



ABF BLEKINGE
Studieprogram
höstterminen 2026

KARLSHAMN - KARLSKRONA - OLOFSTRÖM - RONNEBY - SÖLVESBORG

ABF Blekinge

ABF Blekinge har kontor i Blekinges alla kommuner. Vi arbetar med allt från studiecirklar och kulturarrangemang till administration och ekonomi. Hör av dig till oss så berättar vi mer om vad vi kan erbjuda.

KONTAKTUPPGIFTER OCH ÖPPETTIDER

Växelnummer: 0457-170 90

Vi har numera ett gemensamt växelnummer för ABF Blekinge.

Vår telefonväxel är öppen måndag till torsdag klockan 9-16.

Ronneby (Huvudkontor)

Besöksadress: Kungsgatan 2

Öppettider: måndag - torsdag kl. 9-16

Karlshamn

Besöksadress: Kungsgatan 32

Öppettider: måndag - torsdag kl 9-16

Olofström

Besöksadress: Östra Storgatan 24

Öppettider: måndag - torsdag kl 9-16

Karlskrona

Besöksadress: Östra Köpmansgatan 36

Öppettider: måndag - torsdag kl. 9-16

Sölvesborg

Besöksadress: Bancks väg 6

Öppettider: måndag och onsdag kl 9-16

E-post: info.blekinge@abf.se

Hemsida: www.abf.se/blekinge

Vad är en studiecirkel?

Upptäck världen tillsammans i en studiecirkel! Här samlas en mindre grupp deltagare med gemensamma intressen för att lära sig något nytt, utvecklas och inspireras av varandra.

En studiecirkel är en form av lärande där alla bidrar. Tillsammans med en cirkelledare utforskar ni ett ämne, delar erfarenheter och bygger kunskap i dialog. Det kan handla om allt från att utveckla dina språkkunskaper eller lära dig spela gitarr till att fördjupa dig i samhällsfrågor eller lokal krisberedskap.

Lärandet sker steg för steg och i din egen takt, med stöd av gruppen och ledaren. Varje träff blir en gemensam resa mot ökad förståelse, nya färdigheter och personlig utveckling. Samtidigt skapas gemenskap och engagemang genom att ni lär tillsammans.

Var och hur?

Studiecirkeln kan hållas i ett studierum, digitalt eller som en kombination av båda.

Formen anpassas efter deltagarnas behov – det viktiga är viljan att lära och dela kunskap.

Det finns olika typer av studiecirklar, till exempel kamratcirklar, föreningscirklar och öppna cirklar inom programverksamheten. Oavsett form är målet detsamma: att tillsammans utveckla kunskap och engagemang.

Vill du starta en egen studiecirkel eller delta i en befintlig?

Välkommen att kontakta oss – vi hjälper dig att komma igång!



Bra att veta inför din anmälan

Det är viktigt att du känner till villkoren när du ska delta i en verksamhet hos oss. Läs igenom detta så lovar vi att du kommer få koll på allt eller det mesta.

Anmälan: Anmäl dig via vår hemsida, telefon eller besök. Anmälan är bindande då ett startdatum finns. Om inget startdatum finns vid anmälan, ses din anmälan som intresseanmälan. Vi kommer att kontakta dig när startdatum finns och fråga om du fortfarande är intresserad och vill behålla din plats.

Avbokning: Du har rätt att avboka cirkeln tre dagar före cirkelstart. Om du avanmäler dig senare än tre dagar före cirkelstart debiteras du en avgift motsvarande halva deltagaravgiften. Vid avbokning när cirkeln redan har startat är du skyldig att betala full avgift. 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.

Cirkelstart: Cirklarna startar så snart vi har åtta anmälda deltagare om inget annat anges.

Studietimme: En studietimme är 45 minuter.

Delbetalning: Önskar du dela upp din betalning av deltagaravgiften? Meddela oss detta när du anmäler dig så lägger vi upp det så det passar dig.

Rabatt: Är du medlem i något LO-fack är det möjligt att du får rabatt på deltagaravgiften. Tag kontakt med din fackliga organisation, det kan löna sig. Är du medlem i någon funktionshinderorganisation eller pensionärsförening och vill vara med i studieverksamhet? Kontakta din förening.

Studie- och arbetsmaterial: Kostnaden för litteratur och material ingår ej i deltagaravgiften.

Olycksfallsförsäkring: Som deltagare är du försäkrad för olycksfall under studietiden, samt under färd till och från studiecirkeln.

