

Allt började med en kurs.

 Folkuniversitetet

Kursprogram våren 2022
Stockholm



**Överraska
med kunskap**

Boka din kurs på
[folkuniversitetet.se/
stockholm](https://folkuniversitetet.se/stockholm)

**Gratis
prova på-kurser
under vecka 3**

Läs mer på
[folkuniversitetet.se
/stockholm](http://folkuniversitetet.se/stockholm)

Allt började med en kurs.

Vill du lära dig mer om aktier, bli bättre på spanska eller utveckla din sångröst? En kurs kan vara starten på en livslång resa. Men det kan också vara det där du gör bara för dig. För att du alltid känt dig lite nyfiken, för att du behöver en utmaning. Eller helt enkelt för att livet blir lite roligare med en kurs.

Hälsa Livsfrågor Natur Kultur

Se hela vårt kursutbud på vår hemsida

Hälsa, kultur och livsfrågor

Röst och kommunikation – nå ut!

Du får träna din röst i olika situationer: Den ska höras, hålla och varieras så att andra lyssnar och förstår.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	3	9/3	2.375:-

Livet i förändring – ett existentiellt perspektiv Ny!

Vi förändras, söker förändring och ibland förändras livet på sätt vi inte kunnat förutse. Hur kan vi förhålla oss till det? Samtal om hur det är att vara människa.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	4	16/3	1.350:-

Biblioterapi – att läsa för att leva Aven på distans

NIVÅ	KURSFORM	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund*	klassrum	on	17.30–19.45	5	9/3	1.550:-
fortsättning	distans live	må	17.00–19.15	5	14/3	1.550:-

*Tema Den tredje åldern.

Självledarskap – att förstå och leda dig själv

Utveckla din självkännet och förmåga att ta beslut i rätt riktning.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund	on	17.30–20.45	5	20/4	3.200:-

Självledarskap – för effektiv förändring

Fortsättningskurs med inriktning på hur du tar dig mot den förändring du vill genomföra.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	on	17.30–20.45	4	16/3	2.550:-

Meningar med livet – om livssyn och stora frågor

Vi samtalar och utgår bland annat från filosofiska och religiösa texter.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	17.30–19.45	5	28/3	1.400:-

Idéhistoria – perspektiv på makt Ny!

Vem besitter makt; över vem utövas den; genom vilka medel verkar den? Vi läser och diskuterar historiska och samtida sätt att betrakta makt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	4	15/3	1.350:-

Filosofi – fyra teman

Vi utgår från den västerländska filosofins centrala frågor.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	10	8/3	2.550:-

Filosofikafé – samtal om filosofiska frågor

En lättsam ingång till filosofin med avstamp i filosofiska texter.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–20.15	5	24/3	1.450:-

Poesikafé Distans Live Ny!

Vi läser och pratar om engelsk poesi från 1600-1900-tal.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	5	19/4	1.350:-

Varför Shakespeare? Distans Live Ny!

Utforska William Shakespeares liv, arbete och teaterbransch.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–20.15	5	10/3	1.350:-

Egyptens historia – ett nytt rike tar vid Distans Live

Om det forntida Egyptens kultur.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–19.45	4	2/2	1.500:-

De romerska kejsarna – sex, våld, makt Distans Live Ny!

Vi utforskar Julio-Claudierna, den första romerska kejsardynastin utifrån Suetonius *Kejsarbiografier*.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–20.15	6	7/3	1.750:-

Antikens Rom – staden på de sju kullarna Distans Live Ny!

Roms tillblivelse, från spridda bosättningar till mäktig metropol.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–20.15	5	2/5	1.450:-

Mat – Odling – Natur

Planera din odling – gör en såplan för hela året Ny!

Odla utan att gräva; naturligt växtskydd, jordförbättring med mera.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
ti	17.00–20.00	1	22/2	650:-

Förodla – sådd, omskolning och utplantering Ny!

Ta tillvara hela säsongen: lär dig om växter, jord och avhärdning.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
to	17.00–20.00	1	24/2	650:-

Regnbäddar och bevattning i trädgård

Lär dig ta tillvara regnvatten på flera sätt.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
on	18.00–19.30	1	16/3	450:-

Odla din köksträdgård

Grunden i att odla grönsaker och kryddor – hållbart och ekologiskt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	17.00–20.00	2	7/4	1.550:-

Svampfokus i vårskogen – Majken Ekstrand Ny!

Svampskådning: lärorikt om svampar (inte matsvamp) i vackra vårskogar.

PLATS	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
Hansta	sö	09.30–13.15	1	24/4	550:-
Kyrksjön	må	18.00–19.30	1	2/5	350:-

Trollsländan – bevingad, elegant och spännande Ny!

Teori och i fält. Om sländans liv och leverne.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
ti	18.00–19.30	3	5/4	600:-

Fågelskådning med Gigi Sahlstrand, teori eller i fält

KURSFORM	DAG	TID	GGR	START	PRIS
teori och fält, grund	to	18.00–20.15	4	3/3	1.750:-
Ugglor, spettar, gäss*	må	18.00–20.15	3	7/3	900:-
fält, Hjälstaviken	lö	10.00–15.30	1	23/4	950:-
fält, Isbladskärret	sö	10.00–14.00	1	24/4	450:-
fält, Djurgården	lö	07.30–12.00	1	18/6	750:-
fält, Sandemar	sö	10.00–15.30	1	19/6	950:-

*Distans Live.

Naturen är kuren — bli lugn, stark och smidig Ny!

Utomhusträning med teori- och mindfulnessinslag, vid Hellasgården.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
on	17.00–20.00	1	6/4	375:-

Botaniska trädpromenader Ny!

KURSFORM	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Vinterträd i Vanadis	lö	13.00–16.00	1	26/2	350:-
Observatoriekullen	lö	13.00–17.00	1	14/5	450:-

Att umgås med träd – folketro och mytologi Vandring Ny!

Om människans relation till träden och skogen.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
lö	13.00–17.00	1	4/6	450:-

Vilda örter – vad kan jag plocka till middag? to 5/5

Läkeörter och -träd i Vasaparken, to 2/6

Föreläsningar inom hälsa och livsfrågor

15/3 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Morgonljus – vad betyder dagsljuset för hälsan?

Föreläsare: Arne Lowden, docent, Stressforskningsinstitutet, SU.

17/3, 19/4 och 17/5 kl. 18.00–20.15 **Pris 300 kr/gång**

Existentiella salonger vid tre olika tillfällen – vi utforskar frihet, kärlek, livets mening

Föreläsare/ledare: Ann Lagerström, fil.mag. i praktisk kunskap, författare.

22/3 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Känslor och tankar hos djuren vi äter

Föreläsare: Per Jensen, professor i etologi (djurens beteende), Linköpings universitet, författare.

29/3 kl. 18.00–20.15 **Pris 300 kr**

Psykologiskolan: Stress och utmattning

Föreläsare: Agnes Mellstrand, legitimerad psykolog, organisationskonsult och handledare.

5/4 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Nudging – beslutsfattandets psykologi och påverkan

Föreläsare: Richard Wahlund, professor i företagsekonomi med inriktning på media, Handelshögskolan, Stockholm

26/4 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Fåglarnas hemligheter och medicinska gåtor

Föreläsare: Anita Campbell, fil. dr i neurokemi, SU och fotograf.

3/5 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Livslust och livsleda – förebyggande av självmord

Föreläsare: Ullakarín Nyberg, psykiater, suicidforskare, Karolinska Institutet.

10/5 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Vikingen. En historia om 1800-talets manlighet

Föreläsare: Anna Lihammer, fil. dr i historisk arkeologi, författare och Ted Hesselbom, författare och museichef.

14/6 kl. 18.00–20.00 **Pris 250 kr**

Konspirationsteorier ur psykologiskt perspektiv

Föreläsare: Agnes Mellstrand, legitimerad psykolog, organisationskonsult och handledare.

Forskningsföreläsningar

Folkuniversitetet har sina rötter i universitetsvärlden. Allt började med universitetsstudenter som höll kurser och föreläsningar inom språk, historia och litteratur för allmänheten. Än idag har vi ett nära samarbete med universiteten. En av våra uppgifter är att göra aktuell forskning begriplig och lättillgänglig för alla.

Se hela vårens program på folkuniversitetet.se/stockholm

Grundkurs i EU-kunskap Distans Live

Kursen ger dig en övergripande bild av hur EU-arbetet fungerar med fokus på EU-kommissionen, Europaparlamentet och ministerrådet samt hur Sverige gör sin röst hörd inom EU.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	17.00–19.15	4	17/5	0:-

IT Arbetsliv

Se hela vårt kursutbud på vår hemsida

IT

Programmering i Python

Nyfiken på programmering? Lär dig det moderna och nybörjarvänliga programmeringsspråket Python.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–21.15	5	9/3, 20/4	2.475:-

AI – teori och tillämpning

Vässa ditt CV med kunskaper om AI från en expert i branschen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	4	15/3	2.275:-

Responsiv webbdesign Ny!

