

Styrkekompasset

Et værktøj til at kortlægge børns styrker



Hvad er en styrke?



Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Defintion af styrker

- ”En styrke er en præ-eksisterende kapacitet for en bestemt måde at handle, tænke og føle på, der er autentisk og energigivende for brugeren og muliggør optimal funktion, udvikling og præstation.”

Definition af styrker

- 1) At være god til noget er ikke nok i sig selv – præstation.
- 2) Hvordan du har det under udførelse har betydning – energi.
- 3) Hvor ofte du bruger den har betydning - hyppig brug.

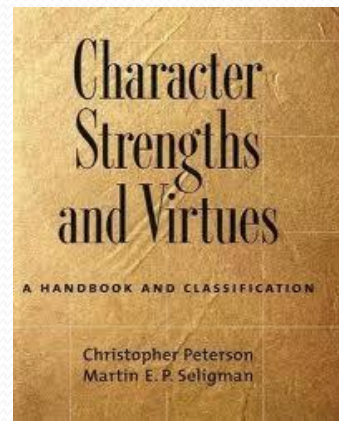
Præstation

Energi

Brug/anvend
else

VIA-styrkerne.

- Christopher Peterson og Martin Seligman
- Modspil til diagnosekulturen DSMIV og ICD₁₀.
- Tanken var at en fokusering på dyder og karakterstyrker kunne danne grundlag for at arbejde med mennesker ud fra en positiv psykologisk vinkel med fokus på trivsel og vækst.



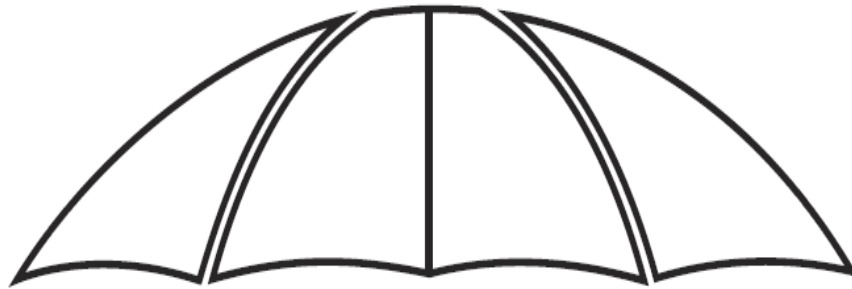
VIA-styrkerne

- Kriterier for styrker:
- De bidrager til et godt liv.
- De er universelle, moralsk, kulturelt værdifulde.
- Det er holdbare, fundamentale menneskelige kvaliteter



VIA-styrkerne





Styrker

Talenter

Evner

Færdigheder

Ressourcer

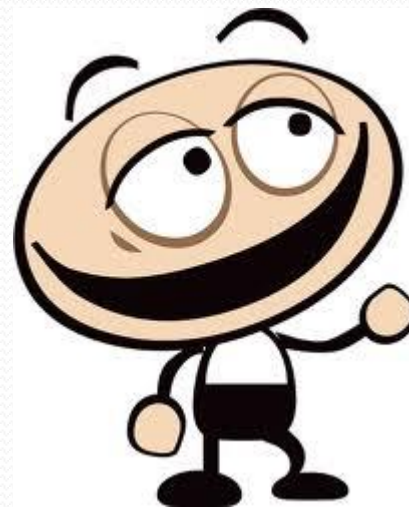
Hvorfor arbejde med styrker?

Der er forskningsmæssigt belæg og en dokumenteret effekt af at arbejde med styrker, hvor vi bliver gladere, mere tilfredse, får positiv energi, er mere engagerede, laver bedre præstationer og når vores mål mere effektivt (Linley, 2008; Fredrickson, 2010).



Hvorfor har styrker betydning?

- Fordi mennesker der bruger deres styrker:
 - Er lykkeligere
 - Er mere selvsikre
 - Har mere selvtillid
 - Har mere energi og vitalitet
 - Oplever mindre stress
 - Er mere resiliente
 - Opnår bedre deres mål
-
- Kilde: Barbara Fredrickson "Positivitet – kilde til vækst", Alex Linley "Average to A+"



Hvordan kortlægges styrker?

- VIA-styrker kan kortlægges for voksne (120 spørgsmål)
- Samt for børn og unge fra 10 års alderen (96 spørgsmål)
- www.Viame.org

I begyndelse kun engelsksproget udgave.
Fordele og ulemper

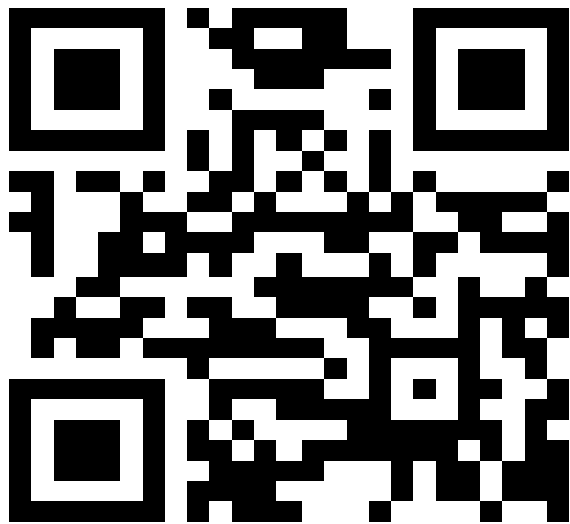
Styrkekompasset



Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Links og Qr-kode

- <http://Styrkekompasset.dpf.dk>



Styrkekompasset

- Børn og unge 6-18 år
 - 3-9. klasser som selvevaluering eller lærer/pæd. Vurdering
 - 0-2. klasser som selvevaluering med støtte og i mindre grupper eller udelukkende som lærer/pæd vurdering
- 24 Styrkebeskrivelser med 2 underspørgsmål for anvendelse og vigtighed
- Kort tidsforbrug
- Rapporter individuelle og klasse.

