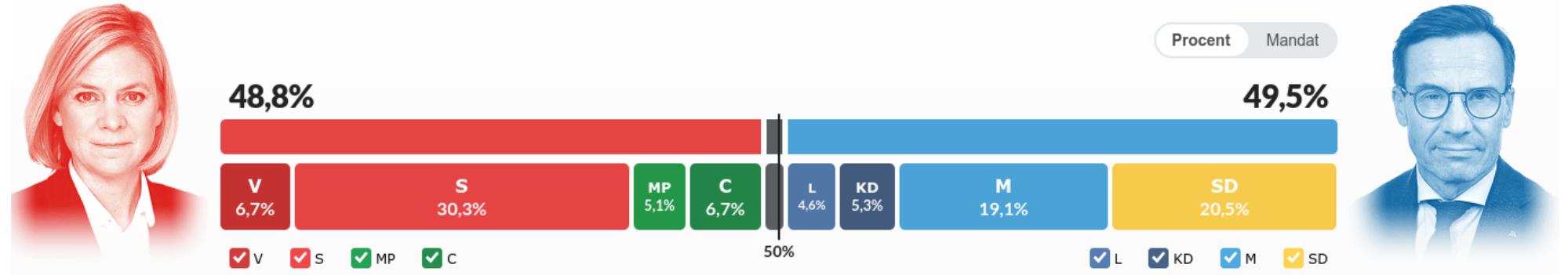
Dieses Prinzip spiegelt sich genauso in der schwedischen Geschäftswelt wider. Geprägt von Vertrauen, wenig Druck und einer positiven Einstellung zum Menschen. Wo Fehler machen zum System gehört, mit Nachsicht gehandelt wird und ein starker Fokus darauf liegt, dem Mitarbeiter in seiner Entwicklung das zu geben, was er braucht, und den Glauben an

sich selbst zu stärken. Jeder ist wichtig, jeder kann etwas leisten. Und in der Tat: Das Engagement, die Leistungsbereitschaft und die Ergebnisse, die ich in meinen Rollen im Unternehmen gesehen habe, sind beeindruckend stark.

In meinem Fußball-Beispiel ging es darum, den Kindern das Gefühl zu geben, Teil der Mannschaft zu sein, ohne sich zunächst über ihr Können zu definieren oder sich gegenüber Mitspielerinnen durchsetzen zu müssen. Damit bekam jede Spielerin die Zeit für ihre Entwicklung, die sie brauchte; für die einen kürzer, für die anderen länger. Und wer weiß, vielleicht versteckte sich in dem noch recht unkoordinierten Spiel der Sechsjährigen eine zukünftige Nationalspielerin, die ihren großen Entwicklungsschub erst in einigen Jahren macht und bis dahin einfach nur deshalb mitspielt, weil es Spaß macht und ihr das Gefühl gibt, dazugehören?

*Cornelia Kaufmann, People & Culture Manager für IKEA in Schweden*

# Die Wahlen 2022



Magdalena Andersson

Ulf Kristersson

# Utsatta Områden

Wikipedia-Artikel:

Gefährdetes Gebiet (Schweden)

[https://de.wikipedia.org/wiki/Gef%C3%A4hrdetes\\_Gebiet\\_\(Schweden\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Gef%C3%A4hrdetes_Gebiet_(Schweden))



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Das Vertrauen zum Staat und zu den Behörden



ATOMKRAFT

Die sanfte Tour

Im schwedischen Östhammar soll ein atomares Endlager für hochradioaktiven Abfall entstehen.

77 Prozent der Einwohner sind dafür.

Anders als im deutschen Gorleben setzen Staat und Industrie dort auf Transparenz und Kontrolle durch die Bürger - mit Erfolg.

Von Thomas Hüetlin Von [Thomas Hüetlin](#) 15.05.2011, 13.00 Uhr • aus [DER SPIEGEL 20/2011](#)



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Das bargeldlose Bezahlen



## Swish

Swish (uttalas [swiʃ:] eller [sviʃ:]) är en mobilapplikation för överföring av pengar inom Sverige, vilken lanserades i december 2012 av Getswish AB.

Applikationen möjliggör omedelbara betalningar mellan bankkonton genom till kontonummer kopplade mobilnummer.

Getswish AB ägs av de sex bankerna Danske Bank i Sverige, Handelsbanken, Länsförsäkringar Bank, Nordea, SEB, Swedbank och Sparbankernas Riksförbund.[3][4] Förutom ägarna erbjuder även Skandiabanken, ICA-banken[2], Sparbanken Syd, Forex Bank, Ålandsbanken, Marginalen Bank och Svea bank Swish. Anna-Lena Wretman är sedan 2016 VD.