Personnummer: Personnummer är en obligatorisk uppgift för vår rapportering till Folkbildningsrådet. Vi måste därför ha personnummer på alla som deltar i vår verksamhet.



Akvarell, akryl eller olja

Vill du utforska och utveckla din kreativitet inom måleri och teckning? Då är våra studiecirklar något för dig!

I våra cirklar får du möjlighet att utveckla ditt bildseende, ditt skapande och din personliga stil. Här finns också utrymme att diskutera, utbyta idéer och inspireras av andra deltagare.

Vi erbjuder kurser i flera olika material och tekniker, både för nybörjare och för dig som har tidigare erfarenhet. Under ledning av kunniga cirkelledare och etablerade konstnärer får du steg för steg lära dig mer om material, metoder och uttryck.

Besök vår hemsida eller kontakta oss för mer information om våra aktuella cirklar.



Foto: Canva

Figurativt måleri - olja och akryl i Karlshamn

10 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 1.310 kronor

Experimentera med akryl i Karlshamn

10 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 1.680 kronor

Akvarell nybörjare i Karlskrona

10 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 1.360 kronor

Akvarell fortsättning i Karlskrona

10 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 1.360 kronor

Akvarell grundkurs i Sölvesborg

5 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 785 kronor

Akvarell fortsättning i Sölvesborg

5 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 785 kronor

Abstrakt akryl i Olofström

4 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 685 kronor

Vävning på Hasslö

Välkommen till vävningens värld - en resa i färg, form och tradition.

Att väva är mer än bara att skapa tyg - det är att förena händer, hjärta och historia. I denna studiecirkel får du möjlighet att upptäcka vävningens magi, oavsett om du är nybörjare eller har tidigare erfarenhet.

Tillsammans utforskar vi tekniker, material och mönster, men också den ro och kreativitet som vävningen kan ge.

Denna cirkel hålls på Hasslö
12 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 1.250 kronor



Foto: Pixabay

Skapa med återbruk - Vintertema



Foto: Inger Lövgren

Denna cirkel hålls i Sölvesborg
21 november, klockan 10-14
Deltagaravgift: 295 kronor
Fika ingår

Unna dig en härlig lördag med likasinnade, där ni tillsammans inspirerar varandra.

En kurs där Du får använda din fantasi och kreativitet! Vi lär oss tillverka och designa saker såsom kransar, originella ljusstakar och unika blickfång som passar fint i adventstider.

Du får gärna ta med eget material - annars finns det mycket att tillgå till självkostnadspris.

Exempel på saker att ta med: ljuskronor, lampskärmar, porslin, koppar och fat. Bara din fantasi sätter gränser!

Inger Lövgren inspirerar och hjälper dig genom kursen med både det praktiska och uppfinningsrikedom.



Keramik

Keramik är konsten att forma jord till något bestående – en kopp, en skål, en skulptur eller kanske ett uttryck för en känsla. I våra studiecirklar får du utforska detta tidlösa hantverk i en kreativ och tillåtande miljö.

Här lär du dig grunderna i keramikens värld: att knåda, dreja, kavla, bygga och glasera. Vi arbetar med flera olika tekniker, till exempel:

- Kavling och ringling – handbyggda metoder som ger stor frihet i form och uttryck
- Skulpturalt arbete – att skapa fritt i lera, från små figurer till större konstverk
- Drejning – att forma lera på drejskiva, en både meditativ och tekniskt utmanande process
- Glasering och bränning – hur du ger dina alster färg, yta och hållbarhet

Våra nybörjarcirklar vänder sig till dig som inte tidigare har arbetat med keramik och vill lära dig grunderna. Innehållet kan variera beroende på ort och cirkelns längd, och kurserna ges kvällstid.

Våra fortsättningscirklar riktar sig till dig som har gått en eller två terminer och vill utveckla dina kunskaper vidare. Dessa erbjuds både dag- och kvällstid.



Keramik för nybörjare i Karlskrona

10 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 2.050 kronor
Anmälan öppnar den 19 augusti

Keramik för nybörjare i Olofström

5 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 995 kronor

Keramik fortsättning i Olofström

10 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 2.085 kronor

Keramik fortsättning i Ronneby

10 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 1.940 kronor
Anmälan öppnar den 12 augusti

Keramik fortsättning i Karlskrona

10 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 2.050 kronor
Anmälan öppnar den 19 augusti

Keramik grund i Olofström

5 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 995 kronor

Keramik för nybörjare i Ronneby

6 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 1.110 kronor
Anmälan öppnar den 12 augusti

Skapa glad konst av drivved

En cirkel för dig som vill använda din fantasi och kreativitet! Här får du lära dig hur du skapar dekorativa och personliga blickfång av drivved till trädgården, uteplatsen eller balkongen.

