

1912-2012



100 ÅR AV
FOLKBILDNING
& KULTUR

ABF GOTLAND

Dansproffs, mästarkock
eller facebookexpert?
Vad vill du bli?
Vi öppnar dörrarna.
Välkommen till ABF!



Studieprogram

VÅREN 2012

GÖR EN ANNAN VÄRLD MÖJLIG

MUSIK & SÅNG

Gitarr, nybörjare

Du som vill lära dig spela akustisk gitarr. Mycket praktisk kunskap blandas med teori. Egen gitarr krävs.

8 ggr
Avgift: 1.060 kr
Ledare: Morgan Gardelin

Körsång med glädje!

Alla kan sjunga i kör! Häng med i Sveriges största folkrörelse. Vi tränar bl.a. stämmor och att hålla takt och ton.

6 ggr
Avgift: 690 kr
Ledare: Ulla Ronström

DANS & TEATER

Bugg, grund

Vill du känna dig säker på dansgolvet? Anmäl dig då till en cirkel som leds av vår kunniga ledare.

6 ggr
Avgift: 630 kr
Ledare: Anna-Karin Skoglund

Bugg, fortsättning

För dig som kan grunderna och en del turer men vill lära dig lite mer Bugga loss - lär dig de rätta slingorna.

6 ggr
Avgift: 690 kr
Ledare: Anna-Karin Skoglund

Orientalisk dans, grund

Cirkeln passar dig som är nybörjare eller har dansat tidigare. Du lär dig grunderna i dansen och får samtidigt bekanta dig med dansens olika stilar och tillhörande musik. Orientalisk dans passar kvinnor i alla åldrar och storlekar och ger dessutom en allsidig träning där du övar upp din balans, smidighet, styrka och koordination.

8 ggr
Avgift: 920 kr
Ledare: Agnes Lundgren

Vill du starta en egen cirkel?
Kontakta oss:
0498-20 37 50

Bästa presenten:
ge bort en cirkel!

Lindy hop, grund

Lindy hop är en pardans som dansas till swingmusik. Dansen har sitt ursprung i 1930-talets New York. Denna cirkel är för dig som aldrig dansat Lindy hopp tidigare, eller som vill repetera grunderna.

10 ggr
Avgift: 1.050 kr
Ledare: Stefan & Margareta Lindgren

Lindy hop, steg 2

Du har dansat Lindy Hop i en eller två terminer, och känner till grundstegen. Här lär du dig utveckla grundstegen och dansen.

10 ggr
Avgift: 1.050 kr
Ledare: Stefan & Margareta Lindgren

Lindy hop, steg 3

Du har dansat Lindy Hop tidigare i minst ett år, och kan grunderna ordentligt. Här ökas tempot och vi går utanför grundstegen och improviserar till musiken.

10 ggr
Avgift: 1.050 kr
Ledare: Stefan & Margareta Lindgren

Bugg grund, södra Gotland

Cirkeln kommer att äga rum i Hemsetrakten, om vi får tillräckligt många anmälningar.

7 ggr
Avgift: 805 kr
Ledare: Erik Sterner

Sällskapsdans södra Gotland

Önskar du att du kunde dansa som i Let's dance? Drömmen är inte längre bort än att anmäla dig till den här cirkeln. Du får lära dig turerna i foxtrot/slowfox och därmed har du också grunderna till tango och stilla vals. Visst låter det spännande?

7 ggr
Avgift: 805 kr
Ledare: Erk Sterner

MAT & DRYCK

Asiatisk matlagning

Du lär dig laga förföriska rätter med exotiska kryddor, och får också en spännande inblick i hur kryddorna påverkar vår kropp och hälsa.

Vi lagar bl a Sushi och annan mat från Thailand, Vietnam, Korea, Malaysia, Kina och Filippinerna.

6 ggr
Avgift: 1.035 kr
Ledare: Gigi Larsson

Vinkunskap, grund

Hur tillverkas vin? Är det skillnad mellan en fransk och en italiensk druva? Lär dig hur vin tillverkas och lagras, dess historia och klassificering.

5 ggr
Avgift: 570 kr
Ledare: Bengt Engqvist

Vinkunskap, steg 2

För dig som gått grundkursen. Lär dig mer om hur vin tillverkas och lagras, dess historia och klassificering.

