

NYHETER

THAILÄNDSKA FÖR VARDAGEN Lidköping
Studiecirkel i konversation, för vuxna. 8 ggr, 24 studietimmar. 800 kr. Start 28 september kl. 9-11:30

VARDAGSSVENSKA Lidköping, Götene
Gå en studiecirkel, utveckla språket med andra. Gratis.

YRKESVENSKA Skaraborg
Kan även bokas som kurs för dig/grupp i arbete/som ska ut i arbete. Gratis.

SURFA MOBILT
Lidköping, Skara, Falköping, Vara-Essunga-Grästorp
Du lär dig om vanliga appar för kommunikation, hur du når och hanterar sociala medier. Varannan vecka. 5 ggr 4 studietimmar, 560 kr.

KREATIVA TORSDAGAR
Olika aktiviteter tex julkrans, adventsstjärnor och geléljus. Kl. 18-20. Skövde: 24/9, 22/10, 26/11. Falköping: 17/9, 15/10, 19/11. Tidaholm: 3/9, 1/10, 5/11. Hjo: 10/9, 8/10, 12/11.

AKTIEKUNSKAP DIGITAL
Ger grundläggande kunskaper om aktiemarknaden. Inga förkunskaper krävs. Onsdagar kl. 18, 5 ggr, 15 studietimmar, 700 kr.

FREDAGSFRALLAN Skövde
Underhållning/föreläsning, kaffe & fralla 50 kr 9/10, 6/11, 4/12 kl. 10. Se program på hemsidan.

WORKSHOP, POESI MED ELIN Falköping
Utforska poesin tillsammans med inspirerande ledare. 3/10 kl. 10.15-12.30, 100 kr.

SKAPA & SKRIVA POESI Falköping
Inspireras, skriv och dela texter under handledning av engagerad ledare. Torsdagar kl. 18, 3 ggr, 330 kr.

SCRAPTRÄFF Mariestad
Ta med dina egna grejer så skapar vi tillsammans. Viss erfarenhet krävs. Föranmälan senast 20/8. 22/8 kl. 10-16. Gratis.

STÖP DINA EGNA LJUS Lidköping
Handledning, fika och utrustning ingår. 1 gång. Välj ett datum som passar dig: 16/10, 17/10, 18/10, 23/10, 24/10, 25/10. Kl. 13-18. 6 studietimmar 640 kr.

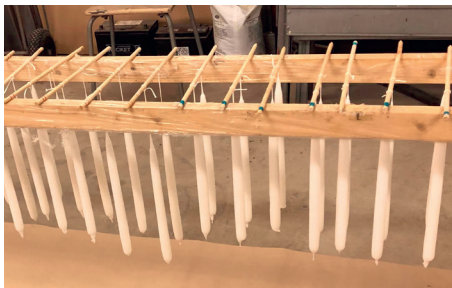
WORKSHOPS HOS FIKANA STUDIO Götene
Miniatyrsömnad En kreativ workshop där vi utforskar konsten att skapa egna miniatyrkläder. 27/8, kl. 9-16, 425 kr. Plats: Fikana Studio.
Skapa en miniatyrhatt En lekfull workshop där vi fördjupar oss i konsten att göra miniatyrhatter. 12/9, kl. 10-13, 3 studietimmar, 200 kr. Materialkostnad tillkommer. Plats: Fikana studio.

GITARR Skara
Vi träffas och lär oss gemensamt grunderna i att spela gitarr. Gratis.

VAD ÄR SANNING I DAGENS MEDIER? Lidköping
Vad innebär källkritik och hur vi påverkas av hur nyheter presenteras och tolkas. Start 20/10, kl. 17-19. 3 ggr, 6 studietimmar.

NYHETER

WORKSHOP: LJUSSTÖPNING INFÖR JUL
En kreativ och stämningsfull workshop där vi lär oss konsten att stöpa egna juleljus. 1 gång, 5 studietimmar, plus hämtningsdag av klara ljus, 250 kr. Start: vecka 42, 43, 46 eller 47. Ange i din anmälan vilken söndag som passar dig bäst.