I början på 2019 hade Swish cirka 6,9 miljoner privat användare, cirka 192 000 företags användare samt cirka 4 000 kunder med handelsavtal

# Die Ruhe und Gelassenheit der Schweden

Wenn man fragt, warum Deutsche nach Schweden auswandern, kommt eigentlich immer als Antwort, dass die Schweden so gelassen und fröhlich sind. Alles ist hier in Schweden langsamer, gemütlicher, ruhiger. Das stimmt natürlich nur zum Teil, aber im Großen und Ganzen ist es wahr. Die Lebensqualität ist eine andere. Nicht nur die schöne Landschaft zieht viele nach Schweden, sondern auch die „Schwedische Art“. Man feiert sehr gern, nutzt jede Gelegenheit zum Singen und Tanzen und zu gutem und reichlichem Essen.

Man kann hier zwar rund um die Uhr Lebensmittel kaufen, aber andere Geschäfte, wie Fachläden für Farben, Holz etc. schließen meistens schon um 16.00 Uhr. Dann möchte der Schwede nach Hause, seine Kinder von der Tagesstätte abholen und sich ausruhen und den vielen Hobbies nachgehen.

Wir wundern uns im Sommer z.B. oft darüber, dass viele Restaurants und Cafes „sommarstängt“ (geschlossen) haben. Wäre jetzt zur Sommer- und somit Touristen-Zeit nicht die beste Möglichkeit, ordentlich Umsatz zu machen? Da denkt der Schweden aber oft anders, denn er möchte ja auch etwas vom Sommer haben, der ja so wunderschön, aber eben viel zu kurz ist....

Der Feierabend ist dem Schweden auch heilig. Überstunden, so wie es in Deutschland immer üblicher wird, sind hier selten. Man lässt den Stift pünktlich fallen, macht den PC aus und geht nach Hause. Probleme lassen sich auch morgen noch regeln.

Diese Ruhe und Gelassenheit bedeutet aber nicht, dass hier nichts funktioniert, genau im Gegenteil. Schweden ist eines der organisiertesten und saubersten Länder (wenn man von den Autos absieht). Es läuft halt nur anders hier. Die Gärten sind tip top gepflegt und am Wochenende und im Urlaub geht es ins gepflegte kleine Sommarhäuschen, „sommarstugan“. Man ist auffallend freundlich und hilfsbereit. Ein kleiner Plausch auch unter zufälligen Begegnungen, wie beim Spazierengehen, ist ganz normal. Und man kommt aus dem „Hej“-Sagen gar nicht raus.

Herrlich diese schwedische Art!

Autor(in): Katrin – katrinwegener8@hotmail.com



# Sommarstuga



Ta det lugnt

Det ordnar sig



# Die Sache mit dem Alkohol

Bereits 1494 erließ Sten Sture ein Verbot des Brennens und Verkaufens von Branntwein (Schnaps) in Stockholm

1698 wird das Brennen von Alkohol für den Hausgebrauch verboten, wird aber später wieder erlaubt

1919 „motboken“ wird eingeführt, ein System zur Registrierung der gekauften Alkoholmenge. Allerdings bringt ein Volksbegehren 1922 eine Mehrheit gegen das komplette Verbot von Alkohol

1955 „motboken“ wird abgeschafft und systembolaget bekommt das Monopol Alkohol zu verkaufen

1993 Schweden wird Mitglied der EU und obwohl sie das System „systembolaget“ behalten dürfen, wird das Monopol nach und nach aufgelockert

Aber man kann es nicht mit der liberalen Haltung zum Alkohol in Deutschland vergleichen

# Die Sache mit dem König

Ab ca. 1000 Christianisierung und Königreich

1523 Gustav I Vasa ← Vasaslauf

1611 Gustav II Adolf ← 30-jähriger Krieg

1697 Karl XII ← Niedergang der Großmachtzeit

1818 Karl XIV Johan ← Erster Bernadotte

1973 Carl XVI Gustav ← König heute

## **Das schwedische Königshaus Bernadotte**

### **Liste der Könige von Schweden und Norwegen aus dem Hause Bernadotte**

Der Dynastiegründer, Marschall Jean Bernadotte, König [Karl XIV. Johann](#) (1818–1844)

[Karl XIV. Johann](#), [Karl III. Johann](#), (1818–1844) ⚭ [Désirée Clary](#)

[Oskar I.](#) (1844–1859) ⚭ [Josephine Beauharnais von Leuchtenberg](#)