5 ggr
Avgift: 570 kr
Ledare: Bengt Engqvist

Vinkunskap, steg 3

För dig som gått grundkursen och nivå 2.

5 ggr
Avgift: 570 kr
Ledare: Bengt Engqvist

SPRÅK

Arabiska, grund

Arabiska är ett språk som talas av miljoner människor i världen. Lär dig det klassiska språket från grunden.

10 ggr
Avgift: 1.150 kr
Ledare: Mohammed Nasrallah

Arabiska, fortsättning

Du som gått grundkursen eller kan lite arabiska sedan tidigare

10 ggr
Avgift: 1.150 kr
Ledare: Mohammed Nasrallah

Engelska, grund

Har du aldrig läst engelska eller om det är väldigt länge sedan, då är den här cirkeln något för dig! Du träffar andra som också vill lära sig språket och tillsammans går ni igenom grunden i ett av världens största språk.

7 ggr
Avgift: 805 kr
Ledare: Suzan Olsson

Engelska, konversation

Du kanske inte använder engelska språket så ofta men grunderna finns där någonstans? Då är den här cirkeln något för dig! Du träffar andra som också tycker det är svårt att komma igång och tillsammans dammar ni av era kunskaper.

7 ggr
Avgift: 805 kr
Ledare: Suzan Olsson

HÄLSA & LIVSSTIL

Zonterapi till husbehov

Zonterapi bygger på ett samband mellan olika zoner på fötterna och olika delar av kroppen. Genom att massera aktuella zoner frigörs endorfiner och oxytocin som stimulerar kroppen till självläkning, ger välbefinnande och gör kroppen glad.

Den här cirkeln ger dig en inblick i zonterapi och du lär dig, av en diplomerad zonterapeut med 14 års erfarenhet, vad du själv kan göra till vardags.

5 ggr
Avgift: 907 kr
Ledare: Aino Friberg-Hansson

Kompisklippet:
Få 10% avdrag
på din avgift för
varje vän du värvade
till cirkeln!

Du kan dela
upp avgiften på
tre gånger. Säg
bara till vid
anmälan!

KONSTHANTVERK

Betonggjutning

Välkommen till denna kreativa studiecirkel i betonggjutning. Du får prova att göra mindre föremål såsom fat och krukor.

3 ggr

Avgift: 600 kr

Ledare: Christina Eva Eskelund

Smyckestenslipning (Levide)

Vi lär oss chabochonslipning från grunden! Det betyder design, grovslipning, finpolering och polering. Allt arbete sker på moderna, diamanterade maskiner.

7 ggr

Avgift: 850 kr (end. material)

Ledare: Siw Knoke

Vill du bli
cirkelledare?
Kontakta oss på
0498-20 37 50

HISTORIA & SLÄKTFORSKNING

Släktforskning, grund

Databaserad släktforskning på grundläggande nivå. Verktyg för forskningen presenteras i cirkeln. Särskilt elevavtal för programvara kan beställas separat. Datorvana med internet krävs.

Elevabonnemang på SVAR med 150 kr tillkommer.

6 ggr

Avgift: 1.080 kr

Ledare: Björn Jansson

EKONOMI & JURIDIK

Bokföreläsning

Bokföreläsning är kul! Om inte annat kan det vara rätt bra att kunna ibland.

Här lär vi oss genom att först arbeta manuellt, och sedan övergå till databehandling i bokföringsprogrammet SPCS, Visma.

10 ggr

Avgift: 1.750 kr

Ledare: Torsten Larsson

LITTERATUR & SVENSKA

Har du skrivklåda?

Drivs du av en lust att berätta? Har du lätt att hitta på historier, men svårare att få ner dem i en medryckande text? Har du kommit en bit men kört fast?

Vill du förbättra dina kunskaper om prosa och berättande, eller bara få inspiration till fortsatt skrivande?

Då är den här kursen något för dig!

7 ggr

Avgift: 1.155 kr

Ledare: Staffan Cederborg

Bokcirkel

Tycker du om att läsa böcker och vill starta en bokcirkel? Då är det bara att köra igång. Det är enkelt! Värva några vänner, arbetskamrater eller varför inte grannarna. Hör av dig till oss så hjälper vi till med studieplan och lokal.

FOTO, FILM & MEDIA

Foto; se motivet - intensiv

Lär dig ta en bra bild! Lär dig se motivet. Grundläggande utbildning för att utveckla intresset.

