



# **Studieprogram Fritiden Våren 2026**

**ABF - GÖR EN ANNAN VÄRLD MÖJLIG**



**Kontaktperson:** Martin Extor

**Besöksadress:** Nässjögatan 10, andra våningen

**Telefon:** 035-17 77 52

**Epost:** martin.extor@abf.se

## **VIKTIG INFORMATION INFÖR ANMÄLAN TILL STUDIECIRKEL HOS ABF!**

Anmäl deltagare till en studiecirkel på ABF genom att ringa 035-17 77 52. Avanmälningar sker senast 3 dagar innan start, annars debiteras halva summan, ingen avanmälning innan start så debiteras hela summan.

Betalning sker på faktura vid kursernas/aktiviteternas slut. Meddela vid anmälan om faktura ska skickas till förvaltare/godeman eller annan betalare, då kan kallelse skickas direkt till deltagare.

Möjlighet till delbetalning finns om det uppges vid anmälan.

De som har gått studiecirkeln innan har förtur på platsen och blir därmed automatiskt återanmälda. Kom ihåg att meddela om du inte ska fortsätta.

Ledsagare krävs vid behov och dessa går in kostnadsfritt.

Meddela eventuell nödvändig information om deltagarnas personliga behov muntligt eller skriftligt till ABF Halland.

Deltagare med synnedsättning, som är blinda eller har dövblindhet kan få sitt studiematerial anpassat. Meddela i förväg om anpassat studiematerial önskas.

Ändringar kan ske i programmet. Meddela gärna mailadress och mobilnummer för att få information kring ändringar på sms och/eller mail.

***OBSERVERA! Våra cirkelledare är anställda för att leda cirkeln och finnas på plats under studiecirkelns gång. Det är därför inte säkert att det finns någon personal på plats långt innan eller efter cirkelns slut, så tänk på att boka taxi så nära inpå cirkelns start och slut som möjligt. Behöver du ha assistans så behöver du ha med dig personal till cirkeln.***

## Bildstöd



ABF Halland



Dans



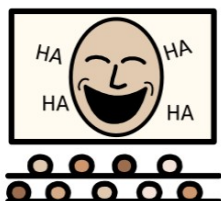
Dans



Dans



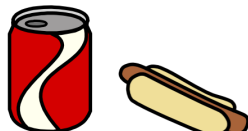
Fika & kaffe



Film



Hantverk



Korv och läsk



Kulturprogram



Körsång



Ledsagare



Läsk & popcorn



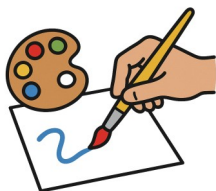
Musik



Måla & konst



Rullstol



Skapande



Spela i band



Studiecirkel



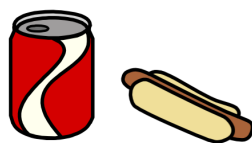
Sång



Underhållning



Kulturprogram



Korv & läsk



Dans



Underhållning

## Funkiskul på Andersberg

*Funkisdansen* ersätts av den nya satsningen **Funkiskul**. Oa Larsson uppträder med livemusik och önskelåtar eller musikquiz och bjuder upp till livekaraoke. Christine har pysselveckstad, man kan låna sällskapsspel och köpa go'fika i kiosken. Det blir en trevlig stund med gänget bakom Funkisdanserna.

**OBS! FÖRANMÄLAN KRÄVS FÖR INTRÄDE BEGRÄNSAT ANTAL PLATSER! ANMÄLAN SENAST FREDAGEN FÖRE!**

Fika köps på plats med kontanter eller swish.

### Datum för våren 2026 är:

söndag 19/4: **Oa** bjuder in till musikquiz och livekaraoke.

söndag 17/5: **Oa** bjuder på tempofyllt rockmedley och livekaraoke.

söndag 7/6: **Blommiga grabbar** avslutar vårens Funkiskul med en hejdunderande show och Oa håller i sommarmusikquiz och livekaraoke ! (**OBS! Högre inträde på 175 kr pga. liveband!**)

**Tid:** kl. 14.00-16.00

**Kostnad:** 75 kr (betalas via faktura) (**OBS! 7/6 blir det högre inträde på 175 kr.**)

**Plats:** Medborgarservice Andersberg, Grönevångstorg 1, Halmstad  
Ledsagare går in kostnadsfritt.

Anmälan sker till ABF på mail [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se) eller via telefon **035-17 77 52**.

