

# Ansökningsblankett Seniorkurs

## Vårterminen 2018

Sökandes namn.....

Man är aldrig för gammal att lära nytt, mer eller på andra sätt. Det som är utmärkande för folkhögskolan är att man **i en grupp gemensamt studerar olika ämnen och tillbringar tid tillsammans**. Möte med andra människor utgör grunden för ett nytt nätverk.

Kurserna går på halvfart vilket innebär studier **två dagar** i veckan, tisdagar och torsdagar. Om du inte har möjlighet att gå full tid, **måste** du söka dispens. Blankett för dispensansökan finns inte, du skriver den själv eller gör ett tillägg på ansökningsblanketten.

Vårens seniorkurs är uppdelad i 4 block. **Du väljer ett alternativ från varje block** som sedan blir ditt schema. En del kurser har begränsat antal platser och därför kanske du inte kan få ditt förstahandsval. Vid fler antal sökande än platser avgör lotten om du kommer med på ditt förstahandsval. Det är därför viktigt att du **rangordnar** de olika ämnena i de olika blocken. Presentation av ämnena finns som bilaga.

<b>BLOCK 1</b> <b>TISDAG</b> förmiddag	Rangordna dina val från 1-6	<b>BLOCK 2</b> <b>TISDAG</b> eftermiddag	Rangordna dina val från 1-5
* Bridge, nybörjare		* ¿Habla usted Español? Nybörjarspanska	
* Matlagning		* Samhällskunskap	
* Geocaching, nybörjare och fortsättning		* Konversationsengelska	
* Klassisk musik/ Konsthistoria		* Bridge, spelhåla	
* Samhällskunskap/ Geografi		* Körsång	
* Litteraturhistoria/ Historia		*	

<b>BLOCK 3</b> <b>TORS DAG</b> förmiddag	Rangordna dina val från 1-5	<b>BLOCK 4</b> <b>TORS DAG</b> eftermiddag	Rangordna dina val från 1-5
* Lär känna Polen		* Tema	
* Från knopp till tå		* Keramik	
* Matlagning		* Vardagskemi	
* Konst		* Religion	
* Vägen till hälsa del 2 - fristående fortsättning på del 1		* Bokcirkel	

**Kurstider:** 18 januari – 15 maj 2018. Sportlov v.8 (19/2-23/2) och Påsklov v. 13 (26/3-29/3).

**Kostnad:** Undervisningen är gratis, däremot betalar varje deltagare 550 kronor. Avgiften är obligatorisk och täcker kostnader för kopior, påsklunch och en studieresa. Kostnad för övriga studieresor och eventuellt material tillkommer.

**Kursföreståndare:** *Anneli Vik och Anette Bohlin.*

**Sista ansökningsdag 1 december 2017!**

Namn: \_\_\_\_\_

Personnummer: \_\_\_\_\_

Tidigare yrke/sysselsättning: \_\_\_\_\_  
(obs! skriv ej pensionär)

Utbildning:  9-årig grundskola  gymnasieutbildning, 2 år  
 gymnasieutbildning, 3 år  annan utbildning .....

Gatuadress: \_\_\_\_\_

Postnummer: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Mobiltelefon: \_\_\_\_\_

E-postadress: \_\_\_\_\_

Folkbokförd i Blekinge län:  ja  nej, jag är folkbokförd i .....län

**Alla uppgifter ovan måste vara ifyllda, texta tydligt!**

Övrigt vi behöver känna till: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Välkommen med din ansökan senast den 1 december 2017!**

Antagningsbesked beräknas skickas ut före jul.



LANDSTINGET BLEKINGE

Postadress: Blekinge folkhögskola, 372 60 Bräkne-Hoby. Telefon: 0457-73 18 60. Fax: 0457-73 18 64.  
E-post: [folkhogskolan@ltblekinge.se](mailto:folkhogskolan@ltblekinge.se) Internet: [www.blekingefolkhogskola.se](http://www.blekingefolkhogskola.se)

## Ämnesbeskrivningar:

### TISDAGSFÖRMIDDAGAR

#### **Bridge, Nybörjare** *Lärare: Hans Thorell*

Bridge är ett kortspel för fyra personer. Spelarna som sitter mitt emot varandra bildar par och spelar tillsammans. Bridge spelas med en helt vanlig kortlek. Under kursen kommer vi att jobba interaktivt, dvs en del teori och mycket praktiskt spel. Kursmaterial bestående av kursbok samt CD-skiva kostar 300 SEK. Välkomna!