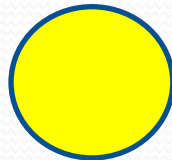
Styrkekompasset

- Giver et billede af nuværende:

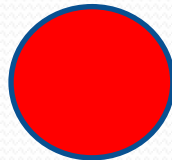
- Topstyrker



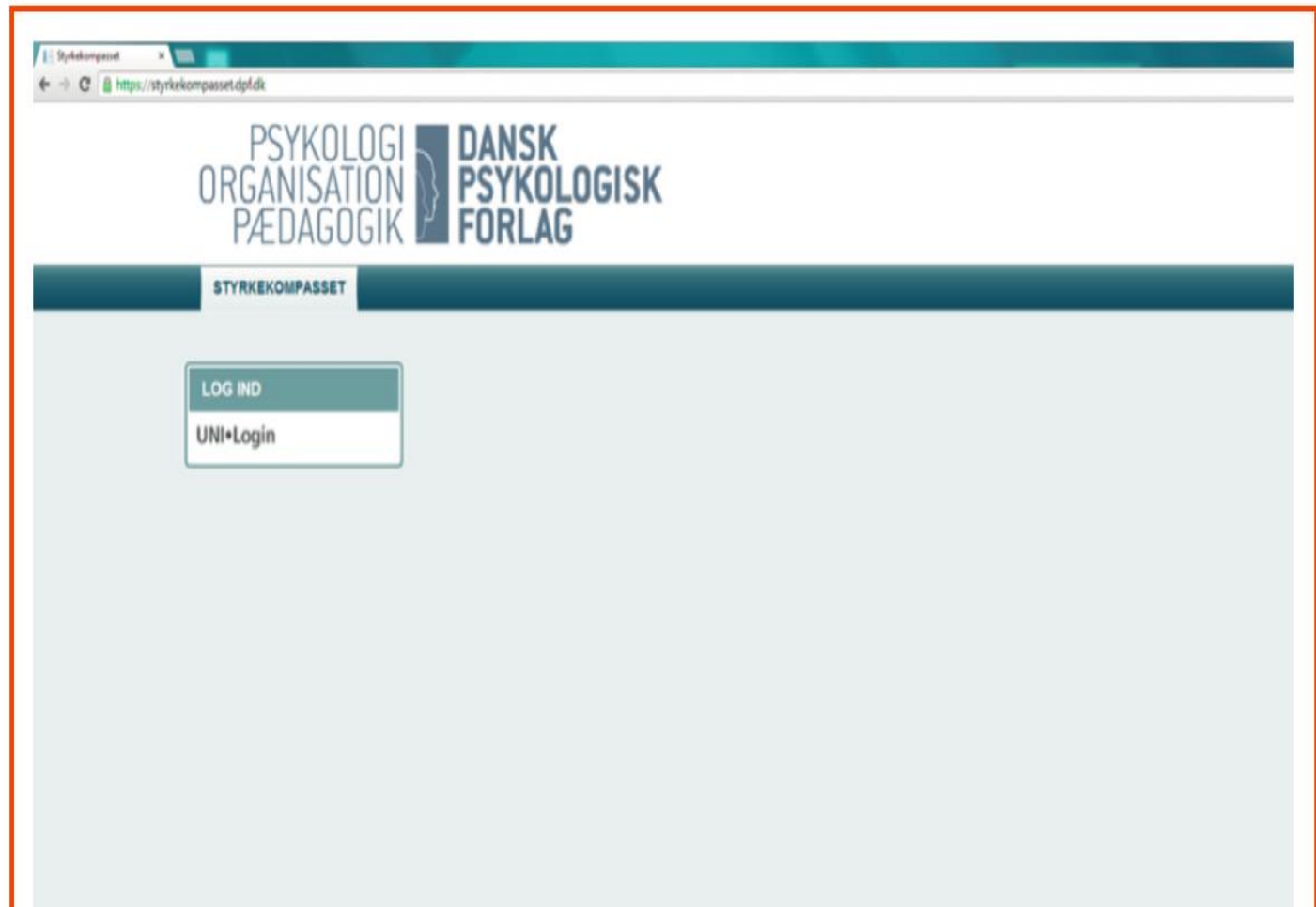
- Potentielle styrker




- Svageste styrker



1) <http://styrkekompasset.dpf.dk> indtastes i adressefeltet i internetbrowseren, og der klikkes herefter på UNI-Login.



2) Brugernavn og adgangskode indtastes i de relevante felter i loginboksen, og der klikkes derefter på „log ind“.



The image shows a login interface titled "UNI•Login". It features two input fields: "Brugernavn" (Username) and "Adgangskode" (Password). To the right of these fields is a "Husk!" (Remember!) section with the text "For at logge ud, skal du lukke browseren." (To log out, you must close the browser.) Below the password field is a "Log ind" (Log in) button. To the right of the button is a link "Skift adgangskode" (Change password). Below the login button is a section for "NEM ID" (Digital Signature) with the text "Eller log ind med:" (Or log in with:). To the right of this is a link "Support". At the bottom right is the logo of the "UNDERVISNINGS MINISTERIET" (Ministry of Education) and the text "UNI•C - STYRELSEN FOR IT OG LÆRING" (UNI•C - The Board for IT and Learning).

Kære Testelev



På de næste sider skal du bruge musen til at markere på en linje, hvor meget du synes nogle beskrivelser passer på dig.

Beskrivelserne handler kun om ting, man kan være god til – vi kalder det for STYRKER.