Vid frågor kontakta Oa Larsson på **035 17 77 53**.



Kulturprogram



Konst



Fika

## ***Gå på konstpromenad i Halmstad med Christine lördag 30 maj***

**Upptäck historien bakom våra offentliga konstverk.**



**Tillsammans med Christine tittar vi på och diskuterar konst i  
Halmstads centrum.**

Vi möts vid Norre Port kl. 11.00 lördag 30/5

**Kostnad:** 75 kr Fika ingår

**Ledare:** Christine Andersson

Ledsagare går med kostnadsfritt.

Anmälan sker till ABF på mail [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se) eller via telefon **035-17 77 52**.

Vid anmälan uppge namn, personnummer och telefonnummer.



Studiecirkel



Fika och kaffe

## Anhöriggrupp LSS och SoL

I vår fortsätter anhöriggruppen för dig som är förälder eller syskon till en person med intellektuell, kognitiv eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning. Vi pratar, utbyter erfarenheter och hittar strategier för vardagen, i stort och smått, tillsammans. Vi bjuder på fika!

**Dag:** måndagar

**Tid:** kl. 18.00-19.30

**Startdatum:** 23 februari

**Antal träffar:** 5 tillfällen

**Kostnad:** KOSTNADSFRITT

**Plats:** ABF, Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Marita Johansson



Anmälan sker till ABF på mail [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se) eller via tele **035-17 77 52**.

Vid anmälan uppge namn, personnummer och telefonnummer



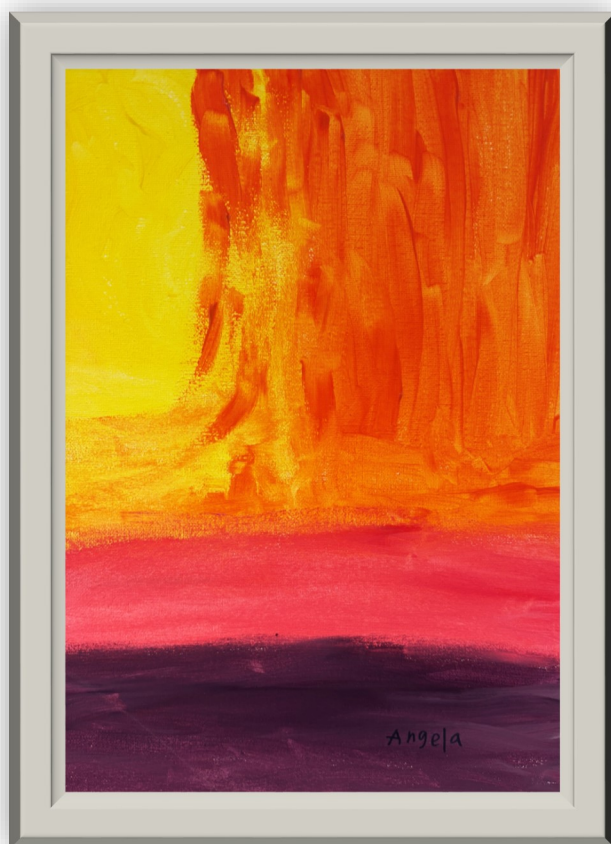
Studiecirkel



Måla

## Konst

Måla efter egna förutsättningar och få tips om motiv och färger av Christine Andersson.



**Dag:** måndagar (**Grupp 1**), torsdagar (**Grupp 2**)

**Tid:** kl. 18.00-19.30

**Startdatum:** 2 mars & 5 mars (**uppehåll v. 15**)

**Antal träffar:** 10 tillfällen

**Kostnad:** 1000 kronor (inkl. material)

**Plats:** Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Christine Andersson



Studiecirkel



Sång

## **Sång och musik i grupp**

Vi sjunger allt från visor till rocklåtar tillsammans i grupp.

**Dag:** tisdagar

**Tid:** kl. 16.00-17.30

**Startdatum:** 3 mars

**Antal träffar:** 10 tillfällen

**Kostnad:** 600 kronor

**Plats:** ABF, Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Oa Larsson





Studiecirkel



Körsång

## Glada kören

Gå med om du tycker om att sjunga tillsammans med andra glada människor!