Du behöver en digital kamera, allt från kamera i telefon till avancerad systemkamera fungerar bra.

2 ggr

Avgift: 1.065 kr

Ledare: Dan "DannePe" Pettersson

Foto; hantera din kamera - intensiv

Lär dig hantera din digitala systemkamera. Manuella och automatiska inställningar.

Du behöver en digital systemkamera eller en kamera som du kan ställa in manuellt.

2 ggr

Avgift: 1.065 kr

Ledare: Dan "DannePe" Pettersson

Porträttfoto - intensiv

Lär dig fotografera människor.

Vi arbetar med porträttfotografering och ljussättning utomhus.

Du behöver en digital systemkamera eller en kamera som du kan ställa in manuellt.

2 ggr

Avgift: 1.065 kr

Ledare: Dan "DannePe" Pettersson

Digital bildbehandling

Du får testa enkel bildredigering så att du på ett enkelt och snabbt sätt kan snygga till de bilder du tagit.

Vi kommer även att titta på hur du kan använda Internet för att dela med dig av dina foton, skapa webbalbum eller göra enkla bildspel.

Du behöver grundkunskaper i data samt en digitalkamera så att du kan fota på egen hand mellan kurstillfällena.

6 ggr

Avgift: 1.080 kr

Ledare: Linus Sällström

MILJÖ & KLIMAT

Hållbarhet är ordet!

Vi gör en ny satsning på hållbarhetsfrågor ur flera perspektiv. Det handlar om maten, konsumtionen, livsstilen, hälsan och mycket mer. Det handlar om vilket avtryck vi gör på jorden, och hur vi tar hand om oss själva och vår omgivning.

Det är mycket på gång inom det här området, bland annat kommer vi att utbilda Fairtradeambassadörer och KRAV-ambassadörer under året.

Nyfiken? Håll dig informerad via vår hemsida eller Facebooksida, eller slå en signal!

DATA, IT & MOBIL

Data, grund

Lär dig det nödvändigaste för att bli vän med datorn!

Vi går igenom datorn och dess delar, hur man hittar dokument, hur man söker ("googlar") och sparar information på Internet, hur man använder e-post etc.

6 ggr

Avgift: 1.305 kr

Ledare: Robert Håkansson

Data, fortsättning

För dig som vill veta lite mer.

Vi tittar på Windows 7 och hur man kan göra datorn mer personlig, lär oss mer om filhantering och olika filformat, säkerhet och netikett, hur man kan använda Internet i vardagen som t.ex. bankärenden etc.

6 ggr

Avgift: 1.305 kr

Ledare: Robert Håkansson

Microsoft Word 2010

För dig som kan lite datahantering men vill veta mer om ordbehandling i Officeprogrammet Microsoft Word 2010.

Du lär dig bl.a. att hantera dokument, redigera text, om format och disposition, tabbar och tabeller, mallar och sidhantering m.m.

4 ggr

Avgift: 920 kr

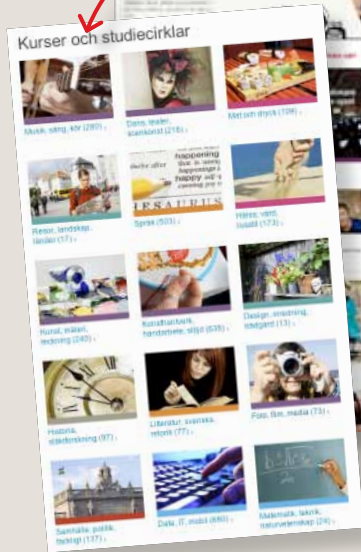
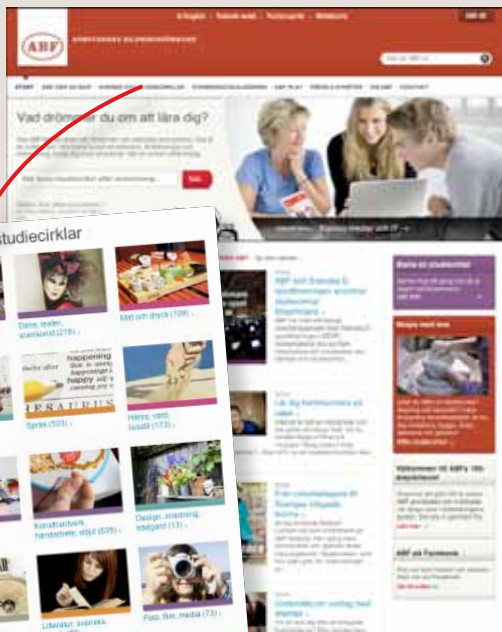
Ledare: Robert Håkansson