Lär dig grunderna för att skapa en användarvänlig responsiv sajt i HTML5 och CSS3. Även Bootstrap 5 ingår i kursen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö	09.30–14.30	6	19/3	6.775:-

Wordpress

Lär dig allt du behöver veta för att kunna bygga, utveckla och administrera en Wordpress-sajt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to-fr	09.00–16.00	2	24/3	4.175:-
to	09.00–16.00	2	28/4	4.175:-

Officepaketet

Få grunderna i Word, Excel, Powerpoint och OneDrive.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
on-fr	09.00–16.00	3	23-25/2	4.975:-
on+on+fr	09.00–16.00	3	4/5, 11/5, 13/5	4.975:-

Excel

Skapa tabeller, kalkyler, diagram med mera.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti-on	09.00–16.00	2	31/5	3.775:-
to-fr	09.00–16.00	2	10/3	3.775:-

Diplomerad Grafisk Designer se sid 7.

Indesign

Du får grunderna i layout för att exempelvis kunna skapa informationsblad och annonser. Vi använder Mac-datorer på kursen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to-fr	09.00–16.00	2	10/3	4.175:-

BankID, Swish och digital säkerhet

Du lär dig om e-legitimation och onlinebetalningar. Få värdefulla tips på hur du undviker att bli lurad på nätet.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö	13.00–16.00	2	19/3	1.200:-

Facebook och Instagram för nybörjare Ny!

Kom igång – från att skapa konton till att lära dig om funktioner.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–20.15	4	10/3	1.775:-

Ny på Ipad Ny!

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	13.00–15.15	4	25/4	1.775:-

Utveckla din karriär

Boosta karriären med bra självinsikt Distans Live

Du får konkreta verktyg som hjälper dig att få bättre självinsikt genom att kartlägga dina kompetenser, styrkor, intressen och värderingar. Med karriärexperten Charlotte Hågård.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	3	23/2	875:-

Skapa din karriärplan Distans Live

Hur vill du att din karriär ska se ut framåt? Skapa en bild av ditt ideala arbetsliv på kort och lång sikt, hitta alternativa utvecklingsvägar och bygg ett nätverk som hjälper dig att lyckas.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
ti	18.00–20.15	2	5/4+19/4	650:-

Bli en stjärna på LinkedIn Distans Live

Skapa en proffsig LinkedIn-profil som passar dina mål. Gå onlinekurs på egen hand, du har tillgång till materialet i 180 dagar. Pris 675 kr.

Bli en framgångsrik jobsökare Distans Live

Du får tips och verktyg för alla delar i en effektiv jobsökning. Gå onlinekurs på egen hand, materialet är tillgängligt i 180 dagar. Pris 675 kr.

Så utvecklar du din karriär 50+ Distans Live

Inspirationsföreläsning om hur du kan planera, utveckla eller förändra livet och karriären efter 50. Med Charlotte Hågård.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
må	18.00–20.30	1	7/2	350:-
on	18.00–20.30	1	4/5	350:-

Att börja frilansa Distans Live Ny!

En kväll med inspiration och verktyg för att komma igång som frilansare.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
må	18.30–20.00	1	14/3	200:-

Designa ditt arbetsliv Distans Live

Applicera den moderna innovationsmetoden Design Thinking på ditt eget arbetsliv och hitta nya lösningar för din väg framåt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	2	16/3	850:-

Psykologiska verktyg för ett hållbart arbetsliv Distans Live

Lär dig om stresshantering, att följa sina värderingar, om prestationsbaserad självkänsla och sund självhävande. Tre kvällar fyllda med kunskap och konkreta verktyg! Med psykologen Agnes Mellstrand.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–20.30	3	21/3	1.175:-

Kommunikation och ledarskap

Copy – skriv säljande texter

Skriv så att orden når fram! Du får konkreta tips som hjälper dig att skriva kommunikativa texter för print, webb och sociala medier.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	13.00–16.15	5	29/3	4.575:-

Skriv bättre texter i arbetet

Från webbtexter till rapporter – skriv strukturerat och effektivt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	4	30/3	3.975:-

Tala inför grupp utan rädsla och panik

Lär dig förstå varför blockeringar uppstår och hur du kan hantera dem. Via bild, drama och röstövningar arbetar vi för att öka din självsäkerhet.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.30–21.00	10	9/3	5.975:-

Framgångsrik kommunikation i arbetslivet

Bli medveten om ditt och andras sätt att kommunicera. Träna din förmåga att presentera och argumentera och förstärk ditt inflytande på arbetsplatsen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	8	16/3	6.775:-

Ledarskap – lär dig från grunden

Lär dig grundläggande teorier, modeller och verktyg.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	8	22/3	6.375:-

Utvecklande ledarskap – UL Ny!

Stärk din förmåga att leda. Du får unik individuell feedback. Passar alla chefer och ledare. Kurskoncept från Försvarshögskolan.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
olika dagar	09.00–17.00	4	30/3	29.975:-

Design Thinking Även på distans

Lär dig utveckla affärsidéer, lösningar och koncept med innovationsmetoden Design Thinking, som används av företag som Google och Apple. Se kursupplägg på vår hemsida.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	19.00–20.00	3	2/3	2.175:-
fr	09.00–12.00/16.00	3	22/4	4.275:-

Ekonomi och HR

Företagets ekonomi – helhet, begrepp och samband

Lär dig begrepp och praktiska moment för att kunna delta i ekonomiska resonemang och beslut i ett företag.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	13.00–17.30	4	14/4	6.375:-
ti	18.00–21.15	6	22/3	6.375:-

Företagsekonomi från början

Här får du grundläggande kunskaper i företagsekonomi.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–21.15	8	9/2	7.275:-

Bokslut och årsredovisning

Öka dina kunskaper för att självständigt kunna upprätta bokslut och årsredovisningar. Grundläggande nivå.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–21.15	7	8/3	8.275:-
fr	09.00–15.00	4	22/4	8.275:-

Ekonomiassistent

Lär dig mer om ekonomi för att kunna hantera flera av de dagliga uppgifterna på en ekonomiavdelning.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.15	15	31/1	19.250:-

Controller – med inriktning redovisning Ny!

Lär dig mer om ekonomisk analys och uppföljning samt ekonomistyrning för att kunna arbeta som controller.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	09.00–12.30	10	14/3	21.950:-

Employer Branding Ny!

Kursen där du lär dig metoder för att attrahera nya medarbetare och hur man behåller dem.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	09.00–12.30	4	7/2	14.375:-

Bokföring och aktiekunskap

Vi har flera starter och nivåer, både på distans och på plats. Se alla kurser på hemsidan.

Praktisk arbetsrätt

Här får du goda arbetsrättsliga kunskaper som du efter kursen ska kunna tillämpa i praktiken.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.30	6	23/3	7.275:-

HR Business Partner

Du får fördjupade kunskaper om hela det personaladministrativa området för att kunna arbeta självständigt inom HR.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	09.00–12.30	15	9/2	19.950:-

Löneadministration och VISMA 600

Kursen ger dig grundläggande kunskaper inom löneområdet.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	09.00–12.30	6	28/3	6.975:-

Beskattningsrätt Ny!

Kursen ger dig grundläggande kunskaper om det svenska skattesystemets struktur och uppbyggnad.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–21.15	4	17/2	6.275:-

Fastighet och miljö

Fastighetsfinansiering och investeringsbedömning

Fördjupa dina kunskaper om finansiering och investering i olika typer av fastigheter.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–20.15	6	24/3	6.275:-

Hållbarhet och cirkulär ekonomi Ny!

Lär dig mer om miljö utifrån olika aspekter med fokus på hållbarhet.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–20.15	4	17/3	4.750:-

Miljöstyrning inom bygg- och fastighetsförvaltning Ny!

Lär dig styra, hantera och följa upp miljöfrågor inom bygg- och förvaltningsbranschen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	17.30–21.00	5	8/3	6.175:-
on	13.00–16.30	5	9/3	6.175:-

Jobb eller studier? Vi hjälper dig!

Är du arbetssökande och inskriven på arbetsförmedlingen? Ta kontakt med oss så berättar vi hur vi kan hjälpa dig. Mejla Isak Westerström, isak.westerstrom@folkuniversitetet.se

Läs mer om **Rusta och matcha** på:
folkuniversitetet.se/rustamatcha-stockholm

Diplomutbildningar

Längre utbildningar

Vill du ge dig in på en ny arena eller vidareutveckla dig i din yrkesroll? **Möjlighet till delbetalning finns.**

Diplomerad Grafisk Designer Ny!

Här får du grunderna i grafisk design och lär dig att praktiskt använda kunskaperna i Adobes program.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	09.00–16.00	12	8/3	20.775:-

Diplomerad Social Media Manager

Du får strategiska och praktiska kunskaper för att arbeta framgångsrikt med sociala medier.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	13.00–17.45	15	8/3	26.575:-

Diplomerad Coach **Även på distans**

För dig som vill arbeta med coaching på ett professionellt och kvalitetssäkrat sätt. Utbildningen är en bra förberedelse för dig som vill ansöka om internationell ICF-certifiering.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to-fr*	09.00–16.45	9	27/1	27.975:-
to-fr	09.00–16.45	9	3/3	27.975:-

*Distans Live.