**Dag:** tisdagar

**Tid:** kl. 17.30-19.00

**Startdatum:** 3 mars (Uppehåll v. 15)

**Kostnad:** 600 kronor

**Antal träffar:** 10 tillfällen

**Plats:** Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Henrik Andersson



Studiecirkel



Spela i band

## Spela musik i funkisbandet Hamburgarna

Spela tillsammans. Testa på trummor, bas, gitarr och att sjunga. Vi gör låtar tillsammans och spelar musik för att det är kul.

**Dag:** onsdagar

**Tid:** kl. 16.00-17.30

**Startdatum:** 4 mars

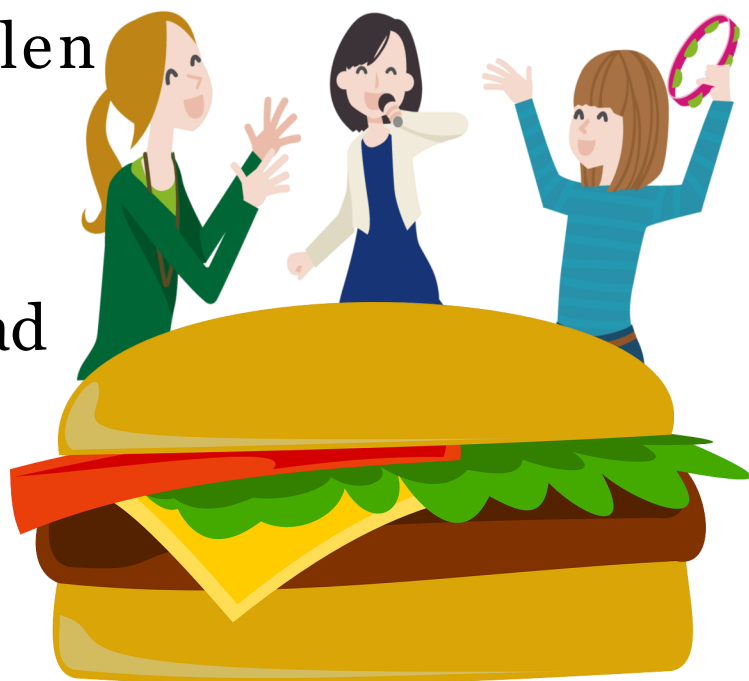
**Antal träffar:** 10 tillfällen

**Kostnad:** 600 kronor

**Plats:** Rockstugan

Stålverksgatan 1, Halmstad

**Ledare:** Oa Larsson

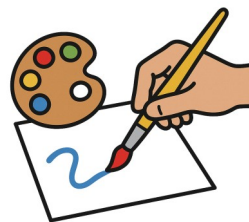




Studiecirkel



Hantverk



Skapande

## Scrapbooking för alla

Vid fem tillfällen i vår får du göra fina, personliga och roliga kort med olika tekniker tillsammans med andra under ledning av Christine Andersson. Varje gång provar ni att skapa något nytt.

**Vårens tillfällen och tekniker:** 11/2: Alla hjärtansdag-kort med collage av silkespapper och mönsterpapper, 11/3: Påskkort genom att riva och klippa ur från tidningar och magasin, 8/4: Gratulationskort med tusch, 6/5: Morsdagskort målade med knappar & 10/6: Midsommarkort med mall och stöppla med tuschpennor.

**Dag:** onsdagar

**Tid:** kl. 18.00-19.30

**Datum:**

**Antal träffar:** 5 tillfällen

**Kostnad:** 300 kr + 200 kronor i kostnad för material

**Plats:** Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Christine Andersson

Anmälan sker till ABF på tele **035-17 77 52.**





Studiecirkel



Spela i band

## Gör musik tillsammans med andra

Spela keyboard, trummor, bas och gitarr tillsammans med andra. Skapa egen musik och spela in den. Under våren kör vi på Melodifestivalentema. OBS! Startar endast vid tillräckligt stor grupp.



