



# KURSER & KULTUR

## - VÅREN 2017 -

ABF Stockholm är Birkagårdens studieförbund.

# BIRKAGÅRDEN

# INNEHÅLL

## KULTUR!

Kulturlördag: Barnteater	3
Workshop: Duktig flicka	3
Data-lan	3
Konstvandring	3
Sy-lan	3
Öppen scen: Visans vänner	3
Konsert: Visans vänner	3
Föreläsning: Integration & kultur	4
Kulturlördag: Barnteater	4
Barnkläderloppis	4
Frukostseminarium:	
Uppförstra barn med kärlek	4
Syjunta	4
Kulturlördag: Barnteater	5
Stockholm Kulturnatt	5
Tygloppis	5
Birkadisco	5
Rosa stationer	5

## 90-MINUTER FÖR F-LEDIGA

Barnsäkerhet	6
Matstart	6
Sex	6
Kropp	6

## MERA BIRKAGÅRDEN

Övernattningslägenhet	7
Birkagårdens kafé	7
Birkagårdens förskola	7
Hyr lokal	7
Storfritids: fritidsklubb (årskurs 4-6)	7
Undomsverksamhet	7

## KURSINFO

### BARN & UNGA

Målning & teckning	9
Teaterlek 6 -7 år	9
Improvisationsteater	9
Prova på tovning	10
Sprotlovskeramik	10
Keramik 10 -12 år	10
Keramik 7 - 9 år	10
Prova på drejning	19

### FÖRÄLDRALEDIGA

Magdans	12
Nybörjarkurs i foto	12
Fortsättningskurs i foto	12

### KURSER DAGTID

Snickeri	13
Att skriva läkande	13
Att skriva sitt liv	13
Stockholm förr & nu	14
Tisdagskeramik	14
Släktforskning	14

### KVÄLLSKURSER

Fem sticktekniker	16
Pärstickning	16
Grafik – målning – teckning	16
Onsdagskroki	17
Konflikthantering	17
Keramik	17
Snickeri	18
Grundkurs i Snickeri	18

## HELGKURSER

Prova på drejning	19
Mönsterkurs	19
Keramik & drejning	19
Skulptur	20
Kroki	20
Akvarellmålning	20
Tredimensionell tovning	21
Vedic art	21

## DETTA HÄNDER OCKSÅ PÅ BIRKAGÅRDEN

Monday Moves	22
Lär dig spela gitarr	22
Musickidz Stockholm	22
Folkdans	22
Afterwork tango praktika	22
Frukost seminarium	22
Folklig körsång	22

## BLOMSTERFESTEN 23

## KURSANMÄLAN 23

Du håller i din hand Birkagårdens kurs- och kulturprogram för vårterminen 2017. Här hittar du vårt kursprogram för alla åldrar. Kurserna har sedan starten, för över 100 år sedan, varit en betydande del av vår verksamhet. Det är viktigt för oss att ha ett varierat kursutbud där alla kan hitta något som passar.

Birkagårdens mål är att skapa mötesplatser och det gör vi på olika sätt. Vi har tio olika verksamhetsgrenar som vi står på. Ett stort fokus ligger på barnomsorg då vi driver fyra förskolor, en fritidsklubb för årskurs 4-6 samt kolloverksamhet på Vätö. Utöver barnomsorgen har vi ett kafé som serverar hemlagad vegetarisk soppa tre dagar i veckan och hembakade bullar.

Kulturen har alltid legat oss varmt om hjärtat och vårterminens kulturprogram rymmer barnteater, barnklädesloppis, disco, Stockholms kulturnatt, öppen scen med visor, frukostseminarium, sy-lan och en ny föreläsningsserie för föräldralediga.

Blomsterfesten är vår populära sagoverkstad där Elsa Beskows sagor står i fokus. Det var Elsas man Nathanel Beskow som tillsammans med Ebba Pauli grundade Birkagården 1912. Elsa läste själv sina sagor på Birkagården och i sagoverkstaden har vi byggt vidare på detta. Vi tar emot förskolegrupper och förskoleklasser (årskurs 0-2) som i sagoverkstaden får uppleva en levande berättelse och klä ut sig till sagofigurer.

Varmt välkommen till Birkagården, vi ser fram emot att träffa dig!

# KULTUR!

[birkagarden.se/kultur](http://birkagarden.se/kultur)  
[info@birkagarden.se](mailto:info@birkagarden.se)

## KULTURLÖRDAG: BARNTEATER (4-9 ÅR) 21 JANUARI 15.00

Nära Ögat, ett ruskigt äventyr för alla små modiga efter Ulf Nilssons bok De långa grå tänderna.

Teater Pero leker fram en riktig skröna med hjälp av rörelse, mim, musik och en filmkamera. En gammal mormor berättar om sina vilda ungdomsår på 1920- talet då hon ger sig ut på en resa till Mongoliet. På sin väg möter hon en sjösjuk kapten, ett par droskägare med talsvårigheter, en flock blodtörstiga vargar och döden själv.