Diplomerad Visual Merchandiser **Distans Live**

Lär dig att planera och skapa attraktiva säljmiljöer – från pop-up-butiker till större handelsplatser. Du får kunskaper om butikskoncept, färg och form, varuexponering och mycket mera.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	13.00–17.45	18	22/2	23.775:-

Diplomerad Redovisningsekonom

Utbildningen för dig som vill kunna arbeta självständigt med ett företags bokförings- och redovisningssystem utifrån alla aspekter.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	09.00–16.00	20	11/3	39.950:-

Diplomerad Fastighetsförvaltare

Här får du en kvalificerad utbildning som ger dig djupgående kunskaper om branschen och färdigheter för att kunna förvalta och ansvara för fastigheter på sikt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må-on	15.30–17.45	64	31/1	60.000:-

Diplomerad Inköpare **Distans Live**

Lär dig att behärska hela inköpsprocessen. Du får praktiska färdigheter och en djupgående förståelse för att kunna göra affärsmässiga inköp av varor och tjänster, förhandla och samverka med leverantörer i näringslivet.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti-to	17.00–20.15	24	29/3	24.950:-

Diplomerad Inredningskonsult se sid 14.

Diplomerad Färgsättare Ny! se sid 14.

Gratis
prova på-kurser
och rådgivning
om din språknivå
under vecka 3.
Läs mer på
vår hemsida

Hos oss kan du läsa följande språk:

Arabiska* • Bosniska/kroatiska/serbiska* •
Brasiliansk portugisiska • Danska* • Engelska* •
Europeisk portugisiska* • Finska • Franska* •
Grekiska* • Isländska* • Italienska* • Japanska* •
Kinesiska* • Klassisk grekiska • Koreanska* • Latin •
Nederländska • Persiska/farsi* • Polska • Ryska* •
Spanska* • Svenska* • Thailändska • Tjeckiska •
Turkiska* • Tyska* • Ungerska*

*Även på Distans Live, träffar i realtid.

**Alla våra 622 språkkurser,
alla nivåer och nivåskalan
hittar du på**
folkuniversitetet.se/stockholm/sprak

Språkexamina

**Behöver du ett internationellt bevis på dina kunskaper
i engelska eller svenska?**

Validera dina kunskaper hos oss eller ta en språkexamen!
Läs mer om Cambridgetdiplom och språkprovet IELTS
(International English Language Testing System) på
folkuniversitetet.se/cambridge och
folkuniversitetet.se/ielts
För språktestning i svenska – ring 08-789 42 00.

Arabiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	ti	19.15–20.45	10	15/2	2.275:-

Bosniska, serbiska och kroatiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	18.00–20.15	8	16/2	2.675:-

Brasiliansk portugisiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	19.30–21.00	10	16/2	2.275:-

Danska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	19.15–20.45	10	9/2	2.275:-
A1 del 1*	to	19.15–20.45	10	17/2	2.275:-

*Distans Live.

Engelska **Kursstart varje månad på alla nivåer!**

Läs engelska med våra professionella lärare, i klassrum eller online. Vi fokuserar på muntlig kommunikation och pratar bara engelska på lektionerna. Välj om du vill läsa på dagtid, kvällstid, vardagar eller helger. Vi har allmänna kurser 1-2 ggr/vecka samt specialkurser i konversation, affärsengelska, med mera.

Läs mer på folkuniversitetet.se/stockholm/sprak

English in the Morning

Flera nivåer, start var fjärde vecka. Startdatum: 31/1, 28/2, 28/3, 25/4 och 23/5.

NIVÅER	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A2, B1	må+on	09.00–11.15	8	31/1	2.675:-
B1+/B2, C1	må+on	11.45–14.00	8	31/1	2.675:-

English in the Evening

Flera nivåer, start var fjärde vecka. Startdatum: 1/2, 1/3, 29/3, 26/4 och 24/5.

NIVÅER	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A2, B1, B1+/B2, C1	ti+to	18.00–20.15	8	1/2	2.675:-

Dare to speak – liten grupp **Max 7 deltagare**

Träna engelsk konversation och utöka ditt ordförråd.

NIVÅER	DAG	TID	GGR	START	PRIS
B1	se startdatum	16.00–17.30	8	8/2, 10/3, 4/4	2.975:-
B2	se startdatum	16.00–17.30	8	7/2, 9/3, 4/4	2.975:-

Europeisk portugisiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	17.30–19.00	10	16/2	2.275:-

Finska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	ti	18.00–20.15	7	15/2	2.350:-

Franska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	ti	18.00–20.15	8	15/2	2.675:-

Franska – intensivkurs en vecka

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	må-fr	09.00–12.15	5	28/2	2.230:-

Franska – kvinnorna i fransk litteratur **Föreläsning på franska**

NIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
A2-C1	må	18.00–19.30	1	4/4	200:-

Franska – konversation och litteratur

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
B1/B2	to	17.30–19.00	12	17/2	2.900:-

Italienska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	må	18.00–19.30	12	14/2	2.675:-

Italienska – konversation

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
B1	on	11.15–13.00	10	16/2	2.250:-
B2	ti	18.00–19.30	12	8/2	2.900:-

Italienska – tio italienska kvinnor **Föreläsning på italienska**

NIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
A2-C1	fr	17.00–18.30	1	20/5	200:-

Isländska **Distans Live**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	to	19.30–21.00	10	17/2	2.275:-

Japanska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	må	17.45–19.15	12	7/2	2.675:-

Kinesiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	må	19.30–21.00	10	14/2	2.275:-

Koreanska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	18.00–19.30	10	16/2	2.275:-

Koreanska **Föreläsning på svenska** **Ny!**

Om modern koreansk litteratur och kultur.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
fr	17.00–18.30	1	11/3	200:-

Koreanska **Föreläsning på svenska** **Ny!**

Om koreansk kultur och språk genom K-drama, TV-serier på koreanska.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
fr	17.00–18.30	1	25/2	200:-

Persiska **Distans Live**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	lö	10.00–11.30	10	5/2	2.275:-

Spanska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1	må	18.00–19.30	10	14/2	2.275:-

Spanska nybörjare – 2 helger **Ny!**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
A1 del 1	lö-sö	10.00–13.15	4	2-3/4, 16-17/4	2.950:-

Spanska – grammatiklördagar **Ny!**

Tre tempus i dåtid 19/3, Konjunktiv och indikativ 23/4, Konjunktioner 14/5.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
lö	10.00–13.15	1	19/3	300:-
lö	10.00–13.15	1	23/4	300:-
lö	10.00–13.15	1	14/5	300:-

Svenska som främmande språk **Kursstart varje månad**

Läs svenska med våra professionella lärare, i klassrum eller online. Vi fokuserar på muntlig kommunikation och pratar bara svenska på lektionerna. Välj om du vill läsa på dagtid, kvällstid, vardagar eller helger. Vi har allmänna kurser 1-2 ggr/vecka, intensivkurser 5 ggr/vecka samt specialkurser i uttal och konversation.

Läs mer på folkuniversitetet.se/stockholm/sprak

Teckenspråk **Ny!**

I samarbete med Teckenspråksakademin.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
Termin 1	on	16.30–18.00	10	23/2	2.375:-

Turkiska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	ti	18.00–19.30	10	15/2	2.275:-
A1 del 1*	lö	10.00–11.30	8	19/2	1.800:-

*Distans Live.

Lär dig tyska på 200 minuter **Ny!**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
A1 del 1	lö	10.00–13.30	1	5/2	400:-

Tyska

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	on	17.45–19.15	10	16/2	2.275:-

Tyska – Grammatikhelg **Ny!**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A2/B1	lö-sö	10.00–13.30	2	5/3	800:-

Ungerska **Distans Live**

MÅLNIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
A1 del 1	to	19.00–20.30	10	3/2	2.275:-

Grammatikakuten – Ordklasser **Distans Live**

När du studerar ett främmande språk underlättar det om du är säker på de grammatiska begreppen.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
lö	10.00–13.15	1	5/3	300:-

Film Skrivande

Se hela vårt
kursutbud på
vår hemsida

Film

Filmredigering i Adobe Premiere Pro

Här får du en grundläggande introduktion till filmklippning och lär dig begrepp som dramaturgi, tempo, olika klippstilar och ljuddesign.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund	to	13.00–16.00	5	21/4	4.350:-
grund	to	18.00–21.15	5	10/2, 21/4	4.350:-

3D-modellering i Blender, 13-17 år

Här lär du dig grunderna i 3D-modellering i Blender, en renderingsmotor som kan modellera, animera och skapa spelmiljöer.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	17.00–19.15	4	16/3	1.550:-

Dokumentärfilm **Sportlovskurs**

På denna veckokurs lär du dig skapa berättande dokumentärfilm. Vi lär oss bland annat manusarbete, inspelningsplanering, kamera och ljudteknik samt redigering.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må-fr	10.00–17.00	5	28/2	5.975:-

Skapa din egen film, 13-16 år **Sportlovskurs**

Prova på alla delar av filmprocessen, från att skriva manus, till att skådespela, regissera och sist redigera filmen och lägga på effekter.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må-fr	10.00–14.00	4	28/2	2.850:-

Vi gör animerad film, 10-13 år **Sportlovskurs**

En sportlovsvecka där du tillsammans med andra får prova på animation. Vi skapar modeller i lera och papper och filmar med Ipad och greenscreen.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må-fr	10.00–14.00	5	28/2	2.750:-

Filmkommunikation **Ny!**

För dig som vill arbeta med film som verktyg för att nå ut med din kommunikation. Vi arbetar praktiskt med manus, inspelning, foto, ljus och redigering.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	10.00–16.00	5	22/4	6.975:-

Skrivande

SKRIVARAKADEMIN

På Skrivarakademin får du lära dig de konstnärliga och hantverksmässiga grunderna för ditt skrivande. Genom skrivövningar får du prova dig fram och experimentera. Grupperna är små, max 9 deltagare. Alla våra lärare är yrkesverksamma författare.