[Karl XV.](#), [Karl IV.](#), (1859–1872) ⚭ [Luise der Niederlande](#)

[Oskar II.](#) (in Schweden 1872–1907, in Norwegen 1872–1905) ⚭ [Sophia von Nassau](#)

### **Liste der Könige von Schweden aus dem Hause Bernadotte**

[Gustav V.](#) (1907–1950) ⚭ [Viktoria von Baden](#)

[Gustav VI. Adolf](#) (1950–1973) ⚭ (1) [Margarethe von Großbritannien](#) (1920), ⚭ (2) [Louise Mountbatten](#)

[Carl XVI. Gustaf](#) (seit 1973) ⚭ [Silvia Sommerlath](#)



# Landhöjningen



# Ein bisschen Erdkunde



© pilarts (fotolia) / europakarte.org



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Ein bisschen Erdkunde



© pilarts (fotolia) / europakarte.org



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Ein bisschen Erdkunde



© pilarts (fotolia) / europakarte.org



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

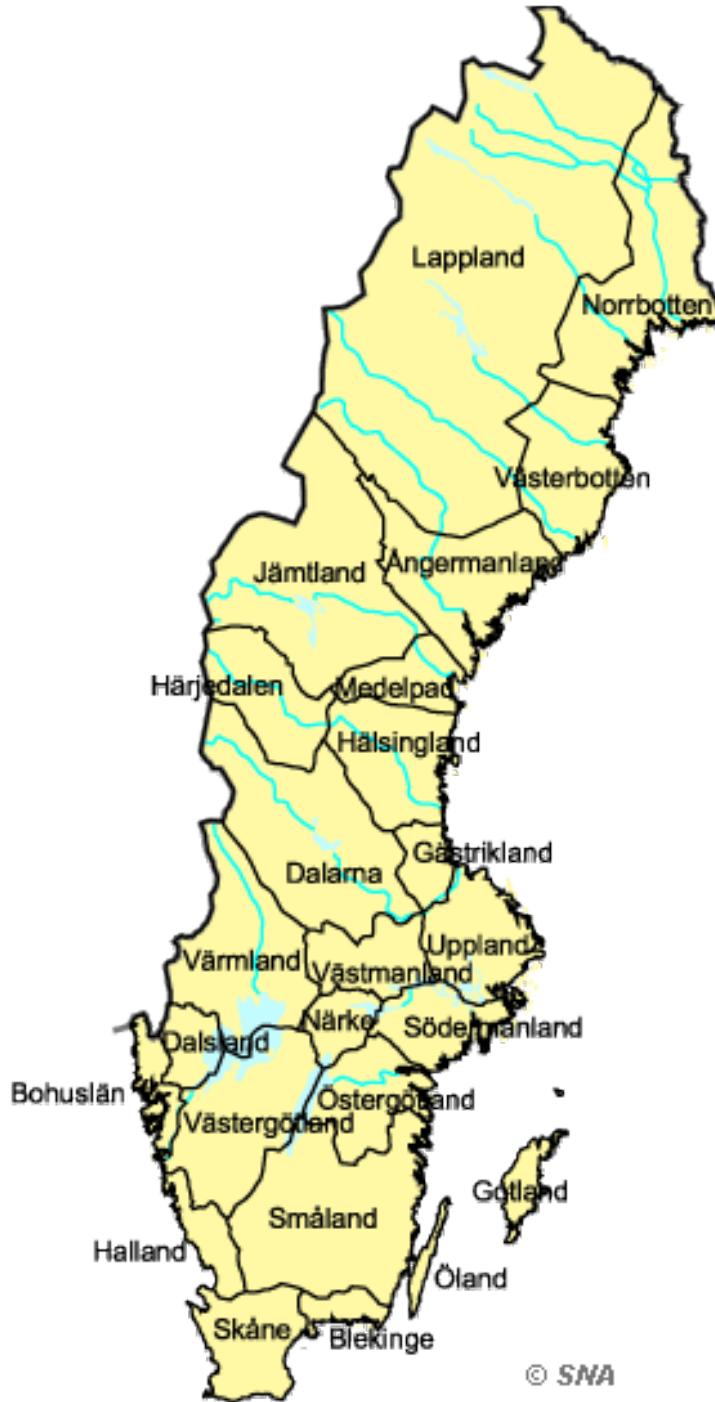
# Ein bisschen Erdkunde



Skåne  
Halland  
Bohuslän  
Dalsland  
Västergötland  
Blekinge  
Småland  
Öland  
Gotland  
Östergötland  
Värmland  
Närke  
Sörmland  
Västmanland  
Uppland