Når du har markeret, hvor meget, du synes, en styrke passer på dig, skal du svare på, hvor meget du bruger den pågældende styrke, og hvor vigtig den er for dig.

Det er vigtigt, at du læser beskrivelserne af styrkerne grundigt og svarer på alle spørgsmålene så godt og ærligt, som du kan.

Der er ikke noget rigtigt eller forkert svar. Det vigtige er, hvad du synes, der passer på dig.

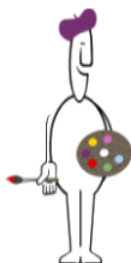
Hvis du er i tvivl om noget, kan du altid spørge en voksen om hjælp.

Klik på "næste" for at komme videre til det første spørgsmål.

God fornøjelse!

[NÆSTE](#)

Kreativitet



Jeg får tit gode ideer og løser problemer og opgaver opfindsomt både derhjemme og i skolen.

Jeg er god til at tænke på nye måder, og jeg gør gerne ting forskelligt eller anderledes fra gang til gang. Jeg er god til at "tænke ud af boksen", så ting ikke altid gøres, som de plejer.

Jeg bruger min kreativitet i den måde, jeg tænker og løser opgaver på, og jeg oplever, at mine ideer tit hjælper mig selv og mine kammerater. Eller jeg bruger min kreativitet, når jeg skaber ting med mine hænder eller krop, fx når jeg tegner, bager, syr eller dyrker sport.

Hvor ofte bruger du denne styrke?

- ☐ Sjældent ☐ Nogle gange ☐ Tit

Hvor vigtig er denne styrke for dig?

- ☐ Ikke vigtig ☐ Lidt vigtig ☐ Vigtig

Passer på mig




Passer ikke på mig

NÆSTE

Når man arbejder med Styrkekompasset kan man generere følgende forskellige rapporter:

- Individuel rapport baseret på elevbesvarelse
- Individuel rapport baseret på lærer- eller pædagogbesvarelse
- Sammenligningsrapport, der sammenligner elev- og lærer- eller pædagogbesvarelse
- Klasserapport baseret på elevbesvarelser
- Klasserapport baseret på lærer- eller pædagogbesvarelser.



Alle rapporter indeholder en styrkefordelingsoversigt, som opdeler styrkerne i farvekoder. For at undgå for mange gentagelser i kapitlet forklares farvekoderne her:

- De grønne styrker kaldes topstyrker og er de styrker, som, eleven har vurderet, passer bedst på ham eller hende. Når topstyrkerne er i spil, styrkes elevens indre motivation, og det giver ham eller hende en oplevelse af glæde og engagement.

Vejledning til Styrkekompasset

© 2014 Mette Marie Ledertoug og Dansk Psykologisk Forlag

- De **gule styrker** er de potentielle styrker, som, eleven har vurderet, passer i mindre grad på ham eller hende end topstyrkerne. Disse styrker kan kategoriseres som dem, eleven er moderat optaget af. Ved at træne disse styrker og øge fokus på dem og deres anvendelsesmuligheder kan de sættes mere i spil.
- De **røde styrker**, de lavest rangerende styrker, er de styrker, som eleven vurderer passer mindst på ham eller hende. Hvis de røde styrker ikke anvendes hyppigt, kan de sættes i spil, men det er en tommelfingerregel for styrkearbejdet, at de lavest rangerende styrker trænes med udgangspunkt i en eller flere topstyrker. (Eades, 2011). På denne måde fastholdes motivation, der er en vigtig faktor for mestring.

Styrkefordelingsoversigt

1	Ærlighed
2	Retfærdighed
3	Venlighed
4	Energi og begejstring
5	Kærlighed
6	Åbenhed
7	Menneskelig indsigt
8	Vedholdenhed
9	Taknemmelighed
10	Håb og optimisme
11	Mod
12	Nysgerrighed
13	Tilgivelse
14	Humor
15	Selvkontrol
16	Omtanke
17	Kreativitet
18	Samarbejde
19	Værdsættelse af skønhed
20	Videbegærlighed
21	Visdom
22	Beskedenhed
23	Lederskab