Kom igång och skriv

Här får du inspiration till ditt eget skrivande för att komma närmare din egen berättarröst. Vi arbetar i en liten grupp med max 9 personer.

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Viktoria Myrén	må	17.45–21.00	8	14/2	5.100:-
Maj-Britt Wiggh	lö-sö	10.00–15.15	2	7/5	2.575:-
Camilla Wittmoss	lö-sö	10.00–15.15	2	23/4	2.575:-

Att skriva **Aven på Distans**

Utveckla ditt skrivande och ditt eget språk! I en liten grupp med max 9 deltagare fokuserar vi på roman, novell eller kortprosa.

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Erik Grundström	må*	18.00–21.15	8	14/2	5.100:-
Erik Grundström	ti	13.00–16.15	8	22/2	5.100:-

*Udda veckor.

Att skriva sitt liv **Distans Live**

För dig som vill arbeta med ett självbiografiskt eller biografiskt material. Du får hjälp med att strukturera materialet och hitta ditt eget språk.

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Eva Lejonsommar	on	18.00–21.15	8	9/2	5.300:-
Maj-Britt Wiggh	lö-sö*	10.00–15.15	2	9/4	2.575:-

*I klassrum.

Att skriva roman och novell – grund **Aven på Distans**

Hitta dina egna historier! Du får arbeta med inspirerande skrivuppgifter och på så sätt lära dig grunderna i skönlitterärt författande.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Erik Grundström	må	jämn	18.00–21.15	8	7/2	5.100:-
Eva Lejonsommar	må	udda	18.00–21.15	8	14/2	5.100:-
Eva Lejonsommar	lö-sö*	-	10.00–15.15	2	23/4	2.575:-

Att skriva roman och novell – fördjupning

Kursen för dig som har skrivit en del tidigare men som ännu inte hittat ditt skrivprojekt. Tonvikten ligger på texthandledning.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Erik Grundström	ti	udda	18.00–21.15	8	15/2	5.400:-

Poesi – grund

Vi läser poesi som har gjort starkt intryck på oss och testar olika tekniker så att du kan hitta din unika röst.

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Emma Lundenmark	lö-sö	10.00–15.15	2	14/5	2.575:-

Poesi – fördjupning Ny!

För dig som skriver poesi och som tillsammans med andra vill utveckla ditt skrivande, utforska okända marker och slipa på den egna rösten.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Emma Lundenmark	to	udda	18.00–21.15	8	10/2	5.400:-

Skriva feelgood

Drömmer du om att skriva feelgood? Inspirerande föreläsningar varvas med skrivövningar och lästips.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Jenny Fagerlund	to	jämn	18.00–21.15	8	10/2	5.100:-

Spänningsroman – grund

Vill du skriva spänningslitteratur? Kanske en hårdkokt deckare, psykologisk thriller eller klassisk pusseldeckare?

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
R. Edgren Aldén	ti	udda	18.00–21.15	8	15/2	5.200:-

Skrivandets väg

En undersökande kurs där vi utgår ifrån och inspireras av myter, modern forskning och människans vilja till eget uttryck.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Eva Lejonsommar	ti	udda	18.00–21.15	8	15/2	5.200:-

Att skriva skräck, sci-fi och fantasy – grund Aven på Distans

Vill du skriva nagelbitande noveller eller en riktigt ruskig roman? Ett rymdäventyr eller en saga i en magisk värld för länge sedan? I en kreativ miljö med andra likasinnade får du utveckla dina idéer.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Anders Fager	to	jämn	18.00–21.15	8	10/2	5.100:-
Anders Fager	lö-sö*	-	10.00–15.15	2	23/4	2.575

*Världsbyggnad för sci-fi & fantasy.

Att skriva skräck, sci-fi och fantasy – fördjupning Distans Live

Kämpar du med en Stephen King-tjock skräckhistoria och känner att det går lite trögt?.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Anders Fager	ti	udda	18.00–21.15	8	18/1	5.400:-

Skriva släkthistoria

Har du en intressant historia i släkten att berätta? Eller en släkting du vill skriva om?

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
M-M Henrikson	ti	udda	13.00–16.15	8	15/2	5.300:-

Långfilmsmanus

Kursen vänder sig till dig som känner till grunderna i dramaturgi. För dig som har en filmidé och vill utveckla den till en längre film. Lärare: P. Bull-Simonsen.

NIVÅ	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
fördjupning	må	udda	18.00–21.15	8	14/2	5.300:-

TV-manus, miniserie

Kan du grunderna i dramaturgi och vill skriva en miniserie för TV eller webben? Lärare: P. Bull-Simonsen.

NIVÅ	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
fördjupning	må	jämn	18.00–21.15	8	21/2	5.300:-

Skrivarkurs för seniorer 60+

Nyfiken på vad som händer när pennan möter pappret? Van skribent eller nybörjare spelar ingen roll.

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
M-M Henriksson	må	10.00–12.15	10	7/2	4.125:-

Skriva autofiktion Ny!

Baserat på verkliga händelser; Har du en egen berättelse ur livet som du vill skriva om till fiktion?

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
M-M Henriksson	ti	jämn	13.00–16.15	8	22/2	5.400:-

Skriva lust Distans Live Ny!

Grundkurs för dig som vill finna nya djup i dina karaktärer genom att förstå och förhålla dig till deras sexualitet.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Sara Olsson	on	udda	18.00–21.15	6	16/2	5.100:-

Creative Writing and Narrative Theory

Do you want to write in English, and learn its major narrative theories?

LÄRARE	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Kevin Frato	to	18.00–21.15	10	17/2	5.575:-
Kevin Frato	on*	18.00–21.15	6	9/3	3.525:-

*Fördjupning.

Författarskolan Aven på Distans

Har du en idé till en roman? Eller skriver du kanske på en novellsamling? Oavsett om du just påbörjat ett manus eller är inne i slutfasen och behöver kommentarer är detta kursen för dig.

LÄRARE	DAG	VECKA	TID	GGR	START	PRIS
Erik Grundström	må	udda	13.00–16.15	8	14/2	5.275:-
Erik Grundström	ti	jämn	18.00–21.15	8	8/2	5.275:-
Erik Grundström	on	udda	18.00–21.15	8	16/2	5.275:-
Erik Grundström	to	udda	18.00–21.15	8	3/2	5.275:-

Text och röst På distans

Vill du kunna läsa upp dina texter så att publiken berörs? Vi utgår från ditt eget skrivande och arbetar parallellt med skriv- och röstövningar. Kursen går på distans via Moodle och Zoom.

LÄRARE	DAG	GGR	START	PRIS
E. Lejonsommar, E. Linder	må	8	7/2	5.200:-

Se hela utbudet i skrivande på skrivarakademin.se

Visste du att vi även har ett gymnasium?

Tre program med Europaprofil. Läs mer på kungstengymnasiet.se

Samhällsvetenskapsprogrammet

Inriktning Beteendevetenskap eller Samhällsvetenskap

Estetiska programmet

Fördjupning Fotografi eller Foto – Europa

Ekonomiprogrammet

Inriktning Ekonomi eller Juridik

Kungstengymnasiet

STOCKHOLM · DÜSSELDORF · BARCELONA · AIX-EN-PROVENCE

KOM PÅ
ÖPPET HUS
31/1
kl. 17-20

Konst Inredning Arkitektur

Se hela vårt
kursutbud på
vår hemsida

Konst

I våra konstateljéer på Kungstengsgatan 45 i Stockholm samt på Sångvägen i Jakobsberg erbjuder vi ett stort antal konstkurser på dagtid, kvällar och helger.

Teckning

Uttryck dig i gråskala med blyerts, kol, krita och tusch. Vi går igenom moment som syftning, perspektiv, valörer, gråskala och mellanrumsformer.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	on	18.00–21.00	6	9/2, 30/3	2.675:-
Innerstad	lö*	13.30–16.30	6	12/2	2.675:-
Jakobsberg	må	16.00–18.15	6	7/2, 28/3	1.875:-

*Varannan lördag.

Lär dig teckna och skissa

Öva dig på att skissa och illustrera utifrån stilleben, fotografier och bildunderlag. Modellteckning och kroki ingår.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.00	6	7/2, 28/3	2.750:-

Den inre och yttre arkitekturen Ny!