**Ålder** passar barn från 4 – 9 år

**Biljetter** 50 kr/person

**Boka** [info@birkagarden.se](mailto:info@birkagarden.se)

[www.birkagarden.se/kultur](http://www.birkagarden.se/kultur)

## WORKSHOP: "DUKTIG FLICKA" 1 FEBRUARI 18.00 - 21.00

Efter det uppskattade frukostseminariet under hösten 2016 på samma tema föddes idén att göra en workshop där deltagarna tillsammans har möjlighet att diskutera och ventilera erfarenheter.

Vi varvar reflektion med diskussioner och avslutar med ta fram några punkter som vi kan arbeta med.

Workshopen leds av Linda Norberg berendeterapeut på Samverkangruppen.

**Pris** 250 kr

**Lokal** Ateljén 6 tr

**Anmälan** via hemsida, se nedan.

Begränsat antal platser

[www.birkagarden.se/workshop](http://www.birkagarden.se/workshop)

## DATA-LAN 24 FEBRUARI 17.00 21 APRIL 17.00

Birkagårdens ungdomsverksamhet arrangerar tillsammans med Fireshock LAN data-ian.

Du tar med dig egen dator och förlägningsladd. Vi startar vid 17.00 på fredagen och kör hela natten till lördag morgon.

[birkagarden.se/lan](http://birkagarden.se/lan)

## KONST I STOCKHOLM 15 FEBRUARI, 15 MARS, 19 APRIL & 17 MAJ 14.00

Följ med oss på en konstitur bland Stockholms konstmuseum och gallerier. Tillsammans med konstnären Shahla Fallhain tar vi er på intressanta studiebesök. Vi startar alltid på Birkagården klockan 14.00.

**Pris** 125 kr/gång eller 450 kr för alla fyra tillfällen. I priset ingår inte entréavgifter.

**Anmäl dig på** [www.birkagarden.se/konst](http://www.birkagarden.se/konst)

## SY-LAN 11 - 12 FEBRUARI

Tillsammans med Facebookgruppen "Genusmedvetna sytokar" arrangerar vi ett Sy-ian. Här finns tid att sy och umgås med andra sytokiga människor.

Vi syr i en stor lokal och du tar med dig allt du behöver till dina projekt samt en förlägningsladd.

**Pris:** 500 kr inklusive luncher och fika. Middagen på lördagen ingår ej, vi köper hämtmat till självkostnadspris.

**Tid** lördag 10.00 - ca 22.00, söndag 10.00 - 16.00.

**Plats** Samlingssalen och kaféet

[www.birkagarden.se/sy](http://www.birkagarden.se/sy)

## ÖPPEN SCEN: VISANS VÄNNER 5 FEBRUARI 16.00 - 19.00 7 MAJ 16.00 - 19.00

Öppen scen visans vänner 16.00-19.00  
Kom, lyssna och varför inte framföra en egen visa tillsammans med andra visfantaster!

Hemlagad soppa, kaffe & kaka 60 kr.

Fri entré!

## STIPENDIEKONSERT: VISANS VÄNNER 19 MARS 15.00

Visans dag med stipendiekonsert med bokade artister.

Fri entré!

## FÖRLÄSNING:

### INTEGRATION & KULTUR I FÖRSKOLA & SKOLA

**23 FEBRUARI 18.00 - 19.30**

Föreläsningen vänder sig till lärare, förskollärare, pedagoger och barnskötare inom skola och förskola.

I föreläsningen behandlas frågan om vad tänkande är och hur det kan vara styrt, utan att man själv tänker på det. Vi vill konkret aktivera dina egna tankeresurser, så att du ytterligare kan utveckla verktyg i ditt dagliga arbete med integration i skola och förskola.

Föreläsningen fokuseras kring begreppen "integration och kulturell förankring" och genomförs som en diskussionsföreläsning där åhörarna själva aktiveras. Föreläsare är Henning Johansson, professor emeritus i pedagogik bland annat på Jönköping University.

Pris 250 kr

Anmälan via hemsidan, se nedan

[www.birkagarden.se/integration](http://www.birkagarden.se/integration)

## KULTURLÖRDAG:

### BARNTEATER (4 - 9 ÅR)

**25 FEBRUARI 13.00 & 15.00**

Kivi och hans kompis välkomnar dig till ett riktigt Drakbraksäventyr. Ta med din mappa eller pamma, klä ut er i bästa dräkterna och hjälp Kivi att hitta och besegra Draken!

Välkommen att se Fria Teaterns nya interaktiva föreställning baserad på boken Kivi och Drakbrakaren av Jesper Lundqvist.

Ålder passar barn från 4 – 9 år

Biljetter 50 kr/person

Boka [info@birkagarden.se](mailto:info@birkagarden.se)

[www.birkagarden.se/kultur](http://www.birkagarden.se/kultur)

## SAGOR I BLOMSTERFESTEN

**25 FEBRUARI 13.00 - 16.00**

**25 MARS 13.00 - 16.00**

Välkomna till vår sagoverkstad där ni kan lyssna på levande berättelser, skapa i färg och form och klä ut er till sagofigurer ur Elsa Beskows sagovärld.

