



Upplev dopaminkicken.

Hitta din kurs på folkuniversitetet.se

**Allt började
med en kurs!**

Upplev dopaminkicken.

Inget slår den underbara känslan av att fylla hjärnan med ny kunskap. Forskning visar att lärande och kreativt skapande frigör kroppens glädjehormoner.

Hitta din kurs på folkuniversitetet.se

Ekonomi

Bokföring, grundkurs

Pris: 4.625:-

Ekonomi för projektledare och nya chefer

Pris: 3.225:-

Språk

Arabiska, nybörjarkurs

Pris: 1.175:-

Engelska B2

Pris: 1.875:-

English book circle

Pris: 575:-

Franska A1 del 2

Pris: 1.525:-

Franska A2 del 2

Pris: 1.875:-

Franska B2, konversationskurs

Pris: 1.875:-

Italienska A1 del 2

Pris: 2.675:-

Italienska B1 del 3

Pris: 2.675:-

Spanska, nybörjarkurs

Pris: 1.875:-

Spanska B2 del 3

Pris: 1.875:-

Folkuniversitetet i Karlstad

Besöksadress: Östra Torggatan 5, 652 25 Karlstad

E-post: info.karlstad@folkuniversitetet.se

Telefon: 054-19 58 48

Du hittar våra anmälningsvillkor på folkuniversitetet.se



Samhälle

Det värmländska kulturarvet

Pris: 1.275:-

Släktforskning

DNA-släktforskning, grundkurs

Pris: 1.575:-

DNA-släktforskning, grundkurs – Distans Live

Pris: 1.575:-

Släktforskning, grundkurs

Pris: 2.275:-

Släktforskning, fortsättningskurs –

Domstolsforskning och Nationella databasen NAD

Pris: 375:-

Släktforskning, fortsättningskurs –

Emigration till Amerika

Pris: 375:-

Foto

Berätta med bild – reportagefoto

Pris: 1.875:-

Digital fotografering, grundkurs

Pris: 1.875:-

Fota med Iphone

Pris: 1.425:-

Konst

Akryl, grundkurs

Pris: 2.525:-

Akryl, fortsättningskurs

Pris: 2.650:-

Akvarell, helkurs

Pris: 1.450:-

Måla med kitor

Pris: 975:-

Skissteknik, grundkurs

Pris: 1.450:-

Keramik

Stort urval av keramikkurser för såväl nybörjare som erfarna. Välkommen till vår keramikverkstad!

Exempel på kurser:

Dreja, nybörjarkurs

Pris: 2.275:-

Dreja, fortsättningskurs

Pris: 2.275:-

Keramik - Raku

Pris: 2.775:-

Keramik - öppen ateljé

Pris: 375:-

Skulptural keramik

Pris: 2.575:-

Här hittar du alla våra keramikkurser



Skrivande

Kreativt skrivande

Pris: 2.225:-

Kreativt skrivande, fortsättningskurs

Pris: 2.225:-

Skriv ditt liv

Pris: 1.875:-

Natur och hälsa

Fågelskådning

Pris: 2.325:-

Hantera och förstå oro

Pris: 1.025:-

Lär dig känna igen Sveriges alla träd

Pris: 1.275:-

Vilda grannar

Pris: 1.875:-



Studiecirkel i kursform

Vi erbjuder gratis studiecirkel i svenska, arbetsmarknadskunskap och digital kompetens för dig som står långt från arbetsmarknaden. Hör av dig till oss om du vill veta mer!

Teaterkurser

i samarbete med Värmlandsteatern

Missa inte vårt utbud av teaterkurser som arrangeras i samarbete med Värmlandsteatern. Platserna fylls snabbt! Sista anmälningdag för vårens och höstens kurser är i januari respektive juli.

Håll utkik på vår webbplats för aktuella kursstarter eller läs mer på **Värmlandsteatern.se**

Exempel på kurser:

- Sommarläger för barn och unga
- Teaterkurs för ungdomar, 10–13 respektive 14–15 år
- Skådespelarkurs A–D
- Seniorkurser



Nyfiken på att gå med i en bokklubb?