EVENEMANG

KONSTNATTEN Falköping
ABF Skaraborg finns på plats 27/9 kl. 11-15 i kulturplatsen Ryttern på torget i Falköping. Det bjuds på föreläsning/workshop om Cosplay, seniordans & poesi. Gratis. Se hela Rytterns program här; www.falkoping.se/kultur

DRAGSPELETS DAG Mariestad
11/10 Rotundan Karlsholme, kl. 14.

MUSIKFESTIVAL Mariestad
Visans vänner, 3/10, kl. 18.30-21.

FAMILJEJURIDIK Mariestad
7/10, kl. 18-20. Föreläsare: Leif Hjelman.

ARKIVENS DAG PÅ BIBLIOTEKET Mariestad
Björn Tropp föreläser om Kylskåpsbyggarna. Kronstrandsrummet, 14/11, kl. 11-12.30
Läs mer här: www.mariestad.se/bibliotek

DIN TRÄDGÅRD Mariestad
Drömmer du om en trädgård som passar just dig? Under tre inspirerande träffar går vi från idé till skörd. En serie för både nybörjare och dig som vill utveckla din odling.
23/9 kl. 18-20. Föreläsare: Ellen Forsström, trädgårdsskribent och författare.
21/10 kl. 18-20. Föreläsare: Fredrik Glad, passionerad trädgårdsinspiratör från Melldala.
18/11 kl. 18-20. Föreläsare: Monica Andersson, från Österäng, matproducent och förädlare.

ÖPPET HUS HOS ABF
Välkommen på öppet hus hos ABF! Upptäck våra kurser och aktiviteter, träffa oss och inspireras. Vi bjuder på tilltugg, dryck och en trevlig stund.
Mariestad 16/9, 13-16 & 17-20, Västerlånggatan. 1 A.
Skövde 17/9, 15-19, Gesällgatan 5
Lidköping 29/9, 15-19, Bangatan 14
Lidköping 29/9 15-19, Fabriksgatan 4
Tidaholm 26/10, 15-19, Torggatan 6 C



Här hittar du alla våra evenemang.
Skanna QR-koden med din mobilkamera.

STUDIECIRKLAR

SKAPA RADIO Falköping
Här får du, i närradions lokaler, prova på att göra radio- välja musik, mixa ljud och sända program. Torsdagar kl. 18, 9 studietimmar, 3 ggr, 400 kr.

VÅRA TRADITIONER Skövde
Välkommen till träffar där vi pratar om betydelsen bakom olika traditioner, seder och kulturarv. Start 6/10 kl. 10, 5 ggr, 10 studietimmar, 150 kr.

STRESSHANTERING Tidaholm
Vad händer i kroppen och hur kan vi påverka med mental träning & medveten andning. Tisdagar udda veckor kl. 18, 5 ggr, 15 studietimmar, 790 kr.

BERÄTTA EN HISTORIA Falköping
Skriv ditt liv! En inspirerande och stödjande cirkel för alla som vill utforska sitt liv genom att skriva. Onsdagar kl. 18, 5 ggr, 10 studietimmar, 100 kr.

JÄGARSKOLAN Tidaholm
Godkänd jägarexamen krävs för att få inneha jaktvapen och omfattar både teoretiska och praktiska prov. Start 14/10 kl. 18. 15 ggr, 45 studietimmar. 3500 kr inklusive kurslitteratur.

OLJEMÅLNING Mariestad
En cirkel för dig som redan har viss erfarenhet och vill komma vidare.
Dagtid: start 7/10 5 ggr, 15 studietimmar, 650 kr.
Kvällstid: Måndagar varannan vecka, start 14/9, 5 ggr, 15 studietimmar, 650 kr. Onsdagar varje vecka start 16/9, 10 ggr, 30 studietimmar, 850 kr.



BÅTKÖRKORT Mariestad och Sjötorp
Grundläggande navigering och sjösäkerhet. Kursen ger grundläggande kunskaper för ett säkert och ansvarsfullt båtliv. Mer info: ABF Mariestad, 0510-150 70.