Navn: _____ Klasse: _____ Dato: _____
Afvikling: _____

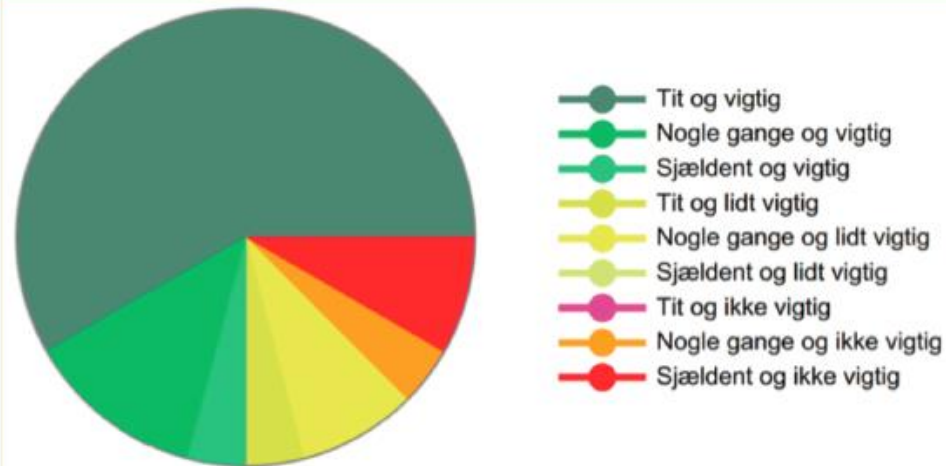
STYRKEKOMPASSET

INDIVIDUEL RAPPORT

LÆRERBESVARELSER

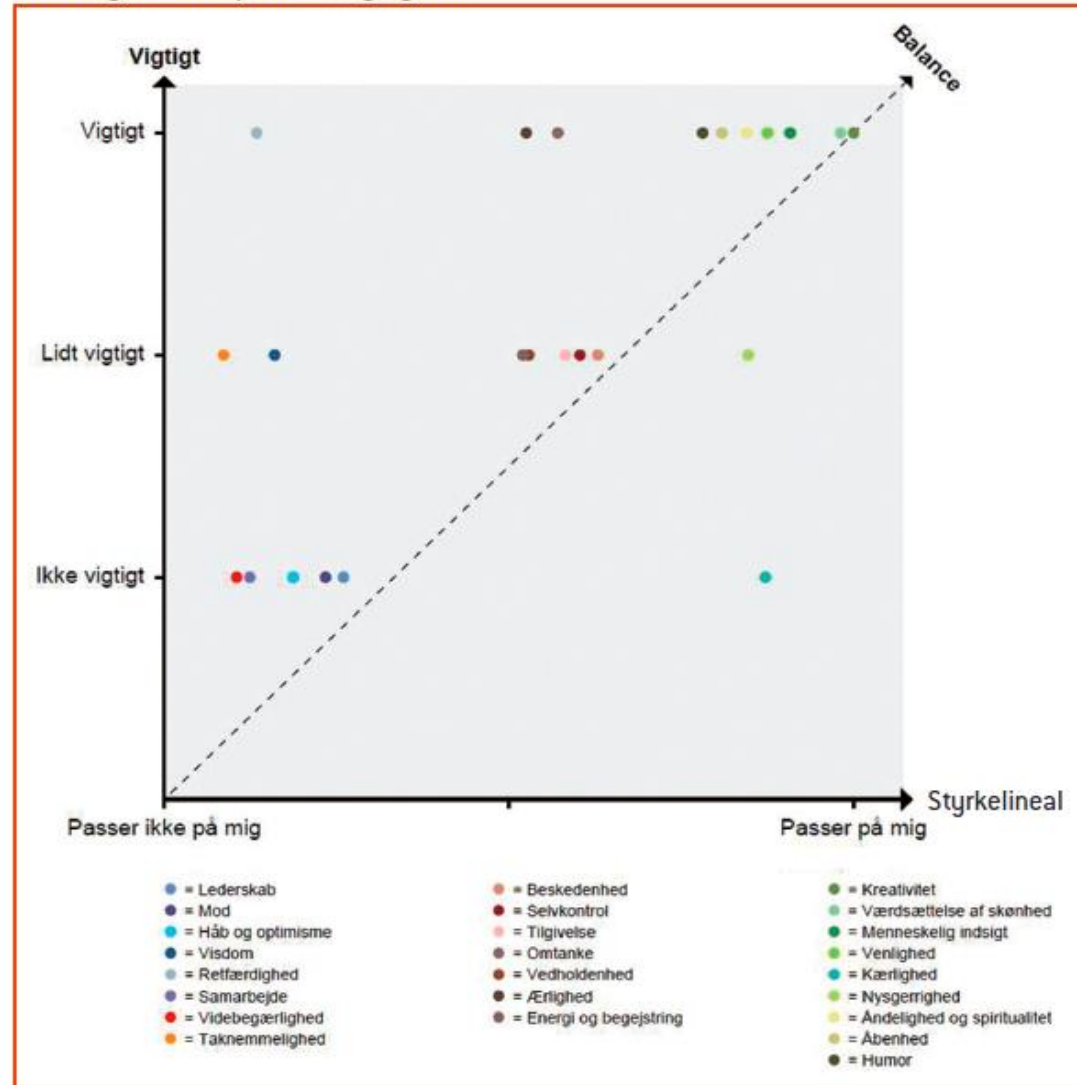


Styrkepotentialeoversigt

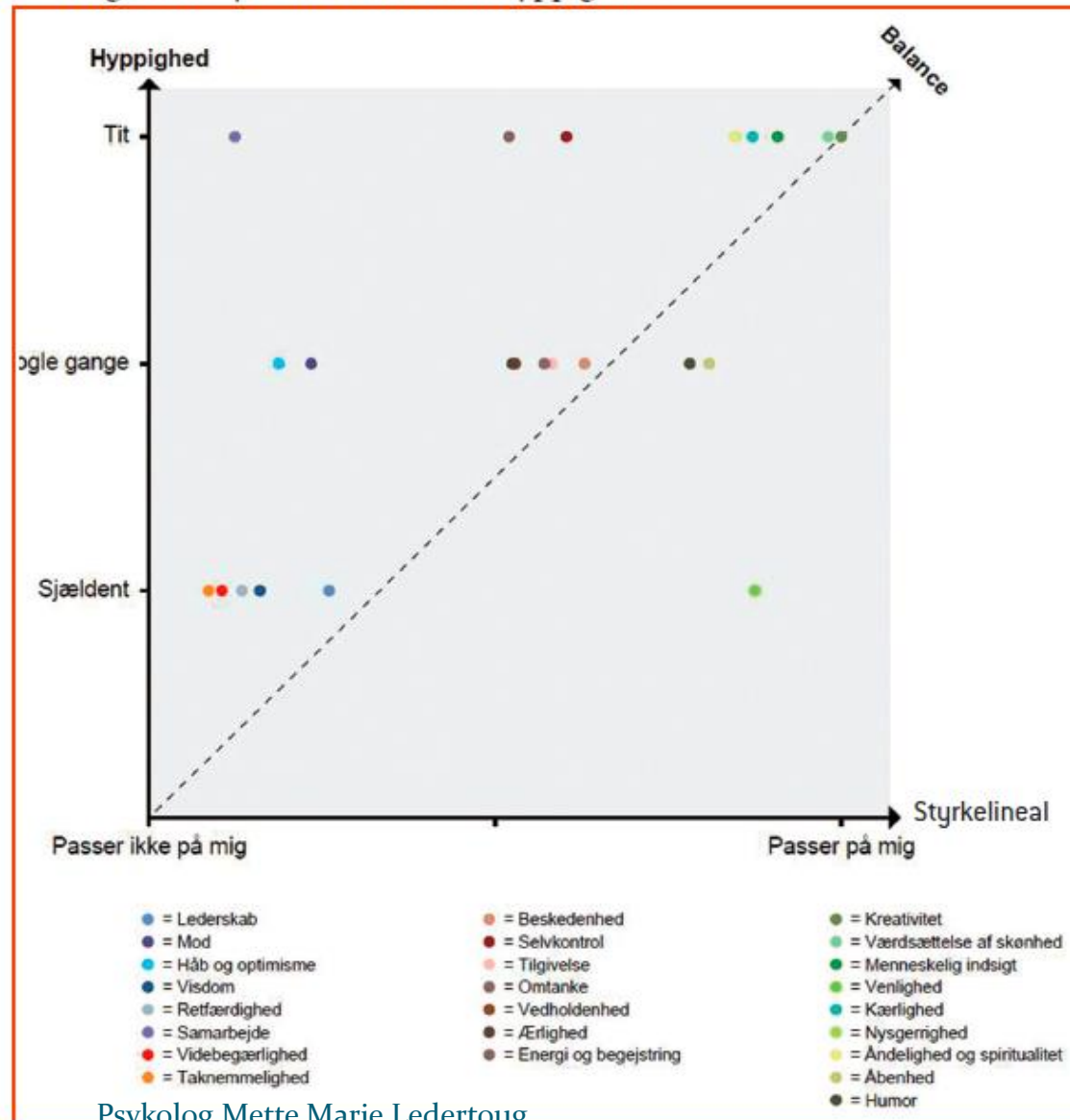


Nysgerrighed
Åbenhed
Mod
Ærlighed
Energi og begejstring
Kærlighed
Venlighed
Menneskelig indsigt
Samarbejde
Rettfærdighed
Selvkontrol
Taknemmelighed
Håb og optimisme
Humor
Kreativitet
Tilgivelse
Beskedenhed
Omtanke
Vedholdenhed
Videbegærlighed
Visdom
Værdsættelse af skønhed
Lederskab
Åndelighed og spiritualitet

Oversigt over styrkens vigtighed



Oversigt over styrkens anvendelseshyppighed



Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Styrkefordelingsoversigt

Elevbesvarelse	Lærerbesvarelse
Kreativitet	Lederskab
Omtanke	Beskedenhed
Håb og optimisme	Humor
Vedholdenhed	Nysgerrighed
Åndelighed og spiritualitet	Retfærdighed
Humor	Kreativitet
Retfærdighed	Venlighed
Beskedenhed	Håb og optimisme
Selvkontrol	Visdom
Værdsættelse af skønhed	Værdsættelse af skønhed
Taknemmelighed	Taknemmelighed
Ærlighed	Selvkontrol
Tilgivelse	Samarbejde
Menneskelig indsigt	Kærlighed
Energi og begejstring	Energi og begejstring
Nysgerrighed	Tilgivelse
Samarbejde	Vedholdenhed
Kærlighed	Åndelighed og spiritualitet
Åbenhed	Videbegærlighed
Lederskab	Åbenhed
Mod	Ærlighed
Venlighed	Mod
Videbegærlighed	Omtanke
Visdom	Menneskelig indsigt