Dalarna  
Gästrikland  
Hälsingland  
Medelpad  
Ångermanland  
Västerbotten  
Norrbotten  
Härjedalen  
Jämtland  
Lappland

# Ein bisschen Erdkunde



## Die Regionen

Region Blekinge  
Region Dalarna  
Region Gotland  
Region Gävleborg  
Region Halland  
Region Jämtland Härjedalen  
Region Jönköpings län  
Region Kalmar län  
Region Kronoberg  
Region Norrbotten  
Region Skåne\*  
Region Stockholm  
Region Sörmland  
Region Uppsala  
Region Värmland  
Region Västerbotten  
Region Västernorrland  
Region Västmanland  
Region Örebro län  
Region Östergötland  
Västra Götalandsregionen\*

# Ein bisschen Erdkunde

## Schwedische Städte

1. Stockholm	1 583 374
2. Göteborg	599 011
3. Malmö	316 588
4. Uppsala	160 461
5. Upplands Väsby och Sollentuna	144 826
6. Västerås	122 953
7. Örebro	120 650
8. Linköping	111 267
9. Helsingborg	109 869
.	.
.	.
16. Södertälje	73 383



# Stockholm



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Die schwedische Natur

477 435 km<sup>2</sup> (D 357 758 km<sup>2</sup>)

233 000 km<sup>2</sup> Wald (in D 144 000 km<sup>2</sup>)

95 795 Seen größer als 1 Ha (in D ca. 15.000)

Allemansrätten:

Jeder darf überall im Wald Beeren pflücken, Pilze sammeln und zelten

Fischen:

Für den Freizeitbedarf darf jeder in staatlichen Gewässern fischen.  
Manchmal muss man ein „Fiskekort“ kaufen



# Die Personennummer

890201-3286

Födelsedatum. Två siffror för respektive år, månad och dag

Födelseplats

Kön

Kontrollsiffra

Wird wirklich „für alles“ gebraucht

# Das schwedische Gesundheitssystem

Grundlegend anders als in Deutschland



Tallhöjdens Vårdcentral i Södertälje

Primärsjukvård

Länssjukvård

Regionsjukvård



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Das schwedische Gesundheitssystem

Man kann vårdcentral und husläkare  
selbst wählen

1. Termin „tid“ für einen Anruf
2. Eine „sjuksköterska“ antwortet
3. Sie bestimmt einen Termin

Zur Vorsorge wird man „gerufen“ per Brief

Primärsjukvård

Länssjukvård

Regionsjukvård

# Feiern und Feste

## Einschub: snapsvisor (Schnapslieder)



Helan går:  
Helan går  
sjung hoppfadirallan rallanlej.  
Helan går sjung hoppfadirallanlej.  
Och den som inte helan tar,  
han heller inte halvan får.  
Helan går.... (Der Schnaps wird getrunken)  
Sjung hoppfadiarallan lej.

1. Helan
  2. Halvan
  3. Tersen
  4. Kvarten
  5. Kvinten
- ...

Halloween 31. Oktober  
Neu seit ungefähr 2000

## Lucia 13. Dezember

Natten går tunga fjät,  
runt gård och stuva.  
  
Kring jord som sol'n förlät,  
skuggorna ruva.  
  
Då i vårt mörka hus,  
stiger med tända ljus,  
  
Sankta Lucia, Sankta Lucia.



## Lussekatter



# Weihnachten schwed. jul

24. Dezember = julafton

25. Dezember = juldagen

26. Dezember = annandag jul

31. Dezember = nyårsafton

1. Januar = nyår

6. Januar = trettondedag jul

13. Januar = tjugondag Knut

Fettisdagen  
KEIN Karneval



semla

Ostern, schwed. påsk  
påskkärringar  
blåkulla

Pfingsten, schwed. pingst

Valborgsmässoafton  
1. Mai

Midsommar



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Ferien in Schweden

Die Zahl der Schultage pro Jahr ist auf 178 festgelegt

$$52 * 5 + 1 = 261; 261 - 178 = 83 \text{ Tage Ferien} \sim 16 \text{ Wochen} + 3 \text{ Tage}$$

1. Februar bis März: eine Woche Skiferien,
2. Eine Woche Osterferien.
3. Sommerferien Anfang/Mitte Juni bis Anfang/Mitte August.
4. Im Oktober folgt eine Woche Herbstferien.
5. Zwei Wochen Weihnachtsferien.