Under kursen utvecklar du kunskap om materialet drivved och lär dig olika tekniker för att forma och sätta samman dina alster. Du får prova att skapa exempelvis skulpturer, kransar och mobiler – där bara fantasin sätter gränser.

Med vägledning av Kristina Rådén får du inspiration, praktiska tips och möjlighet att utveckla både ditt skapande och ditt eget uttryck.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Sölvesborg
23 augusti, klockan 10-14
Deltagaravgift: 295 kronor
Fika ingår

Lär dig binda din egen adventskrans



Foto: Canva

Lär dig att binda din egen adventskrans med material från naturen. Under kursen får du steg för steg kunskap om tekniker, materialval och hur du bygger upp en hållbar och vacker krans.

Du utvecklar din känsla för form, färg och design samtidigt som du skapar en personlig dekoration. Du väljer själv uttryck och stil, men får vägledning genom hela processen.

Den idérika och kreativa ledaren Krystyna Antkiewicz inspirerar dig och delar med sig av sina kunskaper för att du ska lyckas med ditt eget skapande.

Denna cirkel finns i Olofström och Sölvesborg
Sölvesborg 25 november, klockan 18-21
Olofström 26 november, klockan 18-21
Deltagaravgift: 295 kronor
Fika ingår

Formgivning i Betong

Betong är ett spännande och mångsidigt material som ger oändliga möjligheter till skapande. Du kan forma allt från blomkrukor, prydnadsföremål och fågelbad till vedkorgar, sittbänkar, solur och dekorativa plattor för trädgården.

I denna studiecirkel får du lära dig grunderna i att gjuta mindre prydnads- och trädgårdsdekorationer. Vi går igenom tekniker, material och enkla metoder som hjälper dig att lyckas med dina egna projekt.

Våga prova – här finns stora möjligheter att skapa något unikt!



Denna cirkel hålls i Ronneby
3 * 4 studietimmar
Deltagaravgift: 750 kronor
Kostnaden för material ingår.

Decoupage



Denna cirkel finns i Olofström
och Sölvesborg
3 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 495 kronor

Ge dina saker ett nytt uttryck med hjälp av decoupage! En bricka kan få ett helt nytt mönster, en kökspall kan piffas upp och glasburkar kan förvandlas till dekorativa blickfång.

Med enkla material som servetter, lim, färg och lack lär du dig steg för steg hur du bygger upp motiv, kombinerar färger och skapar hållbara ytor. Du får utveckla både din teknik och din kreativitet, samtidigt som du skapar personliga föremål till ditt hem.

Den idérika och kreativa ledaren Krystyna Antkiewicz guidar dig i tekniken och inspirerar dig att prova egna idéer och uttryck.



Lär dig sticka från grunden och vidare



Foto: Canva

Kursen vänder sig till dig som vill lära dig sticka helt från grunden, men också till dig som kan grunderna och vill ha stöd och handledning för att komma vidare i ditt stickande. Genom praktiskt lärande får du utveckla din känsla för garn, material och teknik samt förstå hur olika garn beter sig och används.

Lärandet sker genom att du provar olika sticktekniker och arbetar både med övningar och eget projekt. Vi tränar bland annat på räta och aviga maskor, resår och mosstickning, intag och avmaskning samt på att läsa och förstå mönsterbeskrivningar. Kursen ger dig kunskap och självförtroende att fortsätta sticka på egen hand.

Inför studiecirkeln hålls en prova-på-workshop i stickning, där du får en introduktion till material, verktyg och grundläggande moment. Workshopen ger en gemensam start och skapar goda förutsättningar för fortsatt lärande under cirkeln.

Ledare för kursen är Eva Sandor Jönsson, en kreativ och inspirerande kursledare med ett stort intresse för skapande i olika material och former.