#### **Matlagning** *Lärare: Monica Lindqvist/Pia Sandin*

Vi lagar mat och pratar mat och näring. En kurs för dig som gillar god och näringsriktig mat lagad från grunden. Vi testar både nytt och gammalt, tillsammans med er lägger vi upp inriktningen på matlagningen. Vi varje kurstillfälle lagar vi en gemensam lunch, dagen börjar alltid med fika på bröd som vi bakat själva. Du får ett receptkompodium efter varje kurstillfälle. Kostnad 60:- per gång (inkl. fika, lunch och recept). Tid mellan 8.40-12.40.

#### **Geocaching, nybörjare och fortsättning** *Lärare: Stefan Teglund*

Vi provar på och utforskar aktiviteten geocaching. Den går ut på att med hjälp av GPS leta sig fram till en skattgömma ute i naturen, ofta placerad på något naturskönt eller på annat sätt intressant ställe. Din tidigare erfarenhet av geocaching har ingen större betydelse – det egentliga målet är att komma ut i naturen, få frisk luft och röra på oss. Det är bra om du kan gå minst 3 km. Under januari och februari kan det bli lite alternativa aktiviteter pga sval väderlek och snö.

#### **Klassisk musik/Konsthistoria** *Lärare: Bertil Luckman/Ingela Larsson*

**Klassisk musik:** Bach, Händel, Vivaldi.... Lyssna och samtala om klassisk musik och musikupplevelser tillsammans med mig.

**Konsthistoria:** Konsthistoria är ett omfattande ämne där det grundläggande är att studera konstverk och visuella uttryck i relation till det sammanhang det skapades. Vi studerar, samtalar och analysera konst ur ett historiskt, estetiskt, visuellt och samhällsligt perspektiv. Tillsammans med mig kommer alla kursdeltagare att själva medverka i kursens innehåll och utformning genom egna presentationer och redovisningar, gruppvis eller enskilt, utifrån nyfikenhet, intressen och önskemål.

#### **Samhällskunskap/Geografi** *Lärare: Lars-Göran Ahl*

I samhällskunskap tar vi upp aktuella samhällsfrågor, diskuterar demokratiska grundbegrepp samt lyfter fram ”demokratipersoner” i svensk historia. I geografin lär vi oss: geografiska grundbegrepp, samt fokuserar på några av Europas mikroländer. Och med tävlingen ”På spåret” åker vi till olika svenska städer.

#### **Litteraturhistoria/ Historia** *Lärare: Anneli Vik/Anette Bohlin*

**Litteraturhistoria:** Vi fördjupar oss i litteraturens historia och vänder och vrider på genrer och epoker från nu och då, från när och fjärran.

**Historia:** Vi kommer att titta lite närmre på den senare delen av epoken ”modern tid”, närmare bestämt 1900-talet. Vad hände i världen – i samhället, inom teknik, musik, idrott, social reformer mm?

## TISDAGSEFTERMIDDAGAR

### **¡Habla usted Español? Nybörjarspanska** *Lärare: Geovanni Lucero*

Testa på lättare nybörjarspanska. Vi lär oss bl.a. enkla konversationsfraser, räkneord och vädertermer. Vi lär oss också fraser som kan vara bra på resa till spansktalande länder. Vi studerar lättare grammatik och lär oss glosor. ¡Bienvenida!

### **Samhällskunskap** *Lärare: Jan-Åke Blomqvist*

Kursen blir vad vi gör den till men den skulle kunna innehålla: Hur ser ett idealsamhälle ut? Vad är ett hållbart samhälle? Demokratifrågor. Vad är välfärd? Svensk arbetsmarknad, igår idag och imorgon. Makro- och mikroekonomi. Vad är ekonomisk tillväxt? Lag och rätt. Dagens medier och deras roll. EU och internationell utblick.

### **Konversationsengelska** *Lärare: Cecilia Broad*

Vi lyssnar på, pratar på, läser på, pysslar och knåpar på engelska. Det vill säga vi omger oss av det engelska språket i olika former. Målet är att se till att gamla kunskaper hålls vid liv, att öva upp förmågan att konversera på engelska, att förnya ordförrådet, att öka kunskaperna om Storbritannien, med mera. Man behöver ha grundkunskaper i engelska.

### **Bridge/spelhåla** *Lärare: -*

Kom och spela bridge! Både nybörjare och veteraner är välkomna att spela tillsammans under eftermiddagen. Spel sker utan lärare.