Teckningskurs med fokus på platser, inre bilder och berättelser. Skapa på plats i ateljén och teckna på spännande platser runtom på stan.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	13.00–16.00	4	23/3	1.775:-

Skiss- och ritteknik

Lär dig skiss- och rittekniker som konstnärligt uttryck och som hjälpmedel inom formgivning.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	17.30–20.30	6	10/2, 31/3	2.675:-
sö	14.00–16.15	6	13/2, 3/4	1.975:-

Teckning och kroki

Vi arbetar med form, volym, ljus, skugga och perspektiv och lär oss grunderna i kroki. Halva tiden arbetar vi efter modell.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	18.00–21.00	6	31/3	2.750:-
lö*	09.30–12.30	6	12/2	2.850:-

*Varannan lördag.

Kroki

Teckna efter levande modell och öva upp förmågan att se och uppleva form, volym, rörelse och balans i bilden.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	17.30–20.30	6	9/2, 30/3	2.975:-
to	18.00–21.00	6	10/2	2.975:-
sö	11.00–13.15	3	13/2, 13/3, 30/3, 3/4, 8/5	1.175:-

Klassisk figurteckning och kroki

Grundkurs i akademisk teckning där du får träna ditt seende steg för steg genom övningar från Konstakademien i Paris.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr-lö	10.00–16.00	2	11/2	1.725:-

Illustration I Jakobsberg

Vi arbetar med teckning, collage och måleri utifrån olika teman. Vi går även igenom grunderna i teckning, färglära, komposition och perspektiv.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.45–21.00	6	7/2, 28/3	1.875:-

Akvarell

Vi går igenom olika tekniker, papperskvaliteter och pigment samt målar efter givna uppgifter eller egna idéer. Se hemsidan för fler alternativ.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	må	18.00–21.00	6	7/2, 28/3	2.725:-
Innerstad	ti	18.00–21.00	6	8/2, 29/3	2.725:-
Innerstad	to	09.00–12.00	6	10/2, 31/3*	2.725:-
Innerstad	lö	09.00–12.00	6	12/2**	2.725:-
Innerstad	lö*	13.00–16.00	6	12/2**	2.725:-
Jakobsberg	to	10.00–12.15	10	3/2	3.100:-

*Fortsättningskurs. **Varannan vecka.

Akvarell – tema kroki Ny!

På den här kursen får du grunderna i akvarellmåleri. Upptäck akvarellmåleriets olika möjligheter samt testa akvarell-kroki och flödet i akvarellen!

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–21.00	6	9/2, 30/3	2.925:-
lö-sö	17.30–20.30	6	19/2, 19/3	1.825:-

Måleri – akryl

Vi går igenom tekniker i akrylmåleri med färg- och materiallära samt bildkomposition.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	må	18.00–21.00	6	7/2, 28/3	2.750:-
Innerstad	ti	18.00–21.00	6	8/2, 29/3	2.750:-
Innerstad	on	09.00–12.00	6	9/2, 30/3	2.575:-
Innerstad	to	18.15–21.15	6	3/2, 24/3	2.750:-
Innerstad	sö	10.00–16.00	2	20/3	1.675:-
Jakobsberg	ti	14.00–17.00	6	8/2, 29/3	2.475:-
Jakobsberg	ti	17.30–20.30	6	8/2, 29/3	2.475:-

Måla i olja eller akryl I Jakobsberg

En bred målerikurs för dig som har målat tidigare.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	19.00–21.15	10	3/2	3.100:-

Oljemåleri I Jakobsberg

Utforska eller fördjupa dina kunskaper i oljemåleri.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	10.00–12.15	10	31/1	3.100:-
ti*	10.00–12.15	10	1/2	3.100:-
on	19.00–21.15	10	2/2	3.100:-

*Fortsättningskurs.

Teckning och måleri, grund

För dig som verkligen vill komma igång med teckning och måleri och få en bra grund att stå på för vidare studier.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	10.00–15.00	10	31/1	6.575:-

Måleri, fördjupning – fredagsateljén

Fördjupningskurs i måleri för dig som har gått Stora konstkursen eller har motsvarande förkunskaper.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	10.00–15.00	6	11/2, 1/4	3.975:-

Konstateljén I Jakobsberg

Utforska såväl olja och akryl som akvarell och teckning under intensiva studier. För dig som har målat förut.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	10.00–12.15	10	4/2	3.100:-
fr*	10.00–15.15	10	4/2	6.150:-
fr	13.00–15.15	10	4/2	3.100:-

*Fortsättningskurs.

Kreativt måleri

Kreativa övningar för dig som vill komma igång med, eller utveckla ditt måleri. Se hemsidan för mer information om de olika kurserna.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	fr	10.00–15.00	5	11/2, 1/4	4.375:-
Innerstad	lö-sö	09.45–16.00	2	19/2, 2/4	1.850:-
Jakobsberg	må	12.30–15.30	6	8/2, 22/3	2.475:-

Måla händer i olja Ny!

På den här helgkursen lär du dig att måla realistiska händer i olja.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö-sö	10.00–16.00	2	26/2	1.925:-

Ikonmåleri

Bysantiskt ikonmåleri på träpannå där vi arbetar traditionellt med äggtemperateknik. Material ingår.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.00	6	17/1	3.175:-

Praktisk modernism – måleri Ny!

Följ med på en spännande resa i konsthistoriens berömda period och måla dig igenom modernismen under kursledarens handledning!

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.00	6	10/2, 31/3	2.575:-

Skulptur – modell- och porträttstudier

Upptäck hur kul det är att skulptera och lär dig förstå och uppleva tredimensionell form. Inga förkunskaper krävs. Material ingår.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.00	6	7/2, 28/3	3.250:-
on	09.00–12.00	6	26/1, 16/3	3.250:-
on	12.30–15.30	6	26/1, 16/3	3.250:-
fr+	15.00–18.00+	3	18/2, 11/3, 8/4, 6/5	2.625:-
lö-sö	10.00–16.00			

Grafik – collografi

Collografi är en grafisk teknik som även kallas limtryck. Vi använder bland annat papper, kartong, lim och färger för att skapa konstnärliga och experimentella bilder.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö-sö	09.30–16.30	2	26/2	2.175:-

Grafik – etsning

Vi arbetar med linjeetsning och akvatintetsning på kopparplåt. Plåten etsas i syra (järnklorid) i flera omgångar så att olika effekter, linjer och skuggor uppstår.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö-sö	09.30–16.30	2	12/2	2.350:-

Konstateljén för unga, 7–16 år

Måleri, teckning och bildskapande där du får prova olika material och framför allt utveckla din lust att skapa. Se fler alternativ på hemsidan.

ÅLDER	DAG	TID	GGR	START	PRIS
7-10 år	må-fr	09.30–11.45	5	28/2	1.675:-
7-10 år	lö	10.00–11.30	9	12/2	1.950:-
11-15 år	må-fr	13.00–16.00	5	28/2	2.075:-
12-16 år	to	16.30–18.00	6	3/2, 24/3	1.375:-

Artclass – Painting in English I Jakobsberg

A course for English speaking painters. All levels are welcome, the teacher speaks both English and Swedish.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	19.00–21.15	10	3/2	3.100:-

Teckning och måleri – kvällslinje

Grundläggande konstutbildning för dig som vill utveckla dina talanger inom teckning och måleri.

DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
ti-on	18.00–21.00	10	8/2	8.375:-

Stora konstkursen

För dig som vill få en gedigen grund för fortsatta studier eller vill utveckla din kreativitet för nöjes skull. Teckning, kroki, måleri och skulptur ingår.

DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
må-to	09.00–12.00	12	31/1	19.875:-

Längre utbildningar

Inredning och arkitektur

Arkitektur

Det här är en kurs för dig som vill ha en introduktion till ämnet arkitektur. Praktiska övningar varvas med teori. I samarbete med ArkDes och Tengboms arkitektfirma.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	18.00–21.00	10	7/2	6.300:-

Inredningsarkitektur – rum, form och färg

En orienteringskurs som ger dig inblick i hur man inreder och planerar en bostad. Skalenliga ritningar och estetiska uppgifter varvas med föreläsningar. I samarbete med Svenskt Tenn.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–21.00	10	9/3	6.300:-

Styling och inredning för ditt hem

En nybörjarkurs för dig som älskar inredning på hobbynivå där du lär dig att skapa rum med harmoni och får kunskap om olika material och färgval för ditt hem.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–21.00	6	22/9	3.100:-
to	09.00–12.00	6	10/3	3.100:-

Sketchup – inredning i 3D

Du lär dig att göra ritningar i 2D och 3D. Skapa renderade bilder av dina ritningar och få inredningsidéer att komma till liv.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	09.00–16.00	2	31/3	2.950:-

Historiens inredningsstilar – föreläsningsserie

Sex separata föreläsningar om historiens olika inredningsstilar. Vi identifierar de tidstypiska materialen och detaljerna från olika stilepoker, får en historisk bakgrund till formspråkets uppkomst och lär oss epokenas olika särdrag.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
ti	18.00–20.30	1	23/2, 9/3, 23/3, 6/4, 20/4, 4/5	350:-

Längre utbildningar

Diplomerad Inredningskonsult Även på distans

Här får du kunskap och redskap för att arbeta som inredningskonsult. Du lär dig hur man jobbar som inredare och får en inblick i hur man startar upp sin verksamhet. Kursen varvar teori med praktiska övningar och studiebesök. Vi lär oss om inredningskunskap, färgsättning, formlära, företagande och design. Kursen avslutas med examensarbete och diplom.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	09.00–15.00	12	13/9	20.750:-
on*	09.00–15.00	12	15/9	20.750:-

*Distans Live.