Denna cirkel hålls i Olofström

Start: 27 september, kl. 13-16

5 * 4 studietimmar

Deltagaravgift: 825 kronor

Prova-på-workshop

Söndag 13 september, kl. 11-15

Plats: Konsthändigts lokaler

Kostnadsfritt, men anmälan krävs



Lär dig virka din egen väska

Foto: Canva



Den här studiecirkeln passar dig som vill lära dig virka från grunden och för dig som vill utveckla dina kunskaper vidare. Du får steg för steg lära dig hur du väljer rätt virknål och garn utifrån ditt mönster och ditt projekt.

Under cirkeln lär du dig att läsa och förstå virkmönster och tränar på olika tekniker som du sedan använder i ditt eget arbete. Målet är att varje deltagare ska arbeta med ett personligt projekt, till exempel en väska eller liknande, som färdigställs under kursens gång.

Inför studiecirkeln genomförs en workshop där du får prova på att virka, bekanta dig med olika mönster och lära dig mer om virknålar och garner. Workshopen ger dig en bra grund och inspiration inför det fortsatta lärandet.

Denna cirkel hålls i Olofström
Start: 29 september, kl. 18-20.15
5 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 675 kronor

Prova-på-workshop
Lördag 12 september, kl. 11-15
Plats: Konsthändigts lokaler
Kostnadsfritt, men anmälan krävs

Konsthändigt i Olofström

Föreningen utövar skapande och har utställningar inom konst och hantverk. Det finns cirklar i akryl, keramik, virkning och stickning.

Läs mer på deras hemsida: konsthandigt.konstforeningar.se



Skapa din berättelse

Alla har vi något vi vill berätta – en hisnande släkthistoria, en spännande deckare eller dråpliga anekdoter som väntar på att skrivas ner och delas med andra.

I den här skrivarcirkeln får du steg för steg utveckla ditt skrivande genom praktiska övningar och gemensamma diskussioner. Du lär dig hur noveller är uppbyggda, hur du skapar struktur, karaktärer och driv i din berättelse samt hur du hittar ditt eget språk och uttryck.

Vi kombinerar skrivövningar på plats med hemuppgifter och analyser av noveller. Tillsammans inspireras vi av varandra och utvecklar vår förmåga att ge och ta respons. Cirkeln avslutas med att deltagarnas egna noveller sammanställs och presenteras, till exempel i form av en gemensam utställning.

Kursen vänder sig till dig som är nybörjare och vill komma igång med ditt skrivande i en kreativ och tillåtande miljö.

Ta gärna med egen dator eller surfplatta om du vill skriva digitalt – annars finns papper och penna på plats.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Karlshamn

6 * 3 studietimmar

Deltagaravgift från: 790 kronor

Bokcirkel - dela upplevelsen tillsammans

Att läsa en bok är en upplevelse i sig – men att dela den med andra gör den ännu rikare. I en bokcirkel får du möjlighet att fördjupa din läsning, upptäcka nya perspektiv och diskutera tankar och känslor tillsammans med andra.

Genom samtal om karaktärer, handling och teman utvecklar du din förståelse för litteratur och tränar din förmåga att uttrycka dina egna åsikter. Du får också ta del av andras tolkningar och upptäcka sådant du kanske själv inte tänkt på.

En bokcirkel är lika mycket lärande som gemenskap. Det är ett avslappnat och inspirerande sätt att läsa mer – och kanske även hitta nya favoriter. Vill du delta i en bokcirkel, starta en egen tillsammans med vänner eller leda en cirkel?

Kontakta ABF så hjälper vi dig att komma igång eller hitta en grupp som passar dig.



Foto: Canva

Iphone och Ipad för nybörjare

Har du skaffat en iPhone eller en iPad men känner dig osäker på hur du använder den? Möjligheterna är många – du kan till exempel läsa nyheter, lyssna på ljudböcker och betala räkningar.

I den här studiecirkeln får du lära dig grunderna i hur din telefon eller surfplatta fungerar. Vi går igenom de viktigaste funktionerna och du får steg för steg träna på att använda appar, navigera i systemet och hantera vardagliga digitala tjänster. Målet är att du ska känna dig tryggare och våga använda din enhet mer självständigt.

Du tar med din egen iPhone eller iPad till cirkeln, och vi utgår från deltagarnas förkunskaper, frågor och behov. Lärandet sker i dialog, där vi hjälps åt och inspireras av varandra i en liten grupp.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls på dagtid i Karlskrona
4 * 3 studietimmar
Deltagaravgift från: 660kronor

Android och surfplatta för nybörjare



Foto: Canva

Har du en Androidtelefon eller surfplatta som du känner dig osäker på hur du använder? Möjligheterna är många – du kan till exempel läsa nyheter, lyssna på ljudböcker och betala räkningar.

