



ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND
SYDVÄSTRA SKÅNE

Studieprogram

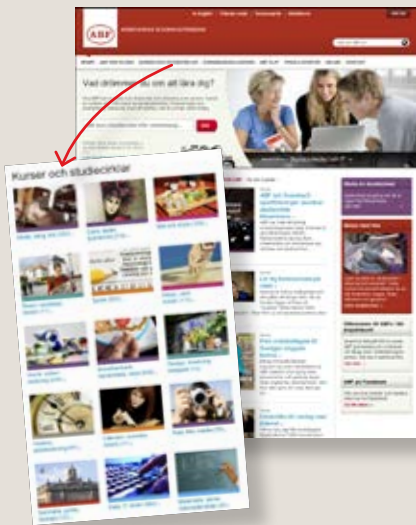
2017-2018

GÖR EN ANNAN VÄRLD MÖJLIG

ABF Sydvästra Skåne

ABF Sydvästra Skåne har verksamhet i tre kommuner - Trelleborg, Svedala och Vellinge. Huvudkontoret ligger i Trelleborg. Lokalkontor finns i Svedala på Storgatan 25. Vi är elva anställda som arbetar med allt från verksamhet med studiecirklar och kulturarrangemang till administration och ekonomi. Titta gärna in hos oss, så berättar vi mer om vad vi kan erbjuda!

**Bästa presenten:
ge bort
en cirkel!**



Kurser och studiecirklar

På abf.se kan du enkelt hitta en studiecirkel eller kurs som passar dig. Sök efter cirklar i ditt närområde, klicka dig fram genom fler än 20 ämneskategorier, anmäl dig direkt på nätet.

Föreläsningar när du vill

Nu kan du titta på föreläsningar och debatter i soffan, vid köksbordet eller på bussen. På www.abfplay.se 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
facebook.com/abfsydvastraskane

Estet huset **ABF**

Vi samlar all estetisk verksamhet under ett tak och välkomnar deltagare till Estet-huset. På 400 kvm kan vi erbjuda foto, glas, grafik, xerotypi, måleri/teckning, porslin och keramik i en inspirerande miljö.

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. Läs mer på www.abf.se

IT & SOCIALA MEDIER

Inom datorkunskap kan vi erbjuda ett urval av cirklar både till dig som är nybörjare och inte har några kunskaper alls såväl som till dig som redan kan en del.

- » **Windows med Officepaketet för nybörjare**
- » **Facebook - lär dig annonsera och nå nya målgrupper**

TRÄDGÅRD

Är du intresserad av natur och miljö? Har du egen trädgård? då skall du skaffa dig bin. Ett par samhällen räcker för att du skall få njuta av egen honung på frukostbordet.

- » **Biodling (vt 2018)**
- » **Nyfiken på trädgård?**
- » **Snickra din bikupa**

MÅLERI

Fritt experimentellt skapande där du tillsammans med ledaren diskuterar vilken teknik som passar ditt uttrycksätt. Du kan måla i olja, akryl eller akvarell.

- » **Måleri olja, akryl&akvarell**
- » **Måla med mindfulness**

MATLAGNING

Är du intresserad av italiensk matlagning och samtidigt vill lära dig språket, då är detta cirkeln för dig!

- » **Italienska i köket**
- » **Mat för kropp & knopp**

SÖMNAD & HANDARBETE

Vill du kunna forma och sy dina egna kläder? Prova på den uråldriga tekniken att tova, eller lära dig vävteknikens konst och mycket mera?!

- » **Klädsömnad/Design/Tillskränning**

- » **Sy Nytt**
- » **Tovning**
- » **Textilt återbruk**
- » **Bildväv**
- » **Lapptechnik**

HANTVERK

I vår grafikverkstad kan du göra bilder i spännande tekniker. Eller kanske vill du lära dig xerotypi? Eller kanske vill du lära dig att snickra? Vi vill ge dig möjlighet till delaktighet och eget skapande!

- » **Dreja under en dag**
- » **Bokkonst - bokvikning**
- » **Träslöjd**
- » **Smycken av silverlera**

Vi erbjuder även plats i vår keramikstudio samt glasfusings studio! Ring för mer information!