**Dag:** onsdagar

**Tid:** kl. 17.30-19.00

**Startdatum:** 25 februari

**Antal träffar:** 5 tillfällen

**Kostnad:** 300 kronor

**Plats:** Rockstugan, Stålverksgatan 1,  
Halmstad

**Ledare:** Anders Törnqvist



Studiecirkel



Ledsagare



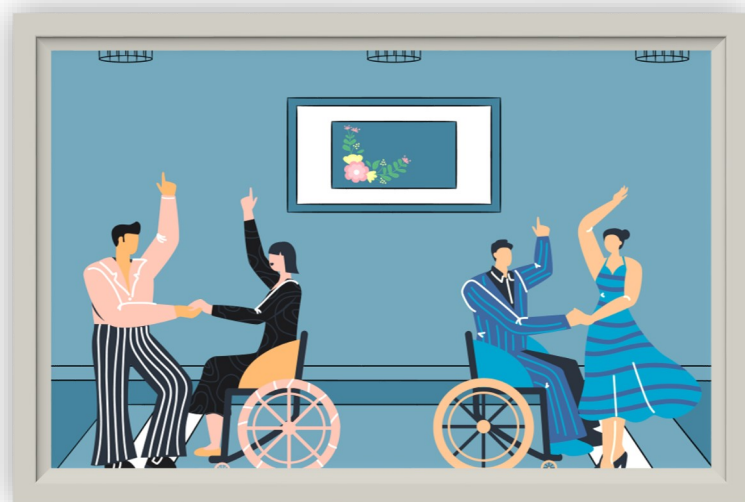
Dans

## Rullstolsdans på Andersbergs Medborgarservice

Anmäl dig till Rullstolsdansen. Det blir dans vid 10 tillfällen med koreografi av Oa Larsson som ledare.

### Datum för rullstolsdansen våren 2026 är:

5/3, 12/3, 19/3, 26/3,  
9/4, 16/4, 23/4, 7/5,  
21/5 & 28/5



**Dag:** torsdagar

**Tid:** kl. 16.30-17.30

**Kostnad:** Gratis!

**Plats:** Andersbergs Medborgarservice, Grönevångs torg 1 Halmstad

**Ledare:** Oa Larsson

Anmälan sker till ABF på telefon **035-17 77 53**.

Vid anmälan uppge namn, personnummer och telefonnummer.

Genomförs av ABF Halland i samarbete med Halmstads kommun.





Studiecirkel



Dans

## Välkommen till Dansmix - musiken möter rörelsen!

Upptäck dansglädjen och fyll veckan med energi, skratt och gemenskap.

Här får du chansen att släppa loss, känna rytmen och bara ha kul, precis som du är.

Oavsett om du är nybörjare eller van dansare, är alla hjärtligt välkomna på Dansmix!

**Dag:** torsdagar

**Tid:** kl. 18.00-19.30

**Startdatum:** 5 mars

**Antal träffar:** 5 tillfällen (varannan vecka)

**Kostnad:** 300 kr

**Plats:** ABF, Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Agda Weberg



Anmälan sker till ABF på mail [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se) eller via tele **035-17 77 52**.

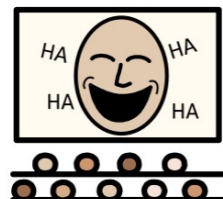
Vid anmälan uppge namn, personnummer och telefonnummer



Underhållning



Läsk & popcorn



Film

## FILMKLUBBEN

Tillsammans tittar vi på film, äter popcorn och dricker läsk samtidigt. Till skillnad från när man är på vanlig bio behöver man inte vara tyst hela tiden när man ser på filmen, tvärtom får man gärna prata om det man ser.

### Datum och filmer våren 2026:

torsdag 26/2: *Livet är en schlager (2000)*

torsdag 26/3: *Att stjäla en tjuv (1996)*

torsdag 23/4: *Flykten till framtiden (2016)*

torsdag 28/5: *Ture Sventon, privatdetektiv (1972)*

torsdag 18/6: *Den bästa sommaren (2000)*

**Tid:** kl. 18.00 - 20.00

**Kostnad:** 85kr via faktura (snacks, godis och dryck ingår)

**Plats:** Nässjögatan 10, Halmstad

Ledsagare går in gratis

**FÖRANMÄLAN KRÄVS!** Anmäl senast 1 vecka före varje tillfälle. Anmäl till 035 17 77 52 eller martin.extor@abf.se.





Studiecirkel



Fika



Musik

## Musikhistoria för daglediga

Lär dig mer om rockmusik genom att lyssna på musik, titta på musikklipp, samtala, fika, sång och musik med Oa Larsson.