## Unterricht in „Stockholms kommunala skolor“

### Höstterminen 2019

Höstterminens första dag: 19 augusti

Höstlov: 28 oktober–1 november \*

Höstterminens sista dag 19 december

### Vårterminen 2020

Vårterminens första dag: 8 januari

Sportlov (vecka 9): 24–28 februari

Påsklov (vecka 15): 6–9 april

Lov vid Kristi Himmelsfärdens dag: 22 maj

Läsåret slutar: 9 juni

# Schwedische Sonderlinge

## Allsång på Skansen

Premiären av "Allsång på Skansen" sågs av cirka 1,1 miljoner tittare

Über 1,1 Millionen Zuschauer von "Allsång på Skansen"

<https://www.svtplay.se/video/31947735/allsong-pa-skansen/allsong-pa-skansen-timbuktu-peter-joback-maja-francis-och-chris-klafford?position=5&id=jXkbXPX>



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Schwedische Sonderlinge

Ta av dig skorna



# Schwedische Sonderlinge



# Schwedische Sonderlinge

Tack för senast

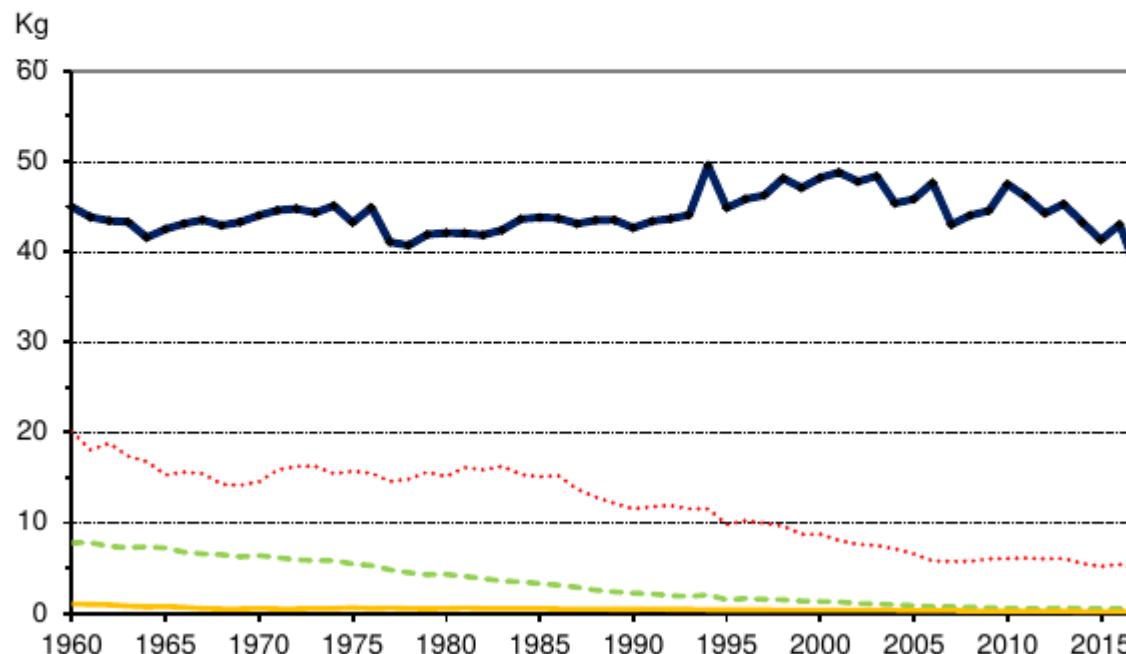


# Schwedische Sonderlinge

## Lördagsgodis

### 13. Direkt- och totalkonsumtion av socker och sirap, kg per person och år

13. Direct and total consumption of sugar and syrup, kg per capita and year



## In Deutschland

- 1950/51 bei 28,1 Kilogramm pro Jahr
- 1980/81 bei 35,6 Kilogramm pro Jahr
- 2000/2001 bei 35,3 Kilogramm pro Jahr
- 2013/2014 bei 31,3 Kilogramm pro Jahr.