- » **Keramik**
- » **Glasfusing**
- » **Grafik**
- » **Xerotypi**

LITTERATUR & SPRÅK

Jodå, visst hinner du läsa! Kom med i någon av våra läsecirklar eller var med och starta en ny. Eller kanske vill du lära dig ett nytt språk?

- » **Litteraturcirkel**
- » **Engelska nybörjare**
- » **Engelska fortsättning**
- » **Tyska lätt konversation**
- » **Tyska fortsättning**
- » **Franska nybörjare**
- » **Italienska nybörjare**
- » **Italienska fortsättning**
- » **Spanska nybörjare**
- » **Spanska fortsättning**
- » **Arabiska nybörjare**

EXPEDITIONSTIDER

Måndag:	13:00-16:30
Tisdag-Torsdag:	09:30-16:30
Fredag:	09:30-14:00

Adress: ABF Sydvästra Skåne, Box 156, 231 22 Trelleborg
Besök: Gasverksgatan 3 b, 231 52 Trelleborg
Telefon: 0410-482 60 Epost: info.sydvastraskane@abf.se
Hemsida: www.sydvastraskane.abf.se

SJÖLIV & NAVIGATION

Vill du ta dig säkert fram på sjön? Gå då vår grundkurs och fortsättningskurs - Lilla Skepparexamen för att få fritidsbehörighet.

- » **Lilla Skepparexamen nybörjare**

HÄLSA OCH LIVSSTIL

Yin yoga är en lugn och meditativ yogaform där fokus ligger på kroppens bindvävnad, leder och ligament. Anmäl dig till någon utav våra hälsa- och livsstils cirklar!

- » **Är du nyfiken på Yin-yoga?**
- » **Fånga ögonblicket med-mindfulness**
- » **Våga tala!**
- » **Zhineng Qigong**
- » **Måla med mindfulness**

DANS & MUSIK

Vill du lära dig dansa, sjunga, eller spela ett instrument? Anmäl dig nu!

- » **Bugg - nybörjare**
- » **Akustisk gitarr nybörjare**
- » **Akustisk gitarr fortsättning**
- » **Piano/Keyboard**
- » **Rockskola**
- » **Round Dance**

MOTOR & TEKNIK

Intresserad av motorns underbara värld? Då är detta cirkelarna för dig!

- » **Motorns underbara värld**
- » **Elektronik för veteranbil och motorcykel**

ANMÄL DIG ENKELT TILL VÅRA CIRKLAR VIA VÅR HEMSIDA: WWW.SYDVASTRASKANE.ABF.SE

Anmäl dig
direkt!
Cirkeln startar
så fort den är
fulltecknad

FOTO

Lär dig hantera din digitala systemkamera och bli en bättre fotograf. Vi erbjuder också cirklar inom studiofotografering!

- » Foto digitalt
- » Studiofotografering/ljusättning/porträtt
- » Foto - helkurs

PSYKOLOGI & FAMILJ

För mer information, ring
0410-482 60.

- » Läs- och skrivsvårigheter/dyslexi
- » Juridik för alla

Nyhet!

LSS

För mer information, ring
0410-482 60.

- » LSS - kreativ verkstad
- » LSS - teater jösses
- » LSS - musik
- » LSS - matlagning

SLÄKTFORSKNING

Lär dig komma igång med släktforskning, söka, tyda och dokumentera.

- » Släktforskning nybörjare
- » Släktforskning fortsättning

Arbetarrörelsens Arkiv

Mängder med värdefullt material finns att tillgå för den kunskapsförstande. Allt från fotografier till diverse skrifter, tidningsurklipp, fanor, afischer etc, från slutet av 1800-talet fram till idag.

Besöksadress:

Hamngatan 4
(Garvaregården 2.a vån)
231 42 Trelleborg

Öppettider:
månd 13-16.00
tis - fred 9.00-16.00
lunchstängt 12.00-13.00

Bokning av Garvaregården
Christel Winberg
tel. 0410-41829
christel.winberg@abf.se

GARVAREGÅRDEN



På Garvaregården hittar du Arbetarrörelsens Arkiv samt utställningslokal där vi kontinuerligt bokat olika utställningar.