Bokcirkel med tema:

- Booktok
- Fantasy
- Selma Lagerlöf
- Klassiker
- English Book Club

Du hittar hela vårt utbud av bokcirkel på folkuniversitetet.se

Samarbeta med oss

Folkuniversitetet samarbetar med grupper, organisationer, museer och föreningar inom kultur och bildning. Är ni en grupp eller förening som vill lära er något tillsammans eller skapa bra verksamhet ihop med oss på Folkuniversitetet? Kanske starta en bokklubb, lära er att odla, starta en kör, arrangera föreläsningar eller något helt annat? Då är ett samarbete med oss helt rätt för er!

Några enkla regler för studiecirkel

- Minst 3 personer
- Minst 3 träffar
- Minst 9 timmar

Vad vi erbjuder våra studiecirkel och samarbetspartners

- Våra verksamhetsutvecklars pedagogiska stöd i planering av studiecirkel och arrangemang
- Stöd att hitta och söka projektmedel
- Olika utbildningar för studiecirkel och föreningar, till exempel utbildning i demokratiska mötesmetoder, sociala medier och styrelseutbildningar
- Samverkan med andra föreningar
- Tillgång till våra lokaler
- Subventioner av lokalhyror
- Subventioner vid inköp av exempelvis noter och studiematerial
- Utlåning av utrustning, till exempel utrustning för att spela in film
- Tryckning av affischer, biljetter och program
- Administration kring utbetalning av löner och arvoden
- Administration av deltagaravgifter och online-anmälan till arrangemang



Föreläsningar

I samarbete med Karlstads universitet

Energieffektiv papperstillverkning

Björn Sjöstrand, docent i kemiteknik, är ledande inom forskning på material från skogsråvara och samarbetar med industrin för att optimera avvattning och torkning. Följ hans resa från skog till färdiga produkter och lär dig hur energiåtgång kan minskas, återvinning ökas och resurser sparas i papperstillverkning.

Från planering till platsdesign

Lotta Braunerhielm, docent i kulturgeografi, presenterar sin forskning om hållbar platsutveckling genom designprocesser som förenar människor, teknik och platsens unika förutsättningar. Upptäck hur lokal samverkan och digitalisering kan stärka både platser och människor för framtidens samhällen!

Spel som språngbräda till hållbarare samhällen

Kan spel bidra till en hållbarare värld? **David Olsson**, docent i statsvetenskap, visar hur hans forskning med seriösa brädspel som metod kan stärka problemlösning och skapa nya idéer för lokala hållbarhetsinitiativ. Föreläsningen erbjuder inspiration och insikter för en hållbar samhällsutveckling.

Det är dags att stoppa matsvinnet!

Hur kan vi minska matsvinnet och spara resurser? **Helén Williams**, docent i miljö- och energisystem, delar insikter från sin forskning om hur bättre design av förpackningar och förändrat beteende kan minska svinn. Upptäck konkreta lösningar för en hållbar framtid – för både miljön och plånboken.

Digital guldrush – ditt privatliv säljs till högstbjudande

Vart tar din personliga information vägen på nätet? **Stefan Alfredsson**, doktor i datavetenskap, avslöjar hur din data samlas in, används och säljs – från smarta apparater i hemmet till träningsappar i jogging-spåret. Lär dig om riskerna med dataintrång,

ransomware-utpressning och hur du kan skydda ditt digitala privatliv. Är du med på nästa auktion?!

Bildspråk och översättning

Hur förändras bilders betydelser när de färdas mellan platser, epoker och sammanhang? I den här föreläsningen berättar **Staffan Löfving**, fotograf och antropolog, om sin forskning på temat visuell kommunikation och kulturella skillnader.

Gör plats för rättvisa – från konkurrens till solidaritet

Varför ökar klyftorna mellan platser i Sverige? **Tomas Mitander**, doktor i statsvetenskap, utforskar hur konkurrens mellan kommuner, stad och landsbygd påverkar samhällen och människor. Upptäck hur vi kan ersätta tävlan med solidaritet och rättvisa för att skapa en hållbar och inkluderande utveckling.