### **Körsång** *Lärare: Berit Ljungström*

ALLA kan vara med! Körsång handlar om tre nyckelord: GLÄDJE, TRYGGHET och TÅLAMOD. Att ha roligt tillsammans, att få lov att sjunga fel i inläringen och att se sjungandet som en glad process mot något som kan bli bättre. Vi kommer att göra andningsövningar och uppsjungningsövningar för att få rösten fri. Förhoppningsvis kommer ni er egen person mycket nära ”på sångens vingar”.

## **TORSDAGSFÖRMIDDAGAR**

### **Lär känna Polen** *Lärare: Anette Bohlin/Anneli Vik*

Under våren läser vi om Polen. Vi studerar natur, kultur, historia, samhälle, språk, matkultur mm. Tillsammans åker vi sedan på en studieresa för att uppleva allt det vi lärt på plats. Vår resa är planerad till vecka 17.

### **Från knopp till tå – Vår fantastiska kropp!** *Lärare: Ingrid Landegren*

Hur fungerar vi? Vi pratar om kroppens funktioner och kommer också in på hälsa, kost och motion. Vi tar på promenadskorna och ger oss ut för att uppleva varandras ”smultronställen”.

### **Matlagning** *Lärare: Monica Lindqvist/Pia Sandin*

Vi lagar mat och pratar mat och näring. En kurs för dig som gillar god och näringsriktig mat lagad från grunden. Vi testar både nytt och gammalt, tillsammans med er lägger vi upp inriktningen på matlagningen. Vi varje kurstillfälle lagar vi en gemensam lunch, dagen börjar alltid med fika på bröd som vi bakat själva. Du får ett receptkompendium efter varje kurstillfälle. Kostnad 60:- per gång. (inkl. fika, lunch och recept). Tid mellan 8.40-12.40.

### **Konst** *Lärare: Per-Åke Foglert*

För dig som vill skapa och få arbeta praktiskt med konst. Vi testar på olika tekniker. Du behöver inte ha några förkunskaper. Alla utgår ifrån sin nivå. Ev. materialkostnad kan tillkomma.

### **Vägen till hälsa del 2 - fristående fortsättning på del 1** *Lärare: Carina Svensson*

Utdrag ur innehållet: Ayurveda - indisk hälsosam livsstil. Din tid är ditt liv! Din och människors uppfattning om tid. Bemästra dina stress signaler och lär dig mer om stressorer. Hur blir jag bättre på att ge och ta emot stroke? - vikten av positiv uppskattning och beröring. Vad skapar en vinnare eller en förlorare? Mindmap - ett presentationsverktyg. Nonverbal kommunikation - Kroppspråk, Rapport, Pacing. Mina livsmål- Vad vill jag få ut av resten av mitt liv? Mina relationer till andra människor! Transaktionsanalys - ett verktyg för livet! Hälsosam kost för läkning. Naturunderstödd rehabilitering och miljöer. Mindfull eating och självmedkänsla. Obs! Ev. Kan något ämne från höstterminen tas upp igen enligt önskemål under vårterminen.

## TORSDAGSEFTERMIDDAGAR

**Tema** Lärare: *Anneli Vik*

Temalektionerna ägnar vi åt trevliga studiebesök i närområdet blandat med spännande föreläsningar av inbjudna gäster. Programmet formar vi gemensamt i gruppen.

**Keramik** Lärare: *Johanna Caris*

Vi skapar i keramik. Materialkostnad för lera tillkommer. Tid mellan 13.10 och 16.00

**Vardagskemi** Lärare: *Inger Arvidsson*

Vardagskemi med inriktning mat och energi. När vårsolen tittar fram övergår vi till promenader bland vårbloomor och fåglar i Hobys närhet.

**Religion** Lärare: *Björn Hagberg*

I globaliseringens tid, då världen blir mindre och vi alltmer kommer i kontakt med människor av andra trosuppfattningar, är det viktigt att förstå deras inställning till livet. Mycket av det som sker i dag grundar sig på människors religiösa föreställningar, på deras uppfattning om Gud eller gudarna, livet efter detta och den praktiska religionsutövningen. Den här kursen ger en inblick i de fem stora världsreligionerna men ger också information om andra viktiga religioner och religiösa strömningar.

**Bokcirkel** Lärare: *Ingela Larsson*

Gillar du att läsa och att dela dina läsoplevelser med andra? Skulle du vilja få tips om nya (och gamla) författare och böcker? Då är du välkommen till bokcirkeln! Vi träffas och samtalar om böcker vi läst eller vill läsa. Tillsammans läser vi två-tre gemensamma böcker och samtalar om dem. Vi kommer även att ägna delar av tiden till att läsa högt för varandra ur texter som var och en väljer själv. Det kan handla om noveller, poesi, delar ur en roman eller en faktabok.