Klasse: _____ Antal elever: _____ Dato: _____

Afvikling: _____

STYRKEKOMPASSET

KLASSERAPPORT

LÆRERBESVARELSER



Styrkefordelingsoversigt

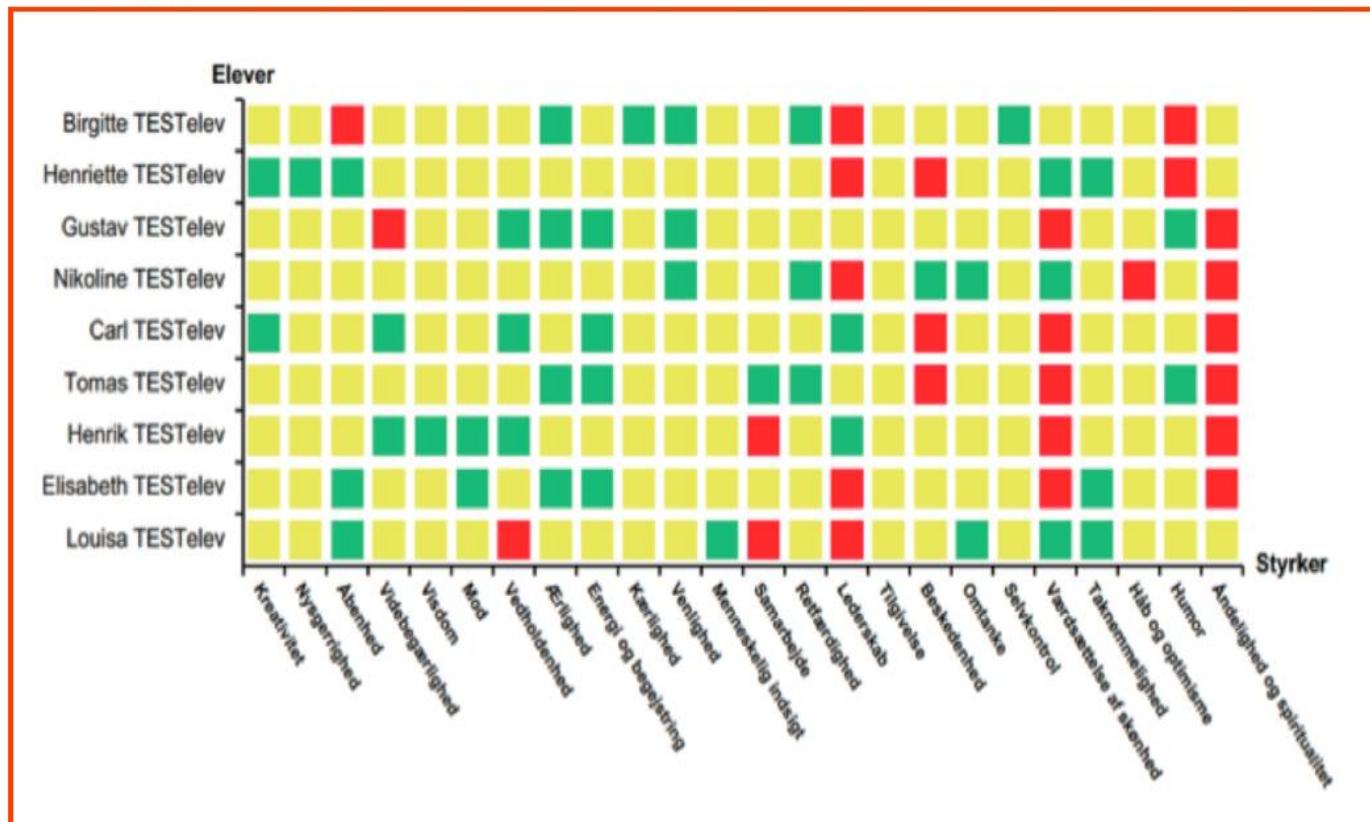
1	Ærlighed
2	Retfærdighed
3	Venlighed
4	Energi og begejstring
5	Kærlighed
6	Åbenhed
7	Menneskelig indsigt
8	Vedholdenhed
9	Taknemmelighed
10	Håb og optimisme
11	Mod
12	Nysgerrighed
13	Tilgivelse
14	Humor
15	Selvkontrol
16	Omtanke
17	Kreativitet
18	Samarbejde
19	Værdsættelse af skønhed
20	Videbegærlighed
21	Visdom
22	Beskedenhed
23	Lederskab
24	Åndelighed og spiritualitet

Klasserapport

Klasserapporten indeholder to oversigter over klassens besvarelser:

- Klasseoverblik
- Styrkefordelingsoversigt.

Klasseoverblik



Pædagogisk anvendelse

- Hvordan kan man arbejde med resultaterne af elevernes kortlægning af styrker?

Man kan vælge at lave et intensivt forløb, hvor man arbejder målrettet med styrker, eller udvælge enkelte øvelser, som man benytter ad hoc. I arbejdet med styrker kan man tage udgangspunkt i tre forskellige strategier

1. Et udgangspunkt i **topstyrker** giver glæde, engagement og gode præstationer og umiddelbar energi til arbejdet med trivsel og læring. Forskningen i styrker viser, at et udgangspunkt i topstyrker giver indre motivation. (Seligman, 2005)
2. Et udgangspunkt i **potentielle styrker** giver en balanceret styrkeanvendelse, hvor flere styrker kommer i spil, og hvor man kan arbejde med at maksimere, minimere, moderere eller målrette brugen af styrker, så den rette styrke i den rette mængde kommer i brug på rette tidspunkt.
3. Et udgangspunkt i de styrker, der kun bruges i begrænset omfang, **de lavest rangerende styrker**, kræver som tommelfingerregel, at man samtidig tager udgangspunkt i mindst to topstyrker for at hente energi og engagement til processen. Alternativt kan man i begrænset omfang belønne eleven eller lade eleven belønne sig selv. Belønning er en form for ydre motivation og er derfor langt mindre ønskværdig end indre motivation, hvor eleven er drevet af et indre ønske. Ydre motivation kan være nødvendig, hvis man ikke kan skabe indre motivation

3. Anvendelse

I bogen *Livsduelighed og børns karakterstyrker* gives mange konkrete forslag til anvendelse af styrker i den pædagogiske dagligdag. Overordnet set kan der arbejdes på flere planer i anvendelsesfasen:

- Man kan implementere elevens styrker i elevplaner, i udviklings- eller handleplaner.
- Styrkerne kan spottes og italesættes i den daglige praksis.
- Styrkerne kan indarbejdes i klassens eller skolens traditioner og årsplaner med særlige fokusedage eller fokusperioder.
- Styrkerne kan integreres i fagligheden, fx gennem styrkebrug ved personkarakteristikker og boganalyser i dansk og sprogfag.

Resultater

- De første resultater af afprøvning af Styrkekompasset på Gladsaxe Skole og i Gladsaxe Kommune.

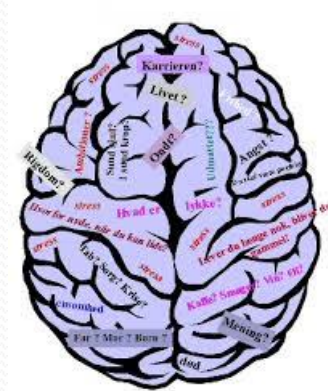
Forskning i styrker

- Der er en stor sammenhæng mellem styrker og livstilfredshed:
- Håb og optimisme
- Energi og begejstring
- Taknemmelighed
- Nysgerrighed
- Kærlighed



Forskning i styrker

- Amerikansk forskning viser, at styrkerne:
 - Vedholdenhed
 - Kærlighed
 - Taknemmelighed
 - Håb og optimisme
-
- Forudsiger akademiske resultater.