I den här studiecirkeln får du lära dig grunderna i hur din enhet fungerar. Vi går igenom de viktigaste funktionerna och du får steg för steg träna på att använda appar, navigera i systemet och hantera vardagliga digitala tjänster. Målet är att du ska känna dig tryggare och våga använda din enhet mer självständigt.

Du tar med din egen Androidtelefon eller surfplatta till cirkeln, och vi utgår från deltagarnas förkunskaper, frågor och behov. Lärandet sker i dialog, där vi hjälps åt och inspireras av varandra i en liten grupp.

Denna cirkel hålls på dagtid i Karlskrona
4 * 3 studietimmar
Deltagaravgift från: 660kronor

Seniordata nybörjare på dagtid



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Karlskrona
5 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 825 kronor

Är du senior och har precis skaffat en laptop, eller kanske fått en som du ännu inte riktigt vet hur du ska använda? Då är den här studiecirkeln perfekt för dig!

Här får du i lugn takt lära dig grunderna i hur en dator fungerar. Vi går igenom hur du navigerar i systemet, hanterar program och använder de viktigaste funktionerna i din egen dator. Du får också möjlighet att utveckla dina digitala kunskaper utifrån dina egna behov – oavsett om det handlar om att surfa på internet, hantera bilder eller använda appar.

Cirkeln riktar sig till dig som är nybörjare och vill känna dig tryggare i den digitala vardagen, med stöd och vägledning hela vägen.

Obs! För att delta behöver du ha en egen laptop med minst Windows 11 installerat.



**Bli cirkelledare hos
ABF Blekinge!**

Är du nyfiken, pedagogisk och vill dela med dig av dina kunskaper i ett ämne du brinner för?

Vi är ständigt intresserade av att utveckla vårt studieutbud till allmänheten i Blekinge!

Skicka in en intresseanmälan med en kort presentation av dig och dina erfarenheter i det ämne du vill lära ut.

Besök vår hemsida för att läsa mer om uppdraget: abf.se/blekinge

Collage: Pusching Buttons

Ukulele för nybörjare

Gillar du att musicera och sjunga? Då är ukulele ett perfekt instrument att börja med!

Ukulelen tillhör gitarrfamiljen men är enklare att lära sig spela än en vanlig gitarr, eftersom den har fyra strängar. Den är liten, lätt att ta med sig och passar utmärkt för glada, rytmiska och medryckande melodier. Att spela i grupp gör det både roligare och lärorikt – här inspireras ni av varandra.

Under cirkeln får du lära dig grunderna i ukulelespel, såsom enkla ackord och komp. Du tränar på att spela kända melodier och utvecklar steg för steg din teknik och musikalitet. Efter hand bygger vi vidare med fler ackord och låtar utifrån gruppens önskemål.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Karlshamn
10 * 2 studietimmar
Deltagaravgift: 880 kronor
Medtag eget instrument

Kompa på gitarr fortsättning



Foto: Canva

Dessa cirklar hålls i Karlskrona.
10 * 2 studietimmar
Deltagaravgift från: 910 kronor
Medtag eget instrument

Vill du ta ditt gitarrspel till nästa nivå och hitta ett bättre flyt i ditt komp? Då är den här cirkeln för dig!

Här får du bygga vidare på dina grundkunskaper och utveckla ditt spel med nya ackord, rytmer och kompstilar. Du fördjupar din känsla för timing och samspel, och blir tryggare i att ackompanjera sång och spela tillsammans med andra.

Vi spelar låtar i olika stilar och arbetar med uttryck, dynamik och musikalitet – alltid med glädje och spelkänsla i fokus. Att musicera i grupp ger både inspiration och energi, och du får möjlighet att lära av både ledaren och varandra.

Kursen passar dig som redan kan grunderna i gitarr och vill fortsätta utvecklas i en kreativ och uppmuntrande miljö.

Körsång

Körsång är en stor folkrörelse. Känn gemenskapen och utveckla din sångtalang i någon av våra körer.