Diplomerad Färgsättare Ny!

Du lär dig hur man jobbar som färgkonsult och får kunskap om grunder i färg- och ljussättning, färgpsykologi och att utföra färgsättningsprojekt. Teori varvas med studiebesök och gästföreläsare. Kursen avslutas med examensarbete och diplom.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	10.00–16.15	13	18/2	20.750:-



KRITA

KRITA – för dig med funktionsvariation

Kurser för ungdomar och vuxna med neuropsykiatriska, psykiska, intellektuella eller liknande funktionsnedsättningar. Anmäl dig via folkuniversitetet.se/krita

Teater – träna din fantasi

Utveckla ditt kroppsspråk, träna fantasin och improvisera.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	17.30–19.45	17	7/2	2.975:-

Långa konstkursen – utveckla ditt måleri

Träna på olika tekniker och material inom konst och måleri.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	17.30–19.45	18	1/2	2.700:-

Lördagsateljé

Måla, teckna och prova olika material.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö	13.00–16.00	4	26/2	950:-
lö	13.00–16.00	4	23/4	950:-

Konsthantverk Möbler Textil

Se hela vårt
kursutbud på
vår hemsida

Längre
utbildningar

Keramik

Våra keramikverkstäder finns på Kungstensgatan 45 i Stockholm och på Sundbybergsvägen 9 i Solna.

Keramik – alla tekniker

Arbeta utifrån din egen nivå och i din egen takt under ledning av våra erfarna kursledare. Du får arbeta med tekniker som tumning, ringling, kavling och drejning.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	må	13.30–17.15	9	31/1	5.450:-
Innerstad	ti	14.15–17.15	14	1/2	6.650:-
Innerstad	lö	10.00–16.00	6	23/4	5.250:-
Solna	må	13.30–16.30	7	31/1, 4/4	3.400:-
Solna	fr	09.00–12.00	6	4/2, 1/4	3.050:-
Solna	sö	09.30–12.30	6	20/3	3.250:-
Solna	sö	13.15–16.15	6	20/3	3.250:-

Drejkurs

Här får du skapa dina egna föremål på drejskivan. Du arbetar utifrån din egen nivå under ledning av våra erfarna kursledare.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	to	09.00–12.00	6	21/4	3.150:-
Innerstad	lö*	09.30–12.30	6	29/1	3.225:-
Solna	to	13.30–16.30	7	3/2, 7/4	3.400:-
Solna	sö*	09.30–12.30	6	30/1	3.250:-
Solna	sö*	13.15–16.15	6	30/1	3.250:-

*För nybörjare.

Keramik/Drejning – intensivkurser

Kurser för både nybörjare och mer erfarna. Glasering sker några veckor efter kursens slut.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Innerstad	må-fr	10.00–16.00	5	28/2	4.750:-
Innerstad	må-to*	10.00–16.00	4	11/4	3.950:-
Innerstad	må-to*	17.30–21.15	4	28/2	3.150:-
Innerstad	lö-sö*	10.00–16.00	2	5/3, 28/5	2.750:-
Innerstad	lö	10.00–16.00	2	19/3, 2/4	2.750:-
Solna	lö	10.00–16.00	2	19/2, 19/3, 23/4	2.750:-
Solna	lö-sö*	10.00–16.00	2	14/5, 28/5	2.750:-

*Endast drejning.

Keramiklinjen, fördjupningstermin

För dig som vill söka vidare till en högre konst- eller konsthantverksutbildning och för dig som vill fördjupa dig i keramik för nöjes skull. Viss erfarenhet krävs.

ORT	DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
Solna	ti+ on	09.00–12.45+ 09.00–15.00	12	1/2	17.950:-

Glas

Kurserna hålls i Kihlgrens Konstprodukters lokaler i Hägersten. Allt material ingår i priset.

Glasblåsning – prova på

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
to	17.30–20.30	1	17/2, 17/3, 21/4, 12/5	1.650:-

Glasblåsning – helkurs

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö+	14.00–17.45+	2	19/2, 19/3, 23/4, 14/5	3.650:-
sö	11.00–14.45			

Silversmide och smycken

I vår välutrustade silversmedja på Drottninggatan 116 erbjuder vi ett stort antal kurser och längre utbildningar. Här kan du designa och skapa dina egna smycken eller större föremål, corpus. Från 16 år.

Silversmide – nybörjarkurs **I liten grupp**

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	17.30–21.15	6	3/2	3.850:-
lö-sö	10.30–16.30	2	29/1, 26/2, 9/4, 14/5	2.175:-

Silversmide – smycken och corpus

Här får du professionell handledning i hantverkets olika tekniker. Se fler alternativ på hemsidan.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	17.30–20.30	7	31/1, 28/2	3.575:-
ti	18.15–21.15	7	25/1, 22/3	3.575:-
on	18.00–21.00	7	26/1, 23/3	3.575:-
to	17.30–20.30	7	27/1, 24/3	3.575:-
lö*	10.00–13.00	8	29/1	4.100:-
lö*	13.45–16.45	8	29/1	4.100:-
lö-sö	10.00–17.00	2	22/1, 12/2, 2/4, 23/4, 21/5	2.250:-
sö*	10.00–15.00	8	30/1	5.975:-

*Varannan vecka.

Silversmide – smyckesdesign

Är du osäker på vad du vill tillverka under silversmideskursen? Lär dig att skissa och designa dina egna smycken. Observera att vi inte arbetar i silver på denna kurs.

DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
lö	10.00–15.00	1	26/3	975:-

Silversmide – steninfattning

Kombinera ädelstenar och pärlor med dina silversmycken! Lär dig grundläggande fattningstekniker eller fördjupa dina kunskaper.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund	sö+ lö-sö	12.00–15.00+ 10.00–17.00	3	6/3	3.125:-
fortsättning	lö-sö	10.00–17.00	2	19/2, 7/5	2.375:-

Silversmide – corpus

Prova något nytt inom silversmide och skapa större föremål som skålar, vaser, dosor och ljusstakar.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	17.15–21.00	6	19/1, 9/3	3.850:-

Silversmide – intensivkurs **På sport- och påsklov**

Djupdyk i silversmidet under tre härliga heldagar! Här får du professionell handledning i hantverkets olika tekniker.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må-on	10.00–16.00	3	28/2	2.950:-
må-on	10.00–16.00	3	11/4	2.950:-

Silversmide, 8-12 år **På sportlov**

Är du mellan 8-12 år och nyfiken på att skapa föremål i metall? Under två dagar provar vi att smida i både silver och andra metaller.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to-fr	10.00–15.15	2	4/3	1.450:-

Silversmide för seniorer

För dig som är 65+ och vill prova på ett spännande hantverk i en mindre grupp.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	10.00–13.45	7	26/1	4.350:-
on	10.00–13.45	8	23/3	4.950:-
to	10.00–13.45	6	20/1, 10/3	3.725:-

Silversmide – fördjupning **Ny!**

Du får personlig handledning i att skapa dina egna smycken eller andra föremål. Du kan även fördjupa dig i mer avancerade tekniker, som till exempel lås och leder eller steninfattning.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	on	10.00–16.00	5	26/1, 9/3, 20/4	4.450:-

Silversmide – Smyckeslinjen, grund

Lär dig grunderna i silversmide och smyckesdesign.

DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
fr	09.00–16.00	15	28/1	16.750:-

Silversmide – Smyckeslinjen, fortsättning

Fördjupa dina kunskaper om silversmide och smyckesdesign.

DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
fr	10.00–17.00	13	4/2	12.850:-

Möbelhantverk

Möbeltapetsering

Som nybörjare jobbar du med en enkel stol eller pall med stoppad sits och lär dig tekniken för stoppning och omklädsel. Har du mer erfarenhet kan du arbeta med enkla fåtöljer.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Jakobsberg	on	14.30–16.45	10	9/2	3.250:-
Jakobsberg	to	14.30–16.45	6	10/2, 24/3	1.950:-
Solna	ti	17.30–20.30	7	1/2, 29/3	3.250:-
Solna	lö-sö	10.00–16.00	2	22/1, 12/2, 5/3, 19/3, 14/5	1.875:-

Möbelrestaurering och tapetsering

Gamla möbler behöver ofta lagas i stammen och träytorna putsas före omstoppning och omklädsel. Du arbetar med din egen möbel och lär dig teknikerna under arbetets gång.