Styrker

- Seligman skriver:
- At top styrker har en hurtige læringskurve.
- Er energigivende i anvendelsen
- Involverer en følelse af autencitet
- Involverer indre motivation



Tabel 1. Styrkerne samlet og i forhold til køn, inklusion og sprog

Styrke	Samlet (N=582)	Køn		Inklusion?#		Flere sprog end dansk i hjemmet?#	
		Drenge (N=281)	Piger (N=301)	Ja (N=24)	Nej (N=398)	Ja (N=88)	Nej (N=334)
Kreativitet	6,43	6,31	6,54	7,17	6,67	6,75	6,69
Nysgerrighed	6,61	6,67	6,55	7,54	7,01	6,99	7,05
Åbenhed og tolerance	6,19	6,30	6,09	5,35	6,74**	6,90	6,60
Videbegærlighed	5,68	6,08	5,31**	6,51	5,88	5,58	6,01
Visdom	5,96	6,28	5,66*	5,65	5,69	5,76	5,66
Mod	7,03	7,46	6,63**	7,61	7,29	7,53	7,25
Vedholdenhed	6,55	6,84	6,29**	4,80	5,58	5,78	5,47
Ærlighed	7,19	7,15	7,23	7,53	7,47	7,54	7,45
Energi og begejstring	7,45	7,56	7,34	7,62	7,45	7,80	7,37
Kærlighed	7,45	7,12	7,76**	6,73	7,03	6,70	7,10
Venlighed	7,66	7,58	7,74	6,86	7,73*	8,08	7,58*
Menneskelig indsigt	6,60	6,43	6,76	6,50	7,10	7,16	7,05
Samarbejde	7,03	7,10	6,97	7,12	7,15	7,12	7,16
Retfærdighed	6,82	6,82	6,82	6,96	6,96	7,27	6,88
Lederskab	5,62	5,77	5,48	6,10	5,92	5,74	5,98
Tilgivelse	6,58	6,45	6,71	5,02	6,59**	6,60	6,47
Beskedenhed	5,99	6,06	5,93	6,60	6,58	6,82	6,52
Omtanke	6,16	6,20	6,13	6,45	6,11	6,18	6,12
Selvkontrol	6,07	6,22	5,94	5,30	5,92	6,07	5,83
Værdsættelse af skønhed	6,16	5,80	6,49**	5,94	6,12	6,44	6,02
Taknemmelighed	7,18	7,25	7,11	7,70	7,71	8,01	7,63
Håb og optimisme	6,82	7,01	6,64	6,78	6,96	6,95	6,96
Humor	7,66	7,91	7,43*	7,86	7,73	8,27	7,59*
Åndelighed og spiritualitet	5,44	5,41	5,46	5,63	5,59	6,86	5,26**

Psykolog Mette Marie Ledertoug,

Baseret på data fra den første udgave af Styrkekompasset

Mette@Gadslaxe.dk

Tabel 2. Styrker fordelt på indskoling, mellemtrinnet og udskoling

Styrke	Indskoling (N=161)	Mellemtrinnet (N=303)	Udskoling (N=118)
Kreativitet**	7,21	6,11	6,17
Nysgerrighed	6,94	6,42	6,65
Åbenhed og tolerance*	6,50	5,92	6,45
Videbegærlighed**	6,73	5,45	4,82
Visdom**	6,72	5,50	6,12
Mod	7,36	6,85	7,03
Vedholdenhed**	7,10	6,32	6,39
Ærlighed	6,97	7,14	7,62
Energi og begejstring*	7,89	7,36	7,06
Kærlighed	7,47	7,31	7,78
Venlighed	7,87	7,61	7,52
Menneskelig indsigt*	6,98	6,36	6,68
Samarbejde*	7,47	6,95	6,62
Retfærdighed	7,14	6,74	6,60
Lederskab**	6,20	5,24	5,82
Tilgivelse*	7,11	6,45	6,19
Beskedenhed**	6,58	5,97	5,23
Omtanke**	6,66	6,06	5,73
Selvkontrol	6,31	5,96	6,04
Værdsættelse af skønhed**	6,84	5,99	5,66
Taknemmelighed**	7,76	7,15	6,44
Håb og optimisme**	7,64	6,58	6,30
Humor	7,94	7,49	7,73
Åndelighed og spiritualitet**	6,87	4,91	4,82

N = antal

* p < 0,05

** p < 0,01

Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Tabel 3. Styrker fordelt på skoler i Gladsaxe kommune