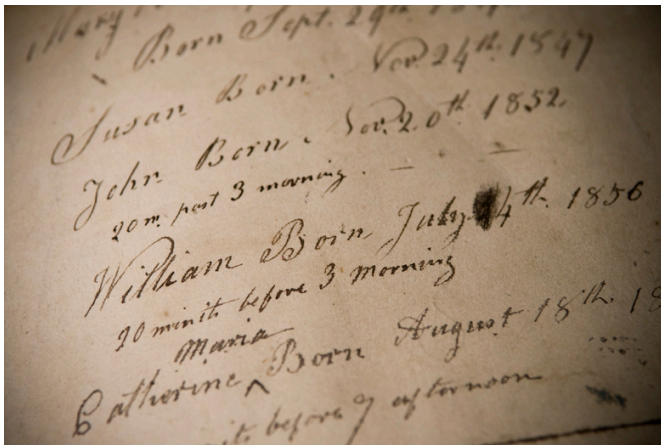
- ABF-kören i Karlshamn
- Coeur Madame i Karlskona
- Coeur Monsieur i Karlskrona
- Tonsättarna i Olofström



Foto: Emmelie Otterbeck

HISTORIA, SLÄKTFORSKNING

Släktforskning



Denna cirkel finns i Karlshamn, Karlskrona och Ronneby

10 * 3 studietimmar

Deltagaravgift från: 1.280 kronor

Abonnemangsavgift för ArkivDigital tillkommer.

Har du någonsin funderat över historien bakom ditt efternamn eller människorna som gått före dig? Släktforskning öppnar dörren till dina förfäders värld och tar dig med på en fascinerande resa genom tid och livsöden.

Den här studiecirkeln passar både dig som är nybörjare och dig som redan har erfarenhet av släktforskning. Du får möjlighet att utveckla dina kunskaper i din egen takt – från att komma igång med de första stegen till att fördjupa din forskning.

Under cirkeln lär du dig att söka, tolka och sammanställa historiska uppgifter med hjälp av digitala verktyg och arkiv. Vi arbetar med programmet Arkiv Digital och går igenom hur du hittar information i kyrkböcker och andra källor, samt hur du följer släktled bakåt i tiden.

Du får både kunskap, stöd och inspiration att utforska din egen familjehistoria – och upptäcka berättelserna som väntar på att bli funna.

För att delta behöver du ha viss vana av att arbeta med dator.



Förarintyg i båtnavigation

Förarintyg, även kallat förarbevis eller båtkörkort, ger dig en grundläggande förståelse för att framföra fritidsbåt inomskärs.

I denna kurs får du steg för steg lära dig att läsa och navigera med sjökort, ta ut kurser samt förstå de lagar, regler och det sjövätt som krävs för ett säkert båtliv. Du utvecklar också kunskap om sjösäkerhet och hur du agerar tryggt på vattnet.

Förarintyget är i många fall ett krav för att hyra båt utomlands och förväntas bli obligatoriskt även i Sverige.

Efter avslutad studiecirkel har du de kunskaper du behöver för att avlägga prov för förarintyg.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Karlskrona
12 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 1.630 kronor
Avgift för provet tillkommer

Kustskeppare



Foto: Canva

Vill du ta nästa steg i ditt båtliv? I denna studiecirkel för kustskepparintyg får du fördjupade kunskaper i navigation och sjömanskap.

Du utvecklar dina färdigheter i att planera och genomföra säkra färder, läsa och tolka sjökort på en mer avancerad nivå samt förstå regler, ansvar och säkerhet till sjöss. Kursen ger dig en stabil grund för att hantera större fritidsbåtar med trygghet och kunskap.

Kustskepparintyget, tidigare kallat skepparexamen, är en naturlig fortsättning på förarintyget och krävs för att framföra fritidsfartyg som är större än 12 x 4 meter.

Efter avslutad studiecirkel har du de kunskaper du behöver för att avlägga prov för kustskepparintyg.

Denna cirkel hålls i Karlskrona
12 * 3 studietimmar
Deltagaravgift: 1.630 kronor
Avgift för provet tillkommer

Jägarskolan

Intresset för jakt är stort i Sverige, där jakt och viltvård är en viktig och naturlig del av naturvården. Jakt handlar om ett ansvarsfullt och långsiktigt nyttjande av en förnybar naturresurs – viltet.

I denna studiecirkel får du steg för steg de kunskaper som krävs för att ta jägarexamen. Du lär dig om viltarter, jaktformer, lagstiftning, etik och säker vapenhantering. Du utvecklar också din förståelse för viltvård och samspelet i naturen.