Utställningar

Etablerade och erkända bildkonstnärer, grafiker, keramiker såväl som amatörer och studiecirklar har under årens lopp medverkat till många uppskattade utställningar.

Hösten 2017

19/8 – 9/9 Harriet Forssander, konstvävnad

11/9 – 15/9 Kärnan Dagverksamhet

23/9 – 29/9 Elin Abelin, måleri och Britta Leverin, lera

7/10 – 28/10 RSMH, Psykiatriveckan

11/11 – 17/11 Arkivens Dag, tema Synd och Skam

25/11 – 15/12 Föreningen Gamla Trelleborg 60 år

Våren 2018

3/3 – 24/3 Sohila Rastgau, måleri

30/3 – 7/4 Öppna Sinnen

28/4 – 19/5 SyDnålarerna, broderi

21/5 – 1/6 Esteterna från Bastionen



Svedala

Expeditionstider

Onsdag : 9.30 - 16.30

Torsdag : 9.30 - 16.30

Lunchstängt: 12.00 - 13.00

Adress

ABF Sydvästra Skåne

Box 156

231 22 Trelleborg

Besöksadress

Storgatan 25

233 31 Svedala

Telefon:

0410-482 62, 48267

E-Post:

info.sydvastraskane@abf.se

Hemsida:

www.sydvastraskane.abf.se

IT & SOCIALA MEDIER

Inom datorkunskap kan vi erbjuda ett urval av cirklar både till dig som är nybörjare och inte har några kunskaper alls såväl som till dig som redan kan en del.

- » Data nybörjare
- » Data fortsättning
- » Sociala medier nybörjare
- » Sociala medier fortsättning

HÄLSA OCH LIVSSTIL

Anmäl dig till någon utav våra hälsa- och livsstils cirklar!

- » Fånga ögonblicket med mindfulness
- » Zhineng Qigong

SPRÅK

Vill du lära dig ett nytt språk?

- » Italienska nybörjare
- » Engelska nybörjare
- » Engelska fortsättning
- » Tyska för nybörjare
- » Tyska fortsättning
- » Spanska nybörjare
- » Spanska fortsättning
- » Svenska för nybörjare

MÅLERI

Fritt experimentellt skapande där du tillsammans med ledaren diskuterar vilken teknik som passar ditt uttrycksätt.

- » Måla i akryl nybörjare
- » Måla i akryl fortsättning

PSYKOLOGI & FAMILJ

För mer information, ring
0410-482 60.

- » Läs- och skrivsvårigheter/dyslexi
- » Föräldrarutbildning: Vår älskade jobbiga tonåring

HANTVERK & HANDARBETE

Vill du kunna forma och sy dina egna kläder, eller lära dig vävteknikens konst och mycket mera?!

- » Bokkonst - bokvikning
- » Sycirkel - sy dina egna kläder
- » Vävning

SLÄKTFORSKNING

Lär dig komma igång med släktforskning, söka, tyda och dokumentera.

- » Släktforskning nybörjare
- » Släktforskning fortsättning

Nyhet!

STUDERA MED DIN FÖRENING

Vi anordnar också studier tillsammans med våra medlems- och samarbetsorganisationer (du hittar alla på www.abf.se.) Både stora och små föreningar behöver studera gemensamt för att utvecklas. Ta kontakt med oss om du har en idé!
Tel: 0410-48260



HÄLSA OCH LIVSSTIL I VELLINGE

Vad är Ayurveda? Vad är Virya Yoga? Vi går igenom de olika kroppstyperna (doshorna), gör en personanalys om vilka doshor som är starkast. Hur vi kan skapa balans genom hur vi lever? Intresserad? Anmäl dig nu!
» **Ayurveda - friskvård**
» **Virya Yoga**



KL7 är ett samarbete mellan ABF Sydvästra Skåne och Trelleborgs bibliotek.

Torsdag 19 september

- Diplomater & Spioners arbete -
Andreas Norman

Måndag 3 oktober

- Vegaexpeditionen - Hans Almqvist

Måndag 30 oktober

- Jordan runt - Stefan Rohdin & Elinor Medhammar

Måndag 20 november

- Sjöman, legionär, legosoldat -
Roland Strandberg

Måndag 11 december

- Afrikas Grepp - Linda & Sven Zetterlund

Nyhet!