**Dag:** fredagar

**Tid:** kl. 14.00-15.45

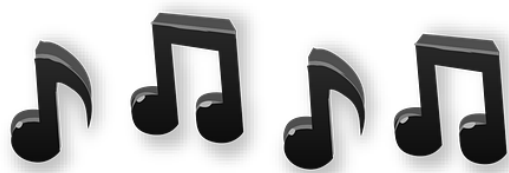
**Startdatum:** 6 mars

**Antal träffar:** 10 tillfällen

**Kostnad:** 600 kronor

**Plats:** ABF, Nässjögatan 10, Halmstad

**Ledare:** Oa Larsson





**Nyfiken på kommande verksamhet för vuxna med  
funktionsnedsättning i Halmstad, Hylte och Laholm?  
Anmäl dig till vårt nyhetsbrev!**

Vi planerar att varje månad skicka ut nyheter och information om vad som händer inom våra fritidsverksamheter för personer med funktionsnedsättning som är berättigade stöd inom LSS och/eller SoL i Halmstad, Hylte och Laholm. Det är information om kurser, föreläsningar och Fritidsdansen. Tips på videor, utbildningar och liknande från andra organisationer kan också förekomma.

**Anmäl dig genom att maila ditt intresse till  
[martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se) och skriv att du vill gå med i  
Fritiden Halmstads Nyhetsbrev.**

**Eller scanna in QR-koden för att  
komma till anmälningssidan:**





Studiecirkel



Föreläsning

## **Vill du starta en egen studiecirkel hos ABF Halland?**

Har du något du skulle vilja lära dig tillsammans med ett gäng vänner? Starta en studiecirkel tillsammans hos ABF Halland så kan ni få hjälp att planera, komma igång och möjlighet att t.ex. låna rum att vara i.

**Ring 035 17 77 52 eller maila [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se).**



## **Har du något att berätta? Håll en föreläsning genom ABF Halland.**

Kan du en massa saker som ett speciellt ämne eller har du varit med om något som kan intressera andra? Hos oss på ABF Halland kan du få hjälp att planera, ta fram, marknadsföra och hålla i en föreläsning.

**Ring 035 17 77 52 eller maila [martin.extor@abf.se](mailto:martin.extor@abf.se).**



På vår hemsida hittar  
du evenemang, kurser  
och studiecirklar för alla.

Vårens program för Halland kommer snart ut där.

**[www.abf.se/halland](http://www.abf.se/halland)**

Vill du ha vårt studieprogram för hela  
Halland hemskickat så hör av dig till ABF.

Missa inget! Gå med i vår facebookgrupp  
***Funkisvänner ABF Halland*** och få mer information  
om våra fritidsaktiviteter.

**[www.facebook.com/groups/464688805276268/](https://www.facebook.com/groups/464688805276268/)**



**Scanna in QR-koden för att komma till facebookgruppen!**

**ABF Halland**

**Besöksadress:** Nässjögatan 10, en våning upp

**Telefon:** 035-17 77 50

**Epost:** [info.halland@abf.se](mailto:info.halland@abf.se)

**Hemsida:** [www.abf.se/halland](http://www.abf.se/halland)

**Facebook:** ABF Halland **Instagram:** @abfhalland **Youtube:** ABF Halland

## **Vad är ABF?**

ABF är ett studieförbund som har funnits i över 100 år och har sedan dess arbetat för demokrati, kultur och folkbildning.

Som studieförbund får vi ekonomiskt stöd av stat, region och kommun för att alla över 13 år ska ha möjlighet till ett livslångt lärande tillsammans med andra och för att öka delaktigheten i kulturlivet.

Vi stödjer föreningslivet och grupper som vill syssla med folkbildning och kultur.

I Halmstad samarbetar vi bland annat med kommunen för att skapa fritidsverksamhet för vuxna personer med funktionsnedsättning som är berättigade till stöd inom LSS och/eller SoL.