Styrker	Skole					
	Bagsværd (N=25)	Gladsaxe (N=281)	Mørkhøj (N=67)	Skovbrynet (N=34)	Stengård (N=143)	Vadgård (N=32)
Kreativitet	5,10	6,50	6,76	6,90	6,15	6,89
Nysgerrighed	5,89	6,64	6,23	6,77	6,59	7,63
Åbenhed og tolerance	6,16	6,11	6,76	6,53	5,95	6,43
Videbegærlighed	5,16	5,68	6,30	5,80	5,71	4,58
Visdom	6,31	5,88	6,91	5,97	5,52	6,40
Mod	6,42	6,95	7,49	7,14	7,00	7,23
Vedholdenhed	6,45	6,41	7,04	6,87	6,56	6,49
Ærlighed	7,24	7,18	7,03	7,48	7,18	7,31
Energi og begejstring	7,45	7,39	8,34	7,79	7,39	5,99
Kærlighed	7,86	7,51	7,04	7,95	7,25	7,82
Venlighed	7,57	7,59	7,62	7,95	7,86	7,23
Menneskelig indsigt	7,10	6,77	6,38	7,14	6,34	5,70
Samarbejde	7,03	7,16	7,23	7,10	6,86	6,18
Retfærdighed	6,57	6,90	6,97	7,26	6,85	5,41
Lederskab	5,90	5,64	5,99	6,61	4,99	6,21
Tilgivelse	6,66	6,71	6,80	6,97	6,56	4,63
Beskedenhed	5,52	6,16	6,36	6,11	5,94	4,20
Omtanke	5,10	6,40	6,30	6,16	5,94	5,55
Selvkontrol	5,99	6,12	6,27	6,00	5,96	5,90
Værdsættelse af skønhed	5,09	6,52	6,83	6,72	5,63	4,19
Taknemmelighed	6,64	7,18	7,80	7,23	7,34	5,50
Håb og optimisme	6,26	6,74	7,89	7,72	6,58	5,75
Humor	7,48	7,70	8,24	6,62	7,67	7,33
Åndelighed og spiritualitet	3,73	5,66	6,33	7,72	4,52	4,58

N = antal

Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Tabel 4. Styrker fordelt på to elevafprøvnings og og lærer-elev-afprøvning

Styrke	Elev – to afprøvnings# (N=93)		Elev – Lærer# (N=99)	
	1. gang	2. gang	Elev	Lærer
Kreativitet	6,09	6,28	6,90	6,67
Nysgerrighed	6,93	7,21	7,37	7,07
Åbenhed og tolerance	6,39	6,63	6,70	6,61
Videbegærlighed	6,03	5,90	6,46	6,55
Visdom	5,62	6,05	5,67	6,36*
Mod	6,72	7,03	7,28	6,94
Vedholdenhed	5,50	5,55	5,76	6,00
Ærlighed	7,30	7,41	7,91	7,74
Energi og begejstring	7,27	7,20	7,90	6,51**
Kærlighed	7,33	7,16	7,29	7,36
Venlighed	7,71	7,80	7,85	7,74
Menneskelig indsigt	7,09	7,14	7,22	6,11**
Samarbejde	6,93	6,78	7,56	6,42**
Retfærdighed	6,88	6,87	7,33	6,87
Lederskab	5,78	5,82	5,99	4,64**
Tilgivelse	6,72	6,36	6,42	6,58
Beskedenhed	6,71	6,38	6,68	6,29
Omtanke	6,21	6,34	6,48	6,59
Selvkontrol	6,00	6,24	6,07	6,96*
Værdsættelse af skønhed	6,14	5,81	6,43	5,79*
Taknemmelighed	7,60	7,40	8,23	6,94**
Håb og optimisme	6,79	6,74	7,20	6,75
Humor	7,60	7,88	7,89	7,26*
Åndelighed og spiritualitet	5,61	5,43	5,60	3,85**

Baseret på data fra den første udgave af Styrkekompasset

* p < 0,05

** p < 0,01

N = antal

Psykolog Mette Marie Ledertoug,
Memale@Gladsaxe.dk

Fordeling på styrker i Gladsaxe

Lærernes og pædagogernes 5 topstyrker
fordeler sig:

- 1) Kærlighed: 10%
- 2) Nysgerrighed: 9%
- 3) Retfærdighed: 8 %
- 4) Humor: 7 %
- 5) Samarbejde: 7 %
- 5) Venlighed: 6%



Styrkeriskoler.blogspot.dk

Styrkebaseret læring - Microsoft Internet Explorer leveret af Gladsaxe kommune

http://www.styrkeriskoler.blogspot.dk

Filer Rediger Vis Favoritter Funktioner Hjælp

Dette website bruger cookies i forbindelse med leveringen af tjenester. Ved at bruge dette website accepterer du brugen af cookies. [Flere oplysninger](#) [OK, det er forstået](#)

Styrkebaseret læring

Med denne blog ønsker vi et dynamisk værktøj, som kan beskrive arbejdet med styrkebaseret læring i Gladsaxe Kommune. Her kan du finde indlæg for og fra lærere og pædagoger fra Gladsaxe Skole, der deltager som forsøgsskole og fra deltagere i følgegruppen omkring styrkebaseret læring. Her på bloggen kan du i øvrigt finde sider med henholdsvis den teoretiske baggrund og inspirationsmaterialer. Vi håber du finder bloggen interessant, og at du vil deltage aktivt her på siderne.

[Start](#) | [Facts om styrkebaseret læring](#) | [Styrkeinterventions program](#) | [Litteratur og materialer](#)

torsdag den 19. juni 2014

Sommerafslutning i følgegruppen

I følgegruppen har vi den seneste periode arbejde med, hvordan styrker kan implementeres i det fag-faglige på fire områder: dansk, sprog, idræt og matematik. Grupperne fremlagde deres overvejelser for hinanden om italesættelse af styrker i klassen, målrettet arbejde med forskellige styrker i tematiske sammenhænge og i særlige fagdiscipliner. Vi fik taget det første spadestik og fik overvejelser med hjem til det fortsatte arbejde.

Afslutningsvis var alle følgegruppemedlemmernes navne skrevet på hver sit stykke papir, der var sat fast til væggen med lærertyggegummi. Her skulle være enkelt deltager så spotte en styrke hos de andre og skrive en styrke ned på deres papir. Alle deltagere gik på sommerferie med

Mette Ledertoug



Jeg hedder Mette Marie Ledertoug og er oprindeligt uddannet folkeskolelærer. I 1997 blev jeg færdig som psykolog og har her hovedsagligt arbejdet i PPR-regi og siden 2008 i PPR-regi.

Start DA 14:42 11-08-2014