Sociala medier med ABF

Sugen på att blogga? Bli en del av twitterflödet? Använda Facebook till något nyttigt? De sociala medierna har skapat nya arenor. Vi hjälper dig att ta klivet ut på dem! Oavsett om du är nybörjare eller om du hållit på ett tag är du välkommen till ABF. Vi utgår från dina behov.

Hör av dig till oss, kanske kan vi arrangera just den kurs du vill gå. Vi kan också hjälpa dig att starta en egen cirkel.





Kurser och studiecirklar

Du hittar hela vårt utbud samt aktuell information om cirkelarna, startdatum, etc på hemsidan abf.se/gotland. Alternativt är du välkommen att ringa 0498-20 37 50.

Föreläsningar när du vill

Nu kan du titta på föreläsningar och debatter i soffan, vid köksbordet eller på bussen. På ABF Play hittar du filmade föreläsningar från hela landet. Ett växande arkiv med kunskap och spännande röster – rakt in i din dator eller mobiltelefon.



Följ oss på Facebook

1912-2012



100 ÅR AV
FOLKBILDNING
& KULTUR

ABF Gotland
Adress: Stenhuggarvägen 6
Telefon: 0498-20 37 50
Fax: 0498-20 37 70
Pg: 18 64 04-0
Bg: 641-8768
E-post: info.gotland@abf.se
Hemsida: abf.se/gotland
Öppettider: 08:30-12:30 mån-tor

ARBETARNAS BILDNINGSFÖRBUND

ABF, Arbetarnas Bildningsförbund, är Sveriges största studieförbund. Vi finns över hela Sverige. Varje år deltar mer än en halv miljon svenskar i våra studiecirklar. Lika många besöker våra föreläsningar och kulturarrangemang. Folkbildning är för oss idén om ett fritt kollektivt lärande som kan ge människor kunskap och kraft i vardagen och på jobbet, och mod att delta i det demokratiska samtalet. Läs mer på www.abf.se

Ansvarig utgivare: Maria Björkman
Omslagsfoto: Ulf Huett Nilsson
Illustrationer: Kenneth Andersson

Bra att veta

Cirkelarna äger rum i Visby om inte annat anges.

Anmäl dig per telefon, e-post eller via abf.se. Anmälan är bindande.

Du har rätt att avboka cirkeln tre dagar före cirkelstart. Om du avanmäler dig senare än tre dagar före cirkelstart kan vi komma att ta ut en administrationsavgift. Vid avbokning när cirkeln redan har startat är du skyldig att betala full kursavgift. Om du måste avbryta cirkeln på grund av varaktigt studiehinder som sjukdom eller flytt från orten betalar du för de gånger du deltagit.

Cirkeln startar under förutsättning att vi fått in minst åtta (8) anmälningar.

Bekräftelse och information sker per post/e-post minst en vecka före cirkelstart.

I avgiften ingår inte kostnader för studie- och arbetsmaterial. Du får inbetalningskort tillsammans med kallelsen. Avgiften går att dela upp på två eller tre gånger om du meddelar det vid anmälan.

Vi erbjuder en "nöjd kund"-garanti.

Alla är välkomna till ABF! Vi kan tillgängliggöra våra lokaler och vår verksamhet så att alla kan delta oavsett modersmål eller funktionshinder. Kontakta oss så berättar vi mer.

STUDERA MED DIN FÖRENING

Vi anordnar också studier tillsammans med våra medlems- och samarbetsorganisationer. Både stora och små föreningar behöver studera gemensamt för att utvecklas. Ta kontakt med oss om du har en idé!
Tel: 0498-20 37 50

RABATTER

"Kompisklippet":

Ta med dina vänner till cirkeln - du får 10% rabatt för varje person du värvar och som fullföljer sin anmälan!

25 % rabatt (högst 500 kr) på alla studiecirklar för dig som är arbetslös eller uppstår sjukersättning, samt för dig som är 13-25 år.

Många fackföreningar ger bidrag till ABFs cirklar. Ta kontakt med ditt fackförbund för information.