Så du det komma?

Hur kan små förändringar skapa stora klimatlösningar? **Avit Bhowmik**, doktor i risk- och miljöstudier, berättar om positiva sociala tippunkter och åtgärder som snabbt kan förändra beteenden, normer och samhällen. Lär dig hur systematiska insatser kan driva den globala övergången mot en hållbar och fossilfri framtid.

EU i vardagen och lokalt ungt inflytande

Hur påverkar EU våra lokala samhällen? **Magnus Lindh**, doktor i statsvetenskap, forskar om kopplingen mellan EU, kommuner och regioner. Föreläsningen ger insikter om hur lokala frågor kan bli europeiska och hur unga och medborgare kan stärka sitt inflytande i en förnyad demokrati.

Tider, datum och
platser hittar du här





I samarbete med Värmlands släktforskarförening

Plats: Arkivcentrum Värmland, våning 4, Hööksgatan 2, Karlstad

Torsdag 19 februari kl. 17.00

Fest och vardag i Karlstad – hur levde man på 1700-talet?

I sin forskning om "Sola i Karlstad" har Anna Svensson trängt in i 1700-talets liv och leverne.

Anna Svensson, konst- och kulturvetare, kommunikatör och författare

Torsdag 19 mars kl. 17.00

Socknen och de fattiga

En berättelse om de fattigas liv i samhället ca 1750-1900, en epok då socknen fick ett allt tyngre ansvar för fattigvården.

Peter Olausson, universitetslektor i historia, Karlstads universitet

Torsdag 23 april kl. 17.00

Skogsfinnarnas bosättning i norra Värmland

Bo Hansson, forskare och skribent

I samarbete med Karlstads humanistiska förening

Ingen anmälan krävs. Ickemedlemmar betalar 80:- i inträde till föreläsningarna. Bli medlem i Karlstads humanistiska förening genom att betala 200 kr eller 300 kr (familjemedlemskap). Studenter betalar 100 kr. Du erlägger årets avgift på valfritt sätt. Oavsett betalningsmetod – glöm inte att ange din e-postadress så föreningen vet att deras sändlista är uppdaterad. Plusgirokonto: 49 69 63-0, Bankgiro: 5166-0629, Swish: 123 133 56 29

Onsdag 28 januari kl. 18.30

Berättelsernas kraft – om kvinnorna i Selma Lagerlöfs liv och berättelser

Mats Parner, författare och fd. matematiklärare, har skrivit den nyutgivna boken "Berättelsernas kraft – om kvinnorna i Selma Lagerlöfs liv och berättelser" och föreläser med boken som utgångspunkt

Plats: Tingvallakyrkan

Onsdag 11 februari kl. 18.30

Bildspråk och översättning

Hur förändras bilders betydelse när de färdas mellan platser, epoker och sammanhang?

Staffan Löfving, docent i socialantropologi, Karlstads universitet

Plats: Tingvallakyrkan

Torsdag 19 mars kl. 18.30

Trängd demokrati?

Om polarisering, politisering och möjligheter att vara människor tillsammans.

Malin Rönnblom, professor i statsvetenskap, Karlstads universitet

Samt årsmöte för Karlstads Humanistiska Förening

Plats: Karlstadrummet Bibliotekshuset

Onsdag 22 april kl. 18.30

Kvinnoriket

Historien om kvinnor i Sverige under tusen år.

Sara Backman Prytz, docent i barn och ungdomsvetenskap, Uppsala universitet

Plats: Tingvallakyrkan

Onsdag 20 maj kl. 18.30

Från arkitekturuppror till arkitekturkommun

Ett samtal om arkitekturens förutsättningar i Karlstad.