Cirkeln inleds med teoridelen under hösten, där du bygger en stabil kunskapsgrund. Under våren fortsätter utbildningen med praktiska moment och skjutträning, där du får omsätta dina kunskaper i praktiken.

Målet är att du efter avslutad kurs ska ha de kunskaper och färdigheter som krävs för att avlägga proven för jägarexamen.



Foto: Canva

Denna cirkel finns i Karlshamn och Sölvesborg

20 * 3 studietimmar

Deltagaravgift från: 3.100 kronor

Avgift för proven samt studiematerial tillkommer.

Viltspår för nybörjare



Foto: Canva

Denna cirkel genomförs till största delen utomhus i skogarna runt Karlshamn

5 * 3 studietimmar

Deltagaravgift: 800 kronor

Att lägga viltspår är ett av de mest naturliga och effektiva sätten att aktivera sin hund. Hundens fantastiska luktsinne är dess viktigaste redskap – något den delar med sina vilda släktingar som använder nosen för att spåra sin föda.

I den här studiecirkeln får du lära dig hur du på ett tryggt och metodiskt sätt tränar din hund i viltspår. Du utvecklar din förståelse för hundens beteende och lär dig lägga spår, läsa din hunds signaler och anpassa svårighetsgraden efter hand.

Viltspår är en aktiveringsform som stimulerar hundens hjärna och ger både mental träning och glädje. Tillsammans tränar du och din hund på att följa spår i skog och mark och bygger upp ett samspel som stärker er relation.

Kom igång med din trädgård

Lär dig att skapa rum i din trädgård med hjälp av växter och få en blommande och prunkande miljö under stora delar av året.

I denna studiecirkel får du kunskap om hur du planerar och komponerar rabatter för att skapa variation i färg, form och blomning över säsongerna. Du lär dig vilka växter som passar tillsammans och hur du kan få något att blomma från tidig vår till sen höst.

Vi går igenom grunderna i trädgårdsskötsel – från att planera och planera till att vårda och utveckla din trädgård. Du får också lära dig om odlingens kretslopp: att så, sköta och skörda, samt hur du skapar goda förutsättningar för blommor, frukt, grönsaker och örter att trivas tillsammans.

Studiecirkeln är teoretisk och utgår delvis från gruppens önskemål, med studiematerialet som grund. Du får inspiration, vägledning och praktiska tips för att utvecklas vidare och låta dina gröna fingrar arbeta året runt.



Foto: Canva

Denna cirkel hålls i Karlskrona
6 * 2 studietimmar
Deltagaravgift: 545 kronor

STUDERA MED DIN FÖRENING

I det här studieprogrammet hittar du verksamhet som riktar sig till allmänheten. Vi anordnar också studier i samarbete med våra medlems- och samverkansorganisationer.

Det kan handla om fackliga studier, föreningskunskap eller politiska utbildningar. Bland våra medlemsorganisationer finns bland andra LO, Socialdemokraterna, PRO, Kommunalpensionärerna, Hyresgästföreningen samt flera organisationer för personer med funktionsnedsättning och utrikesfödda. Du hittar hela listan på www.abf.se.

Att mötas, studera och utvecklas tillsammans är viktigt för både stora och små föreningar. Har du en idé eller vill starta en studiecirkel? Hör gärna av dig till oss!



Foto: iStock

Hemberedskap - om krisen kommer

Vi lever i ett tryggt men samtidigt sårbart samhälle där vi ofta är beroende av att el, vatten, värme och andra viktiga funktioner fungerar. Mycket sker så automatiskt att vi sällan reflekterar över det – tills något inte fungerar.

I den här studiecirkeln får du kunskap om hur du kan förbereda dig för att klara en kris i vardagen. Du lär dig vad som är viktigt att tänka på om samhällsfunktioner tillfälligt slås ut, och hur du kan klara dig på egen hand i upp till en vecka i en stadsmiljö.

Tillsammans går vi igenom konkreta åtgärder för hemberedskap, såsom vattenförsörjning, mat, värme, kommunikation och trygghet.

Du får också reflektera över din egen beredskap och vad du kan utveckla för att stå bättre rustad inför en kris.

Vi utgår från foldern Hemberedskap, utgiven av Civildövsvarsförbundet och ABF, och diskuterar tips, erfarenheter och lösningar i grupp. Lärandet sker i dialog, där vi delar kunskap och inspirerar varandra.