# Schwedische Sonderlinge

## Lördagsgodis

Dr. Antje Hebestreit: „Betrachten wir die acht europäischen Länder, in denen wir Kinder untersucht haben, haben wir festgestellt, dass die deutschen Kinder den meisten Zucker verzehren mit umgerechnet 114 g pro Tag. Das ist schon wirklich viel, nämlich 30 % der täglichen Energieaufnahme – erlaubt sind laut WHO nur 10 %. Der größte Teil dieses Zuckers kommt aus gesüßten Getränken, Softdrinks und gesüßten Milchen. Estland war das Land mit der geringsten Zuckerzufuhr (77 g). Die schwedischen Kinder sind ebenfalls alle kerngesund. Wir haben dort eine Prävalenz von Übergewicht von nur 4 %. Das heißt von 100 Kindern sind nur 4 übergewichtig. In Italien sind es 40 %.“

# Schwedische Sonderlinge

## Knytkalas



# Schwedische Sonderlinge

## Snus



<https://www.zeit.de/sport/2018-03/snus-fussball-eishockey-aufputschmittel-trenddroge>



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Snus statt Rauch

**GESUNDHEIT** Nirgendwo sind Zigaretten so unbeliebt wie in Schweden, das bald als »rauchfrei« gilt. Wie haben die Skandinavier das geschafft?

In den kommenden Monaten wird ein Mensch in Schweden eine letzte Zigarette rauchen, und von dem Moment an wird das Land ein anderes sein. Die Raucherquote der schwedischen Bevölkerung liegt dann bei weniger als fünf Prozent. Nach der gebräuchlichen Definition des Begriffs wäre das Land fortan »rauchfrei« – als erstes überhaupt.

Rauchfrei wären auch andere bald gern: Neuseeland strebt es bis zum Jahr 2025 an, Großbritannien für 2030, Frankreich für 2032 und Kanada für 2035. Die EU als Ganzes hat sich vorgenommen, die Tabakepidemie im Jahr 2040 zu bezwingen. Während Neuseeland gewisse Erfolgsschancen hat, sieht es für die Europäer schlechter aus.

In den europäischen Ländern verharrt die Quote der Raucherinnen und Raucher auf hohem Niveau. Derzeit liegt sie bei um die 20 Prozent der Bevölkerung, also fast viermal so hoch wie in Schweden, wo sie Ende 2022 nach offiziellen Angaben 5,6 Prozent betrug. Etwa 700.000 Europäer, darunter 140.000 Deutsche, sterben jedes Jahr an den Folgen des Tabakkonsums. Jede vierte Krebskrankung in Europa geht auf Zigaretten zurück.

Wie also haben die Schweden sich so schnell von den Tabakkonzernen freigekämpft? Der Packungspreis jedenfalls war es nicht. Das Päckchen Marlboro kostet umgerechnet an die sechs Euro. Die Tabaksteuer, die Stockholm erhebt, liegt nicht übermäßig hoch, kein Vergleich zu der in Neuseeland, wo ein Päckchen leicht mehr als 20 Euro kostet. Das allein hält dort inzwischen viele Menschen vom Rauchen ab.

Stattdessen haben die Skandinavier ihren Erfolg jahrelang vorbereitet. Das Rauchverbot in der Gastronomie hat Schweden schon im Jahr 2005 verhängt, drei Jahre früher als Deutschland, und von Anbeginn war es populär. In den vergangenen Jahren hat die Regierung nachjustiert. Seit 2019 gilt das Rauchverbot überdies auf den Außenflächen von Bars und Restaurants, an Bushaltestellen, Bahnsteigen, auf Sport- und Spielplätzen.

Mit all diesen Maßnahmen ist nikotinhaltiger Rauch immer weiter aus dem schwedi-

schen Alltag verschwunden. Der Zigarettenabsatz ist kollabiert. Rauchen erscheint dort vielen Menschen längst nicht mehr als »normal«, sondern als das Gegenteil davon. Je kleiner die Gruppe der verbliebenen Raucher, desto auffälliger und störender wird sie – und desto mehr steigt der Druck, mit dem unerwünschten Verhalten aufzuhören. Das allerdings ist nicht leicht.

Aus Studien ist bekannt, dass rund 70 Prozent der Raucher gern damit aufhören würden. Weil Nikotin jedoch vor allem bei langjährigen Nutzern zu einer sehr starken Abhängigkeit führt, bleiben viele erfolglos. In Schweden haben Raucher offenbar einen anderen Weg gefunden, sich von Zigaretten zu trennen: mit Snus.

Dabei handelt es sich um ein urschwedisches Produkt aus meist feuchtem Tabak, das weder verbrannt noch geraucht wird. Vielmehr klemmen die Nutzer es hinter die Ohrlippe. Der Snus liegt entweder lose als Pulver vor, oder er steckt in einem Beutelchen.

Bis zu einer halben Stunde lang gibt Snus zwischen Zahnfleisch und Lippe Aromen und Nikotin ab, das über die Mundschleimhaut in die Blutbahn gelangt und ins Gehirn. Das geschieht zwar langsamer, als wenn man Nikotin inhaliert, aber schnell genug, um Abhän-

gigen ein Gefühl von Entspannung zu vermitteln.