Henrik Sjöberg, stadsarkitekt i Karlstad

Plats: Tingvallakyrkan

I samarbete med Pensionärsuniversitetet i Karlstad

Föreläsningarna kostar 50 kr för medlemmar i Karlstad Pensionärsuniversitet. Övriga betalar 100 kr i dörren. Anmäl ditt deltagande till föreläsningarna senast fredagen före via arrangemangssidan på www.folkuniversitetet.se. Bli medlem i Karlstads Pensionärsuniversitet genom att betala in 250 kronor till Pg 486 91 14-1 eller swisha till 123 379 7255. Mejla därefter till jan.bonnevier054@gmail.com för att få programbladet skickat till dig.

Tisdag 20 januari kl. 14.00

Epidemier och pandemier

Har vi lärt oss något av historien? Hur kan vi vara beredda vid nästa pandemi?

Ingemar Hallén, tidigare smittskyddsläkare i Värmland

Plats: Seniorernas Hus

Tisdag 17 februari kl. 14.00

Nya centralsjukhuset i Karlstad – Nya CSK

Information om byggnationerna på Centralsjukhuset i Karlstad, som går under projektnamnet "Nya CSK"

Annette Andersson, fastighetsdirektör, **Jim Nilsson**, bitr fastighetsdirektör och projektchef Regionfastigheter, **Jessica Bergman**, projektchef Hälso- och sjukvården samt **Cecilia Alte**, byggchef

Plats: Seniorernas Hus

Tisdag 21 april kl. 14.00

Klimatförändringar och dess utmaningar

Mikael Granberg, professor i statsvetenskap och forskare vid Centrum för forskning om samhällsrisker vid Karlstads universitet

Plats: Seniorernas Hus



Släktforskningens dag

I samband med släktforskningens dag, lördag 31 januari 2026, arrangerar Värmlands släktforskarförening, tillsammans med Folkuniversitetet och andra samverkanspartner, spännande föreläsningar och aktiviteter på Värmlands museum. Kom och träffa oss och de andra utställarna!

31 januari kl. 11.30

Rysspengar

Ulla och Gunnar Walldén beskriver forskningen bakom romanen om de ca 25 värmländska smeder som på 1880-talet utvandrade till södra Uralbergen i Ryssland.

31 januari kl 12.30

9 generationer på 10 minuter

En kort presentation av **Lars-Göran Jansson**, ordförande i Värmlands släktforskarförening.

31 januari kl 13.00

Bergsmän och järnkvinnor på Värmlandsberg

Kerstin Lindén berättar om Värmlands bergslags historia på flera olika sätt. Hon har följt några bergsmanssläkter och deras öden, i till exempel Nordmark, Brattfors och Filipstad.

Svenska för invandrare

Kvalificerad språkutbildning där kommunikationen i sin helhet är det viktiga. Hos oss kan du läsa alla studievägar och kurser på Östra Torggatan 5 i centrala Karlstad. Utbildningen sker på uppdrag av Karlstads kommun.

folkuniversitetet.se/sfi-karlstad

Företagskurser

Stärk konkurrenskraften i företaget med nya kunskaper. Folkuniversitetet har allt från korta, praktiska kurser till högskolekurser i företagsekonomi, AI, teknik och ledarskap.

folkuniversitetet.se/fuvab

Du behövs!

Folkuniversitetets YH-utbildningar tas fram tillsammans med arbetslivet och ger dig den spetskompetens som efterfrågas av arbetsgivare.

folkuniversitetet.se/yh

Följ oss på sociala medier



[facebook.com/
Folkuniversitetet.Karlstad](https://facebook.com/Folkuniversitetet.Karlstad)



[folkuniversitetetkarlstad](https://www.instagram.com/folkuniversitetetkarlstad)

Komvux

Plugga på en skola i det lilla formatet, mitt i centrala Karlstad. På Folkuniversitetet får du en universitetsnära utbildning med lärare som är engagerade i dina studier. Utbildningen sker på uppdrag av Karlstads kommun.

folkuniversitetet.se/komvux-karlstad

Rusta och matcha

Är du arbetslös? Välj Rusta och matcha på Folkuniversitetet i Karlstad och få stöd som leder till ett nytt jobb eller till en utbildning som tar dig närmare ett arbete!

folkuniversitetet.se/rusta-och-matcha