VHF/SRC Mariestad och Sjötorp
Marin radiokommunikation för fritidsbåtsförare. Mer info: ABF Mariestad, 0510-150 70.

TRÄHANTVERK Lidköping
Under ledning av en erfaren trähantverkare får du möjlighet att utveckla dina kunskaper i träslöjd. 5 ggr, 15 studietimmar. 1400 kr.

MINIATYRER Götene
Renovera dockskåp eller skapa inredning, dockor och andra miniatyrföremål.



MUSIK

ALLSÅNGSKÖREN MED ANDERS Skövde

För dig som tycker om att sjunga utan krav på stämsång. Inga förkunskaper krävs. Start 14/9, kl. 18-20. Träffarna sker var tredje vecka, 5 ggr, 300 kr.

BADRUMSKÖREN MED SÖREN Tidaholm

Sjung tillsammans, ha roligt och må bra. Start 3/9, jämna veckor, kl. 18, 24 studietimmar 300 kr/termin.

FÅ KOLL PÅ DIN GITARR Tidaholm

Lär dig grunderna i gitarrspel i en studiecirkel anpassad efter dina förkunskaper. Vi går igenom hur du sköter din gitarr och spelar dina första ackord. Start 3/9 kl. 14, 8 studietimmar, 5 ggr, 300 kr. Ta med egen gitarr.

**SÅNGGLÄDJE PÅ TURNÉ** Skaraborg

Anders & Agneta besöker Nossebro 1/9, Hjo 15/10, Skövde 27/10, och Mariestad 28/10 med sin allsång. 50 kr inklusive fika. I samarbete med SENS och VGR.

FUNKISKÖREN Lidköping

En kör för alla åldrar och funktionsvariationer, oavsett om du aldrig sjungit tidigare eller har god vana av körsång är du hjärtligt välkommen. 13 ggr, start v. 37, onsdagar kl. 16.30-18. Plats: Bifrost.

KONTAKT

ESSUNGA 073-518 73 02	HJO 072-301 26 32	SKÖVDE 0500-41 05 55
FALKÖPING 0515-171 45	KARLSBORG 073-518 73 05	TIBRO 072-301 26 32
GRÄSTORP 073-518 73 02	LIDKÖPING 0510-213 07	TIDAHOLM 073-518 73 02
GULLSPÅNG 0501-150 70	MARIESTAD 0501-150 70	TÖREBODA 0501-150 70
GÖTENE 0510-213 07	SKARA 073-518 73 01	VARA 076-106 32 26

HANTVERK



KRANSBINDNING Lidköping, Vara, Skara, Falköping
Skapa en vacker krans. Halmstomme, blomstertråd, granris och fika ingår. Övrigt material tar du med själv. 1 träff, 4 studietimmar, 300 kr.

KALLIGRAFI Lidköping, Skara, Falköping-Essunga
Lär dig vackra skrivstilar och skapa personliga kort, presentetiketter m.m. 1 träff, 3 studietimmar. 200 kr inkl. 1 kalligrafipenna och fika.

WORKSHOP KALLIGRAFI Falköping
11/10 kl. 13, 3 studietimmar, 200 kr inkl. 1 dubbel kalligrafipenna och fika.

AKVARELLMÅLNING MED LINDA

Lär dig olika tekniker och färglära. 5 ggr, 15 studietimmar, 750 kr.

Falköping: Grund, start 9/10 kl. 17.30

Fortsättning (steg 1) start 7/9 kl. 17.30

Fortsättning (steg 2) start 10/9, kl. 13.00

Skövde: Grund start 16/9 kl. 17.30

Fortsättning (steg 1) start 16/9 kl. 14.30

Tidaholm: Grund, start 20/10 kl. 17.30

Fortsättning (steg 3) start 8/9 kl. 17.30

MÖTESPLATS SÖMNAD Tidaholm

Ta med egen symaskin (ev. finns någon att låna) och material. Andra onsdagen i varje månad kl. 14 med start den 19/8, 6 ggr. Gratis.