Snus ist in Schweden beliebt: Mehr als 20 Prozent der Männer und rund 7 Prozent der Frauen nutzen Snus jeden Tag. Damit wäre Schwedens Geheimnis im Kampf gegen die Zigaretten gelüftet: Das Land mag sich künftig als rauchfrei brüsten, aber es ist weit davon entfernt, tabak- oder nikotinfrei zu sein. Schwedens Raucher sind schlicht massenhaft umgestiegen auf ein anderes Nikotinprodukt, das zumindest im Hinblick auf das Krebsrisiko wohl eindeutig die bessere Wahl ist.

Schwedens Männer haben die niedrigste Rate von Lungenkrebs in der EU, sie ist nur etwa halb so hoch wie in Deutschland. Betrachtet man die Todesfälle, die mutmaßlich auf das Rauchen zurückgehen, so hatten schwedische Männer eine rund 40 Prozent geringere Sterblichkeitsrate im Vergleich mit dem EU-Durchschnitt.

Obwohl zahlreiche Menschen Oraltabak nutzen, gibt es in Schweden keine erhöhte Fallzahl von Mundhöhlenkrebs. Tumore der Speiseröhre oder der Bauchspeicheldrüse sind nach jetziger Kenntnis unter Snus-Nutzern deutlich niedriger als unter Rauchern.

Doch harmlos ist Snus keineswegs, schon allein wegen des Suchtpotenzials. Unter Umständen steigt es bei langem Gebrauch zu dem das Risiko für einen Herzinfarkt oder einen Diabetes. Während sich die Details der Forschung noch entziehen, erscheint aber eine Erkenntnis ziemlich sicher: Besser als der Rauch brennender Zigaretten, in dem sich ein Giftcocktail aus Tausenden Substanzen bildet, ist Snus allemal.

Für den Frankfurter Suchtforscher Heino Stöver sind die schwedischen Zahlen zur Krebshäufigkeit »die zentralen Parameter einer gelungenen Tabakkontrollpolitik«. Schweden habe mit Snus und anderen zugänglichen Formen der alternativen Nikotinaufnahme, etwa E-Zigaretten, ein wahres Kunststück vollbracht – nämlich »die Diversifikation der Rauchentwöhnungsstrategien«. In Deutschland wie im Rest der EU sei die Gesundheitspolitik noch zu stark am Idealbild der Abstinenz ausgerichtet. Das aber, sagt Stöver gegenüber dem SPIEGEL, sei »zu eindimensional«.

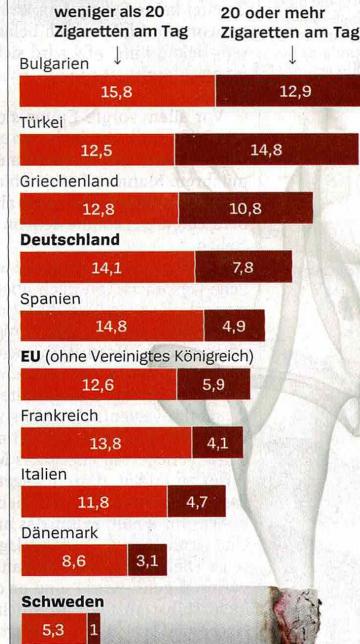
Die EU leistet sich weiterhin eine geradezu paradoxe Tabakkontrollpolitik: Zigaretten bleiben legal, obwohl sie erwiesenemäß bis zu zwei Dritteln ihrer langjährigen Anwender töten. Ein risikoreduziertes Produkt wie Snus aber ist außer in Schweden EU-weit verboten, obwohl es nachweislich das Tabakelend lindert, Krankheit und Tod zurückdrängt.

Als Schweden 1995 der EU beitrat, tat es dies unter der Maßgabe, Snus möge erlaubt bleiben. Brüssel stellte den Schweden damals eine Ausnahmegenehmigung aus. Sie hat zweifellos Tausende Menschenleben gerettet. Immer wieder stellen Experten daher die Frage, ob die EU nicht in der Pflicht sei, ein Produkt wie Snus in allen Mitgliedstaaten verfügbar zu machen. Bislang ohne Erfolg.