Foto: iStock

Denna cirkel hålls i Karlskrona
3 * 3 studietimmar
Deltagaravgift från: 410 kronor

**Bli cirkelledare hos
ABF Blekinge!**

Är du nyfiken, pedagogisk och vill dela med dig av dina kunskaper i ett ämne du brinner för?

Vi är ständigt intresserade av att utveckla vårt studieutbud till allmänheten i Blekinge!

Skicka in en intresseanmälan med en kort presentation av dig och dina erfarenheter i det ämne du vill lära ut.

Besök vår hemsida för att läsa mer om uppdraget: abf.se/blekinge

Collage: Pusching Buttons

SPRÅK

Språket är nyckeln till andra kulturer – ta chansen att göra din värld större! Med ökade språkkunskaper blir det både enklare och roligare att ta del av film, litteratur och resor, oavsett om det handlar om att förstå en spanskspråkig film, läsa engelsk litteratur eller beställa mat i Frankrike.

I våra språkcirklar får du utveckla dina kunskaper steg för steg, oavsett om du är nybörjare eller vill bygga vidare på det du redan kan. Du tränar på att tala, lyssna, läsa och skriva i en trygg och tillåtande miljö, där lärandet sker i dialog och i din egen takt.

Tillsammans med andra deltagare utvecklar du ditt språk genom övningar, samtal och praktiska situationer som gör språket levande och användbart i vardagen.

Gå in på vår hemsida eller kontakta oss för mer information om våra olika språkcirklar och nivåer.



Arabiska nybörjare i Ronneby

6 * 3 studietimmar

Deltagaravgift: 770 kronor

Engelska konversation i Karlskorna

6 * 3 studietimmar

Deltagaravgift: 820 kronor

Franska fortsättning i Karlshamn

9 * 2 studietimmar

Deltagaravgift: 790 kronor

Spanska nybörjare i Karlshamn

9 * 2 studietimmar

Deltagaravgift: 790 kronor

Spanska nybörjare på distans

Datorvana krävs

9 * 2 studietimmar

Deltagaravgift: 790 kronor



Teatersmedjan

Gillar du att spela teater?

Tillsammans med Teatersmedjan erbjuder vi studiecirkel för barn, ungdomar och vuxna i Karlshamn, Olofström och Sölvesborg.

I våra teatercirkel får du utveckla din kreativitet, ditt uttryck och din scennärvaro. Du lär dig grunderna i skådespeleri, improvisation och samspel, samtidigt som du stärker din självkänsla och vågar ta plats inför andra. Genom övningar och gemensamt arbete får du utforska olika roller och berättelser i en trygg och inspirerande miljö.

Vill du veta mer?

Besök www.teatersmedjan.se



Foto: Canva

Cirkusskola i Tulseboda



Foto: Pixabay

Vill du prova något lekfullt och utmanande? Tillsammans med Tulseboda erbjuder vi cirkusskola där du får lära dig grunderna i olika cirkuskonster på ett roligt och utvecklande sätt.

Du tränar på att gå på lina, balansera på klot, jonglera, trolla och utföra enkla övningar i trapets. Under kursen utvecklar du din balans, koordination, kroppskontroll och självförtroende – samtidigt som du har roligt tillsammans med andra.

Genom övningar och gemensamt lärande får du prova olika uttryck och tekniker i en trygg och inspirerande miljö.

Vill du veta mer?

Besök www.tulseboda.se/cirkusskola

Dessa cirkel hålls i Kyrkhult
10 träffar
Deltagaravgift från: 850 kronor



**Motverket ofrivillig
ensamhet i över
100 år.**

**UTAN FOLKBILDNING
TYSTNAR SVERIGE!**



ABF BLEKINGE

Mötesplats för kunskap,

gemenskap och nya upplevelser

ABF Blekinge är en mötesplats för alla människor som söker kunskap, gemenskap och nya upplevelser. Hos oss kan du organisera dig och bilda dig tillsammans med andra engagerade.

Genom folkbildning i form av studiecirklar, kurser, föreläsningar och kulturarrangemang arbetar vi för att främja demokrati och erbjuda ett ökat utbud av kultur, bildning och mötesplatser i våra kommuner.

Vi är ditt lokala studieförbund i Karlshamn, Karlskrona, Olofström, Ronneby och Sölvesborg!

I detta studieprogram hittar du en del av våra cirklar. På vår hemsida, abf.se/blekinge, finns fler intressanta och spännande aktiviteter att ta del av.