SÖMNAD KLÄDER MED ELIN Falköping

Lär dig sy ett par byxor en klänning eller kjol från grunden med handledning av skraddare Elin från skradderi Margurite.

Byxor: start 6/10 kl. 13-17, ojämn vecka

Klänning: start 13/10 kl. 13-17, jämn vecka

Plats: Tiarp-stugan i Falköping. 2250 kr/kurs, 4 ggr. Mönsterpapper & detaljsömnads material ingår.

MÖNSTERKONSTRUKTION MED ELIN FALKÖPING

Grunderna i mönsterkonstruktion och lättare förändringar för dig som har sytt en del och nu vill göra dina plagg mer personliga. Elin utgår ifrån Inger Öbergs mönsterkonstruktionsbok. 7-8/11 kl. 14-16. 650 kr, 2 ggr.

TRÄSLÖJD Mariestad

Tillsammans med Mariestads folkdansgille. Start 14/9, kl. 18-21. Mer info: Mats Fjellman 073-020 51 90.

DATA

DIN DIGITALA VARDAG Töreboda & Mariestad
Här får du hjälp med allt från datorer och teknikstrul till smarta mobiltips, appar och digitala lösningar som förenklar vardagen.

Töreboda måndagar, start 31/8 kl. 10-13, 3 ggr.

Mariestad torsdagar, start 3/9 kl. 10-13, 3 ggr.

ÖVRIGT

FÖRENINGSKUNSKAP Skaraborg

Vi går igenom de olika rollerna som finns i en förening och en styrelse och vad som förväntas av den. För våra medlemsorganisationer samt nya föreningar som samverkar med ABF bjuder vi på avgiften.

JULBAK I JÄLA Falköping

Baka i vedeldad ugn i mysig lantmiljö hos Jäla häst & skog. Ta med nybakt bröd, lussebullar och småkakor hem. Lördag 28/11 kl. 10, 5 studietimmar, 525 kr, fika ingår.

BAKA BRÖD I VEDELDA UGN Stenstorp

Vi samlas i kulturhistorisk miljö på Stenstorps hembygdsgård. Fika, ingredienser samt 4 brödkakor att ta med hem ingår. 4/10 eller 31/10 kl. 13-17, 300 kr.

LINEDANCE Skövde

I samarbete med Skövde Linedancers lär du dig dansa linedance, det krävs ingen danspartner för att delta. Start den 17/9 eller 22/9. 500 kr/termin. För mer info: 070-282 41 95.

ZUMBA Skövde

Baseras på latinamerikanska danser. Inga förkunskaper. Start 24/8 kl. 18-19, 10 träffar, 550 kr.

BAKA JULGODIS Skövde

Ta med ditt favoritrecept och ingredienser, tillsammans bevarar vi gamla som nya godistraditioner. 12/12 kl. 10-15, gratis.

LÄR DIG DANS Mariestad

Bugg Start: 6/9 kl. 14-16, 5 ggr, 500 kr

Gammaldans Start: 6/9 kl. 17-19, 5 ggr, 500 kr

DANS OCH MUSIK Mariestad

Tillsammans med Mariestads folkdansgille.

Start: 10/9, kl. 19-21.15.

Mer info: Mats Fjellman 073-020 51 90.

SLÄKTFORSKNING Mariestad

Följ familjens spår genom generationer. Vi guidar dig i verktyg, arkiv och metoder. Start 30/9, 10 ggr, 800 kr samt materialavgift 495 kr.

SPRÅK

**ITALIENSKA** Falköping

Lär dig första och göra dig förstådd med vardagsitalienska. 6 ggr, 18 studietimmar, 950 kr.

Nybörjare: start 26/10 kl. 17.30

Fortsättning: start 21/10 kl. 17.30

SPANSKA Falköping

Nybörjare, start 7/9 kl. 18, 6 ggr, 15 studietimmar, 700 kr.

ITALIENSKA Skara

Lär dig mer italienska genom att öva på att läsa, förstå så väl tal och prata. Vi lär oss även en del om italiensk kultur. 6 ggr med start 6/10, 13-14.30, 1000 kr.