Marco Evers

## Haben Sie Feuer?

Anteil der Raucher\* an der Bevölkerung ausgewählter Länder, in Prozent



\* ab 15 Jahre, mit täglichem Zigarettenkonsum

■ Quelle: Eurostat, Stand 2019

istockphoto / getty images

CHWEDISCHE INTENSIV

culturelles Training Schweden  
ment: Paul Raab

# Schwedische Sonderlinge

## Surströmming



## Mandelpotatis

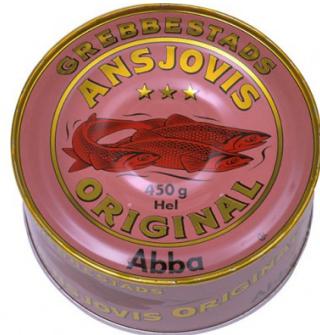


## Tunnbröd



# Schwedisches Essen

## Janssons Frestelse



Gör så här:

Sätt ugnen på 175 °C.

Skala lök och potatis. Skiva löken tunt och fräs den i matfettet i en stekpanna.

Skär potatisen i tunna strimlor.

Varva potatis, lök och ansjovis (spar ansjovisspadet) i en smord ugnssäker form (eller flera små). Potatis i botten och överst.

Koka upp grädden och mjölken.

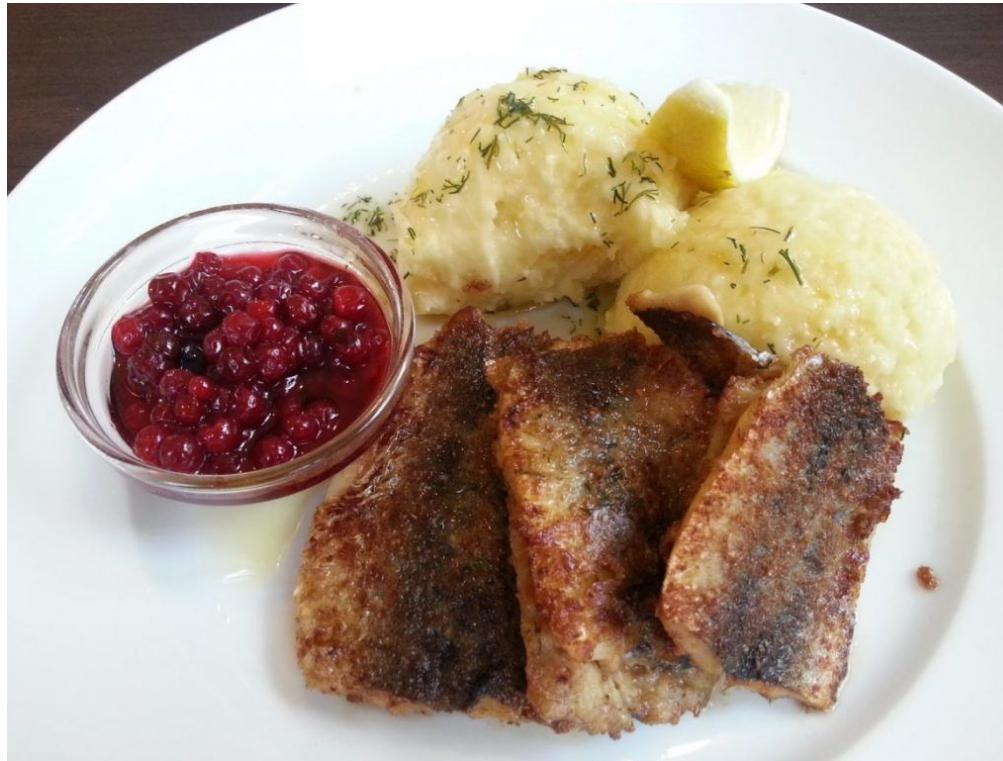
Häll på gräddmjölken och allt ansjovisspad. Strö på ströbröd och klicka över matfettet.

Grädda i nedre delen av ugnen 1 1/2-2 timmar.

Om den börjar få för mycket färg, täck med aluminiumfolie.

# Schwedisches Essen

## Stekt strömming



<https://www.arte.tv/de/videos/102455-004-A/schweden-fredriks-stekt-stroemming/>

# Schwedisches Essen

## Köttbullar



# Schwedisches Essen

## Räksmörgås



# Google Recherche

haben schweden ....

sind schweden ....

warum schweden ....



Interkulturelles Training Schweden  
Referent: Paul Raab

# Do's and Dont's



# Zusammenfassung in Stichpunkten

Achtung Klischees

Kompromisse

Konfliktvermeidung

Vertrauen in Staat und Behörden

Aufgeschlossen gegenüber der Moderne

„Jantelagen“

Verschlossen

Anderes Verständnis von Alkohol