ORT	DAG	TID	GGR	START	PRIS
Jakobsberg	må*	10.00–13.00	10	7/2	3.950:-
Jakobsberg	ti	18.45–21.00	10	8/2	3.250:-
Jakobsberg	on	10.00–13.00	10	9/2	3.950:-
Jakobsberg	on	18.45–21.00	10	9/2	3.250:-
Jakobsberg	to	10.00–13.00	6	10/2, 24/3	2.450:-
Jakobsberg	to	18.45–21.00	10	10/2	3.250:-
Jakobsberg	lö	10.00–16.30	2	19/2, 2/4	2.250:-

*Endast möbelrestaurering.

Möbelsnickeri **På Möbelsnickarskolan i Upplands Väsby**

Lär dig ett traditionellt hantverk från grunden – från formgivning till färdig möbel. Helgkurserna går under två helger med en veckas uppehåll.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–22.00	8	25/1, 29/3	5.600:-
on	18.00–22.00	8	9/2, 20/4	5.600:-
lö-sö	10.30–16.15	4	22/1, 19/2, 26/2, 26/3, 7/5, 28/5	3.925:-

Möbelsnickeri – hantverket genom tiderna **Föreläsningar**

Vad hade möbelsnickarna för glädje av hajskinn förr i tiden, och hur har dagens trender påverkats och inspirerats av historien? Två inspirerande föreläsningar där du får fördjupa dig i ett anrikt hantverk.

TEMA	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
Teknik & material	on	18.00–20.15	1	16/3	375:-
Form & funktion	on	18.00–20.15	1	22/3	375:-

Längre utbildningar

Möbeltapetseringslinjen

Lär dig ett traditionellt hantverk från grunden.

ORT	DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
Solna	ti	09.00–16.00	13	1/2	12.750:-
Solna	on	09.00–16.00	13	2/2	12.750:-
Solna	to	09.00–16.00	13	3/2	12.750:-

Möbelsnickarlinjen

På Möbelsnickarlinjen lär du dig hantverket från grunden. Max 8 deltagare. Ges på Möbelsnickarskolan i Upplands Väsby.

DAG	TID	VECKOR	START	PRIS
må+ti	09.30–16.30	16	24/1	31.875:-
må+to*	18.15–22.00	15	24/1	30.650:-

*Ett veckoslut, fredag-söndag, per månad ingår.

Längre utbildningar

Övrigt konsthantverk

Bokbinderi **I Jakobsberg**

Lär dig att binda dina egna böcker eller skapa ett nytt band till en gammal favoritbok.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	09.30–11.45	10	1/2	3.075:-
ti	18.30–20.45	8	1/2	2.475:-
on	09.30–11.45	10	2/2	3.075:-

Sömnad och textilt hantverk

Klädsömnad

Sy personliga plagg efter de modeller, mönster och tyger som du själv väljer att ta med. Se fler alternativ på hemsidan.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	10.00–14.00	6	7/2, 28/3	2.650:-
ti	18.30–21.30	8	1/2, 19/4	3.650:-
on	17.30–20.30	6	2/2	2.850:-
to	08.30–21.30	8	3/2, 24/3	3.650:-
sö	09.30–15.30	1	30/1, 13/3, 24/4	950:-
sö*	10.00–14.00	6	13/2	3.200:-

*Varannan vecka.

Sy plagg efter mönster – första gången **Ny!**

Lär dig lägga ut och klippa till ditt mönster samt att sy ihop delarna till ett färdigt plagg. Du behöver kunna sy på symaskin.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	17.30–20.30	6	14/3	3.250:-
ti	10.00–14.00	6	8/2	3.250:-
on	10.00–14.00	6	23/3	3.250:-

Mönsterkonstruktion

Vi gör grundmönster till kjol, byxa och liv samt olika detaljer som ficka, sprund och krage och lär oss olika begrepp samt verktyg.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund	to	17.30–20.30	8	3/2, 7/4	3.650:-

Återbruka dina plagg

Förläng livslängden på dina plagg genom att sy om och ändra dem.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	10.00–14.00	5	9/2	1.975:-
on	17.30–20.30	6	23/3	2.650:-

Zero waste

Lär dig laga med kreativa tekniker. Du lär dig hur du kan ta till vara på dina kläder för att inte konsumera i onödan.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
må	10.00–14.30	4	25/4	1.975:-
må	17.30–20.30	6	25/4	2.400:-
fr	16.00–19.00	6	11/2	2.400:-

Drapering

Introduktion i kreativ mönsterkonstruktion och drapering där vi går igenom grunderna och draperar direkt på en provdocka.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
grund	to	18.00–21.00	6	17/2	3.100:-
fortsättning	to	18.00–21.00	6	7/4	3.100:-

Lapptechnik

Lär dig sy olika lapptechniker och skapa din historia av återbrukade tyger. Vi lär oss sy med olika tekniker i olika material.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr	16.00–19.00	6	11/2	2.600:-

Mönsterdesign

En kurs i mönsterteckning, färgsättning och olika rapporteringstekniker. Teori blandas med praktiska övningar. En bra grund för vidare studier inom designeryrket.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	18.00–21.00	6	12/4	3.100:-

Fritt broderi – måla med tråden

Kom igång med att brodera! Vi utforskar hantverket och lär oss de grundläggande stygnen för att brodera fritt efter egna motiv.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti+	18.00–20.15+	3	8/2*, 22/2, 5/4	1.950:-
lö-sö	10.00–15.00			

*Fortsättningskurs.

Naturlig färgning **Ny!**

Grundkurs där vi färgar med naturliga färger från köksavfall, rester av blombuketter och rostiga spikar. Kursledare är Petra Holmberg.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti+	18.00–20.15+	3	10/5	1.850:-
lö-sö	10.00–16.00			

Virkning

Lär dig virkning från grunden: Grundmaskorna och att läsa virkmönster men också att våga virka fritt.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
lö	10.00–14.00	3	19/2, 14/5	1.750:-

Öppen ateljé – virkning **Ny!**

Ta med ditt virkprojekt och få hjälp av kunniga kursledare. Vi virkar på våra egna projekt och utvecklar vår kunskap i virkning.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
ti	10.00–14.00	1	20/3, 29/5	650:-

Stickning

Vill du lära dig grunderna i stickning eller kan du redan sticka och vill lära dig nya tekniker? Välj vilken nivå som passar dig.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	må	15.30–17.45	3	7/2, 7/3	1.250:-
fortsättning	må	18.00–21.00	6	7/2	2.650:-

Screentryck

Lär dig screentryck och skapa dina egna mönster och motiv på textil och papper.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
fr+	16.00–19.00+	3	21/1, 28/1	2.300:-
lö-sö	10.00–16.00			

Föreläsningar – Tema mode och design

Christer Axelsson djupdyker i historier om klädskapare, epokskapande trender och haute couturens tillkomst. Onsdagar kl. 18.00–20.00. Pris: 375 kr.

Haute couturens historia, on 23/2

Svart – modets magiska färg, on 9/3

Stilikonerna Chanel & Lagerfeldt, on 23/3

Musik Teater Scenkonst Dans

Se hela vårt
kursutbud på
vår hemsida

Sjung ut

För dig som gillar att sjunga, vill utveckla din röst och prova olika musikstilar i grupp. Vi sjunger unisont, i olika stämmor och svårighetsgrad beroende på gruppens nivå och önskemål.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
alla	to	11.45–12.30	9	10/2	1.125:-
nybörjare	on	17.40–19.10	9	2/2	2.250:-
fortsättning	on	17.40–19.10	5	20/4	1.250:-
fortsättning	on	19.20–20.50	9	2/2	2.250:-

Sjung ut – 50 år och uppåt

Det här är en kurs för dig som är runt 50 år och uppåt som vill sjunga tillsammans med andra i samma ålder. Repertoaren är blandad – här finns något för alla smaker.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
to	10.00–11.30	10	3/2	1.900:-
to	13.30–15.00	10	3/2	1.900:-

Pop, soul och gospelsång ^{Ny!}

Här utlovas glädje, energi och varm gemenskap. Vi sjunger soul-influerad pop, soul med rötter i Motown, modern pop/soul samt traditionell gospelmusik.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	ti	17.40–19.10	8	1/2	1.950:-

Sing It ^{In English}

This course will begin at the very beginning if necessary. Find the joy of singing in a group and individually with focus on pop, rock, jazz and musical.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	to	16.30–18.00	11	3/2	2.900:-
fortsättning	to	18.00–19.30	11	3/2	2.900:-
fortsättning	to	19.45–21.15	11	3/2	2.900:-

Sång i liten grupp

Utveckla dig som solist och ensemblesångare. Vi sjunger en blandad repertoar men rör oss mest inom pop, soul, jazz och visa.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	ti	19.00–21.15	6	19/4	2.850:-

Jazzsång med improvisation

Här står lusten att utforska och deltagarnas personliga uttryck i centrum. Vi improviserar, övar sångteknik och sjunger sånger där vi provar olika ingångar in i improvisationen.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	må	12.00–12.45	5	16/2	1.050:-
fortsättning	ti	19.20–20.35	8	1/2	2.100:-
fortsättning	ti	17.30–18.45	6	19/4	1.600:-

Ensemblesång – klassisk sång och opera ^{Ny!}

Det här är kursen för dig som vill vidareutveckla din sång och teknik. Fokus ligger på scenframställning och vi sjunger i duetter, terzetter och kvartetter varvat med ensemblesång.