VÅGA FRÅGA

Du kanske har hört talas om "låna en människa", ett levande bibliotek där du i ett personligt möte får möjlighet att veta mer om hur det är att t.ex. leva som hemlös eller homosexuell. Med start under senhösten och med fortsättning i början av det nya året prövar biblioteket i samarbete med ABF Sydvästra Skåne att låna ut en människa, fast i grupp. Ett samtal där en specialist och högst 15 utfrågare per tillfälle samlas kring en fika på den mysiga biblioteksfilialen i Gislöv och får svar på alla de frågor vi hittills inte vågat ställa.

4 tillfällen

Plats: Gislövs filialen (Serresjöskolan)

Tid: 18:15

- Onsdag 1/11

Arr: Spelberoende

- Onsdag 29/11

Arr: Transvestit

- Onsdag 24/1

Arr: Kommunpolis

- Onsdag 28/2

Arr: Funktionshindrad

Anmäl er i förväg genom att kontakta biblioteket eller mejla: arrangemang.bibliotek@trelleborg.se

Cirkelledareutveckling Hösten-17

Kostnadsfritt erbjuder vi dig att genomgå cirkelledareutbildning på 12 studietimmar. Du får inblick i ABF:s syn på folkbildning, pedagogiska idéer och metoder.

4 x 3 studietimmar

Trelleborg start onsdag den 1/11 kl 14.00-16.30 eller kl 18.00-20.30

2 x 8 studietimmar

Svedala start lördag den 18/11 kl 09:00-15:00

Cirkelledareutveckling Våren-18

Kostnadsfritt erbjuder vi dig att genomgå cirkelledareutbildning på 12 studietimmar. Du får inblick i ABF:s syn på folkbildning, pedagogiska idéer och metoder.

4 x 3 studietimmar

- ring för mer info 0410-48260 -

FUNKTIONSUT- BILDNINGAR

Vi anordnar också funktionsutbildningar för våra medlems- och samarbetsorganisationer.

Ordförandeutbildning, styrelseutveckling mm.

Ta kontakt med oss för mer information!

Tel: 0410-48260

Vill du bli
cirkelledare?
Kontakta oss på:
0410-48260

Bra att veta

Anmäl dig per telefon, e-post eller via www.sydvastraskane.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 debiteras en avgift motsvarande halva cirkelavgiften. 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 samt en administrationsavgift.

Cirkelstartar så snart de är fulltecknade om inget annat anges.

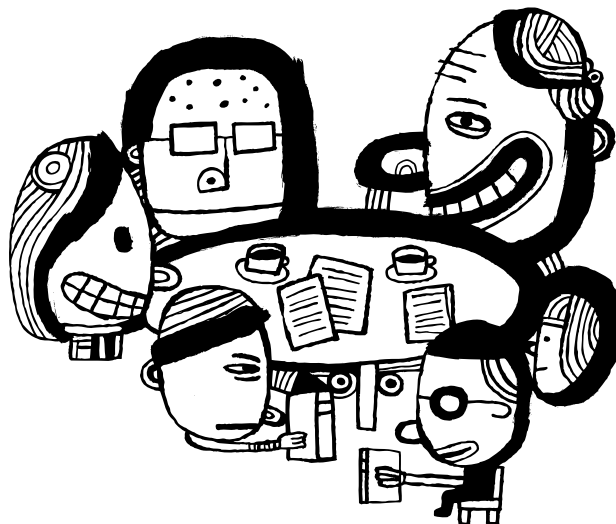
En studietimme = 45 minuter.

Kallelse sker per post/e-post minst en vecka före cirkelstart.

Avgiften Du får inbetalningskort tillsammans med kallelsen. I avgiften ingår inte kostnader för studie- och arbetsmaterial.

• De flesta fackföreningar ger bidrag till många av ABFs cirklar. Ta kontakt med din fackexpedition.

Välkommen att delta!



ANMÄL DIG VIA VÅR HEMSIDA: www.sydvastraskane.abf.se