

Studiecirklar och föreläsningar 2025



Litteraturcirkel

"Jag vill riva upp himmel och jord" en biografi om Elise Ottesen-Jensen

Vi lyssnar på ljudbok och tar del av en fascinerande kvinnas liv och arbete.

Start: Onsdag 5/2 kl. 13.00-14.30, 6 träffar

Ledare: Monica Rosengren

Plats: SVs lokaler, Kanalgatan 41 B i Skellefteå



Röstträning

Upptäck styrkan i din röst!

Välkommen till en inspirerande kurs som hjälper dig att vårda och stärka din röst, oavsett erfarenhet. Rösten är ett kraftfullt verktyg för att uttrycka sig, kommunicera och känna sig trygg i vardagen – och det är aldrig för sent att utveckla den! OBS! Två kurser, varav en (kurs 1) är för dig som är sångare och den andra kursen (kurs 2) är till för alla.

Start: Kurs 1 startar 3 februari 6 måndagar i följd kl. 10-11.30.

Kurs 2 startar 4 februari 6 tisdagar i följd kl. 19-20.30.

Ledare: Mikael Jakobsson

Plats: Meddelas senare

Pris: 280 kr + ev. material 150 kr

Föreläsning

Nya regler för sopsortering

"Sortera Rätt – Vägen till en Hållbar Framtid"

Förbered dig inför framtiden! Från 2025 gäller nya regler för sopsortering som påverkar oss alla. Föreläsning ger dig en tydlig överblick över de nya kraven, praktiska tips för att sortera rätt och insikter om hur vi tillsammans kan skapa en mer hållbar vardag.

Katarina Bergstén, Skellefteå Kommun, berättar vad som gäller och självklart får du ställa frågor

Datum: Måndag 24/2 kl. 14.30

Plats: IOGT's lokaler

Kostnadsfritt, ingen anmälan

Kom i gång med din smarta telefon - grundkurs

Lär känna din mobiltelefon

Lär dig att skicka sms, söka information på nätet mm.

Start: Måndag 24/2 kl. 13.00-15.15. 5 träffar

Ledare: Christer Lindahl

Plats: SVs lokaler, Kanalgatan 41 B i Skellefteå

Pris: 650 kr



Matlagning för män

Upptäck glädjen i att laga klassisk husmanskost – en matlagningskurs för män som vill briljera i köket! Lär dig grunderna i svenska favoriter som tex köttbullar, raggmunk och fiskgratäng, samtidigt som du får praktiska tips och självförtroende vid spisen.

Start: 27/1 kl. 17.00-20.00, 6 måndagar i följd

Plats: Sörböleskolans hemkunskapssal

Ledare: Doris Wikberg

Pris: 1150 kr + kostnader för ingredienser



Ett foto berättar

Dyk ner i historiens magi med vår studiecirkel "Ett foto berättar"! Under fem träffar tar du med egna foton och delar med dig av minnen som de väcker. Upptäck hur bilder kan skapa samtal, gemenskap och nya perspektiv.

Anmäl dig idag och låt dina foton bli en del av en spännande resa!

Ledare: Yvonne Munter

Start: Måndag 17/2 kl. 13.00-15.15, 5 träffar

Plats: SVs lokaler, Kanalgatan 41 B Skellefteå

Kostnadsfritt



Odla på din balkong

Drömmer du om att odla egen mat – på balkongen? Gå vår inspirerande kurs i balkongodling och lär dig skapa en grön oas, oavsett utrymme! Under tre träffar får du praktiska tips om jord, växter och skörd. Perfekt för dig som vill njuta av färska kryddor, grönsaker och blommor direkt utanför dörren.

Anmäl dig idag och upptäck hur enkelt och roligt det är att odla själv!

Start: Mars/april

Plats: SVs lokaler, Kanalgatan 41 B Skellefteå

Pris: 300 kr



Allsång med Åke och brudarna

Allsång är mer än bara musik – det är gemenskap och glädje! Att sjunga tillsammans stärker banden mellan människor, minskar stress och frigör endorfiner som gör dig gladare.

Start: 19 februari därefter
följande datum:

19 mars

16 april

14 maj

Samtliga gånger kl. 13.00-15.15

Plats: Lokal meddelas senare



Samtalscafé för mor- och farföräldrar till barnbarn med NPF

(Autism, ADHD, Tourettes och språkstörning.)

I samtalsgruppen får du möjlighet att öka din kunskap om olika diagnoser, tips och tricks som kan underlätta vardagen. Du får möjlighet att träffa och dela erfarenheter med andra i liknande situationer. Vi bjuder på fika.

Start: 17 mars kl. 13-14.30. 3 träffar

Ledare: Linda Jakobsson

Plats: Svs lokaler, Kanalgatan 41 B Skellefteå

Kostnad: 100 kr för alla tre träffar

IT-café på Vuxenskolan

Under våren kommer vi att planera "IT-café träffar" på Vuxenskolan! Vi lever i en tid där tekniken ständigt utvecklas – från smarta telefoner och appar till digitala tjänster som underlättar vår vardag. Här får du en kort inblick i nyheter inom IT-världen och möjligheten att utforska hur tekniken kan göra din vardag enklare.

Efter introduktionen är det din stund. Ställ dina frågor, oavsett om det gäller att använda din dator, mobil eller surfplatta, eller om du vill lära dig mer om specifika program, sociala medier eller säkerhet online. Vi är här för att hjälpa dig i din digitala vardag!

Ingen förkunskap krävs – alla är välkomna!

Mer information kommer senare

Starta din egen studiecirkel

Om krisen eller kriget kommer

Är du redo om krisen kommer? Starta tillsammans med andra en studiecirkel baserad på boken *Om krisen eller kriget kommer*, som alla hushåll fått i brevlådan. Under inspirerande träffar diskuterar ni praktiska råd om mat, vatten, säkerhet och hur du bäst förbereder dig för oväntade händelser. Få kunskap och trygghet samtidigt som du delar tankar med andra. Studieplan finns och Vuxenskolan har lokaler som du lånar gratis.

Prata med dina vänner och bekanta, bilda en studiecirkel och bli bättre förberedd för framtiden! Kontakta SV för mer info.

Om man är en grupp på minst tre personer som har ett gemensamt intresse av ett ämne kan en kamratcirkel vara ett sätt att arbeta på. Förutsättningen för en kamratcirkel är att ledaren är en i gruppen och avstår från ett ledararvode och att cirkeln blir avgiftsfri. Detta gör att man kan komma överens med Studieförbundet Vuxenskolan om att få ersättning för andra kostnader man har i cirkeln, t ex del av hyra av en lokal, visst studiematerial eller lokalkostnaden. Ta kontakt med SV kontoret för att diskutera er idé.

Praktisk information:

Om ingen lokal anges sker studiecirkeln i SVs lokaler.

Adress: Kanalgatan 41 B
i Skellefteå

Anmälan och information:

SV Västerbotten, tel. 0910-85010

E-post: skelleftea@sv.se

Lena Våglund, 072-595 49 20

Linda Jakobsson, 072-595 49 30

SPF seniorerna Guldstadens studieombud:

Yvonne Munter, 070-636 20 69

E-post: yvonne.norrland@gmail.com

Monica Rosengren, 070-322 16 50

E-post: monnica.ro@gmail.com