Musikal, klassisk sång och opera

Kursen riktar sig till dig som har gått Ensemblesång – klassisk sång och opera, sjungit i kör eller tagit sånglektioner ett tag och vill ta steget att sjunga i Masterclass. Ansök via provsjungning.

Opera – interpretation och sångteknik

För dig som har studerat klassisk sång några år, vill fördjupa dig i italiensk opera och vidareutveckla din sång. Terminen avslutas med en offentlig scenisk föreställning. Ansök via provsjungning.

Körsång

Upplev den härliga känslan av att vara en del av en kör. Vi sjunger unisont och flerstämmigt – allt ifrån omtyckta och kända körsånger till okända pärlor.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
alla	fr	16.45–19.00	11	4/2	1.925:-

Stockholms Folkmusikkör

Vi sjunger vackra och svängiga låtar i flerstämmiga arrangemang. All instudering sker på gehör och terminen avslutas med konsert. Under ledning av Maria Misgeld.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
alla	ti	17.30–19.45	11	8/2	2.350:-

Kulning, prova på

Här får du en introduktion till kulningsteknik, vallmusikens tonspråk och repertoar under ledning av folksångerskan Maria Misgeld.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	DATUM	PRIS
nybörjare	fr	17.15–19.00	1	5/6	1300:-

Enskild undervisning eller duo

Våra pedagoger skräddarsyr kursen efter din nivå samt behov och önskemål – allt för att du ska utvecklas så mycket som möjligt. Om ni är två stycken som ligger på samma nivå kan ni anmäla er som duo. Du kan välja sång och ett flertal olika instrument.

Gitarr

Gruppundervisning varvas med individuell handledning. Vårt kursutbud i gitarr är stort och erbjuds på många olika nivåer och för olika åldersgrupper – från 10 år och uppåt.

Munspel

Munspelet är ett litet instrument med stort uttryck! Det krävs inga förkunskaper för att börja spela musik på munspel, du kan börja spela ackord och enkla melodier redan på första lektionen.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
kom i gång	to	18.00–20.15	1	3/2	400:-
kom i gång	lö	13.00–15.15	1	5/2	400:-
nybörjare	to	17.30–19.00	10	17/2	2.600:-
fortsättning	to	19.15–20.45	10	17/2	2.600:-

Piano

Våra grupper riktar sig till dig som snabbt vill lära dig att spela piano. I pianostudion finns det både akustiskt piano och elpiano. Vi har ett stort utbud av kurser på olika nivåer för ungdomar och vuxna.

Trummor

Lär dig spela trummor i små grupper om 2-3 deltagare. Som trummis håller du takten i bandet och skapar svänget som alla vill dansa till.

Saxofon och klarinett – enskild undervisning Ny!

Vår pedagog skraddarsyr kursen efter din nivå samt behov och önskemål – allt för att du ska utvecklas så mycket som möjligt. Kurserna erbjuds på tisdagar kl. 15.00–17.45.

Musikteori – gehör och notläsning

Här lär du dig grundläggande notläsning, transponering av tonarter och att förstå hur låtar, melodier och ackord är uppbyggda. Vi arbetar praktiskt och teoretiskt med klassisk musik såväl som pop och rock.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	ti	18.15–20.30	8	8/2	2.500:-

Vi går på opera

Fördjupa dina kunskaper om opera och få ut mer av dina operabesök! Du lär dig om kompositörernas liv och deras verk, operornas handling med mera. För kursdatum se hemsidan. Vårens föreställningar:

- **Löftet** torsdagen den 24/2 kl. 19.00 på Kungliga Operan.
- **Così fan tutte** torsdagen 17/3 kl. 19.00 på Folkoperan.
- **Syster Angelica/Gianni Schicchi** torsdagen den 5/5 kl. 19.00 på Kungliga Operan.

Musikproduktion i Logic

Lär dig grunderna för att producera och spela in musik i Logic. Vi går igenom de vanligaste effekterna med målet att våga prova annorlunda effekter för att du ska hitta din egen stil.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	må*	18.00–21.00	5	7/3	2.700:-
nybörjare	ti	18.00–21.00	5	8/3, 19/4	2.700:-

*Distans Live.

Ge ut din egen musik Distans Live

Har du färdiga låtar som du vill få spridning på? Den här föreläsningen riktar sig till dig som skapar musik och som har en eller flera låtar som är klara för utgivning.

Teater och scenkonst

Teater Kurser för både unga, 18+ och 60+

Vi arbetar med grunderna i teater, improvisationer, samarbete, uttrycksförmåga och närvaro på scenen. På fortsättningsnivåerna arbetar vi med text och mer komplexa improvisationer. Vissa kurser har som mål att möta publik. Se hela utbudet på hemsidan.

Acting In English Several levels

These courses will help you to be more confident in yourself, have fun on stage and learn some theatre keys with a mix of improvisation and drama methods.

Improvisationsteater

För dig som vill prova på teater. Med improvisation som utgångspunkt låter vi fantasin flöda för att undersöka vår förmåga att uttrycka oss på scenen och kommunicera med en publik.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	on	19.00–21.15	7	2/2	2.600:-
fortsättning	on	19.00–21.15	7	30/3	2.600:-

Gestalta en monolog Distans Live

Den här kursen hjälper dig att få en djupare förståelse för monologarbete och dina egna verktyg som skådespelare.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
fortsättning	to	17.15–18.45	5	5/5	1.500:-

Filmskådespeleri

Utveckla din skådespelarteknik och känn dig tryggare framför kameran. Scenerna som du lär dig spelas in och kan användas som showreel.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	ti	19.00–21.15	7	8/2	5.100:-

Acting for film In English

This course gives you the chance to rehearse, film different scenes and polish your acting technique. The course is held in English, but you can choose to act in Swedish or in English.

Storytelling – lär dig muntligt berättande

Här får du de bästa berättarknepen och många roliga och praktiska övningar. Med Ida Junker. I samarbete med Fabula Storytelling.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
alla	fr+	18.00–21.00+	2	22/4	2.450:-
	lö	09.00–16.00			

Teater och opera i tiden Distans Live Ny!

Vad är det som gör ett drama eller en opera skriven för 2500 år sedan intressant för dagens publik? Vi analyserar och diskuterar ett klassiskt teaterstycke och ett operaverk.

DAG	TID	GGR	START	PRIS
on	18.00–20.15	3	20/4	1.300:-

Kostymdesign Ny!

Är du intresserad av teater och vill prova på kostymtecknarens arbete? Vår kurs ger dig inblick i hur kostymer till en föreställning utformas med fokus på eget skapande.

NIVÅ	DAG	TID	GGR	START	PRIS
nybörjare	lö	13.00–15.15	4	5/3	1.950:-

Vill du dansa i vår?

På Balettakademien hittar du danskurser för både barn, ungdomar och vuxna på olika nivåer, samt fyra längre utbildningar inom dans och musikal. Här finns allt från balett, jazz och contemporary till street, commercial och gaga.

Välkommen till oss på gratis prova på-dagar den 17–20 och 22–23 januari! Läs mer på balettakademien.se/stockholm

BALETTAKADEMIEN

Vill du ta din kreativitet på allvar?

Välj en av våra konstnärliga heltidsutbildningar!

ANIMATIONSKADEMIEN

Animation och experimentfilm
animationsakademien.se

ARKITEKTURSKOLAN STHLM

Arkitekturutbildningen
arkitekturskolansthlm.se

BALETTAKADEMIEN

Yrkesdansutbildningen, Dansutbildning modern/nutida,
Dansutbildning jazz/commercial, Musikalutbildning och Teaterutbildning
balettakademien.se/stockholm

FOTOSKOLAN STHLM

YH-utbildningen Bildbehandlare
YH-utbildningen Visuell kommunikatör Fotograf
fotoskolansthlm.se

GOTLANDS TONSÄTTARSKOLA

Kompositionslinjen, Komposition – Fri konst
gotlandstonsattarskola.se

KONSTSKOLAN

Industridesign,
Konstnärlig grundutbildning,
Konst och Design, Projektkonst,
Silversmide och Smyckesdesign
konstskolan.se

MUSIKINSTRUMENTAKADEMIEN

YH-utbildningen Gitarrbyggare
musikinstrumentakademien.se

SKRIVARAKADEMIN

Skrivarlinjen, Skrivarlinjen distans, Skrivarlinjen projekt
skrivarakademin.se

VADSTENA SÅNG OCH PIANOAKADEMI

Inriktning sång eller piano
vadstenasangochpianoakademi.se

För mer
information
se respektive
skolas hemsida

Folkuniversitetet Stockholm

Box 6901, 102 39 Stockholm
Tel: 08-789 42 00
E-post: direkt@folkuniversitetet.se
folkuniversitetet.se/stockholm
Följ oss på Facebook och Instagram!