Passar barn 2 – 8 år. Ingen föränmälan, entrén betalas på plats, swish eller kontant. 40 kr/barn och 20 kr/vuxen.

Berättelser 13.30 och 15.00, inget insläpp under denna tid.

[www.birkagarden.se/blomsterfesten](http://www.birkagarden.se/blomsterfesten)

## BARNKLÄDERLOPPIS:

**11 MARS 12.00 - 15.00**

På begäran kommer vi nu ha en Barnkläderloppis även på våren. Ett perfekt tillfälle att fylla på barnens garderob inför våren och sommaren.

### Vill du handla kläder?

Kom till Birkagården lördagen den 11 mars mellan 12.00 - 15.00. Vi tar emot kontanter och swish. Vi har vårt kafé öppet, här kan du handla korb och bullar. Mellan 14.05 – 15.00 är det 50 % rabatt på alla kläder och skor, gäller ej märkning med X.

Fri entré!

### Vill du sälja kläder?

Anmäl dig på [www.birkagarden.se/barnklader](http://www.birkagarden.se/barnklader). Då får ett säljnummer (max 50 säljare) och mer information. Vi säljer dina kläder men du måste själv märka dem enligt en mall och sortera upp dem på plats under fredag 10/3 16.00 - 19.00 eller lördag 11/3 9.00 - 11.00.

De kläder som inte säljs hämtas lördag 11/3 mellan 15.00 - 16.30. De kläder som inte hämtas kommer vi att lämna till välgörenhet.

Birkagården tar en avgift på 20 % av din totala försäljning.

[birkagarden.se/barnklader](http://birkagarden.se/barnklader)

## FRUKOSTSEMINARIE:

### ATT UPPFOSTRA BARN MED KÄRLEK

**23 MARS 7.30 - 8.45**

Att uppfostra barn är svårt, det finns mängder av teorier inom ämnet och det kan vara svårt att veta vem eller vilka man vill lyssna till. Vårt frukostseminarie baseras bland annat på Martin Forsters bok *Fem gånger mer kärlek*.

Förhållningssättet i boken är väl förankrat i forskningen och innebär kortfattat att man ska ge barn fem gånger mer positiv uppmärksamhet än tjat, uppmaningar och gränsdragning.

Seminariet leds av Ellinor Isfors, leg. psykolog, som bland annat arbetat på BUP. Vi lovar konkreta tips och matnyttiga tankar.

7.30 – 8.00: Frukost och registrering

8.00 – 8.45: Föreläsning

Kostnadsfritt. Vid utebliven närvaro debiteras 100 kr/person.

[birkagarden.se/seminarie](http://birkagarden.se/seminarie)

## SYJUNTA

**4 MAJ 18.00 - 20.00**

Ett tillfälle att skapa. Ta med dig något du håller på med; du kan sy, sticka, skära ut mönster eller något annat hantverk.

I kaféet finns vegetarisk soppa och hembakade bullar till försäljning.

Fri entré!

[birkagarden.se/kultur](http://birkagarden.se/kultur)

## KULTURLÖRDAG: BARNTEATER (3,5 - 8 ÅR)

**25 MARS 15.00**

Välkommen att se Dockteaterns Tittut föreställning Embla - en flicka mitt i kosmos.

Embla är fascinerad av rymden. Universums storhet får henne samtidigt att känna sig liten och ensam. (Och så lillasyster som vill vara med och leka!) Med mammas hjälp hittar hon kanske svar på sina kluriga frågor.....

“Embla - en flicka mitt i kosmos” är en visuell och existentiell resa bland stjärnor, planeter och många små vardagliga händelser.

**Ålder** passar barn från 3,5 – 8 år

**Biljetter** 50 kr/person

Boka [info@birkagarden.se](mailto:info@birkagarden.se)

[birkagarden.se/kultur](http://birkagarden.se/kultur)

## TYGLOPPIS

**8 APRIL 12.00 - 15.00**

**Vill du handla tyg?** Kom till Birkagården lördagen den 8 april 12.00 - 15.00. Vi tar emot kontanter och swish. Vi har vårt kafé öppet, här kan du handla korb och bullar. Mellan 14.05 – 15.00 är det 50 % rabatt på alla tyg, gäller ej märkning med X. Fri entré!

**Vill du sälja tyg?** Anmäl dig på [www.birkagarden.se/tyg](http://www.birkagarden.se/tyg). Då får ett säljnummer (max 40 säljare) och mer information. Vi säljer dina tyger men du måste själv märka dem enligt en mall och sortera upp dem på plats under fredag 7/4 16.00 - 19.00 eller lördag 8/4 9.00 - 11.00.

De tyger som inte säljs hämtas lördag 11/3 mellan 15.00 - 16.30. De tyger som inte hämtas kommer vi att lämna till välgörenhet.

Birkagården tar en avgift på 20 % av din totala försäljning.

[birkagarden.se/tyg](http://birkagarden.se/tyg)

## STOCKHOLMS KULTURNATT:

**29 APRIL 18.00 - 24.00**

Hela Birkagårdshuset fullständigt sjuder av aktivitet under Stockholms Kulturnatt. Här kan du prova på många olika aktiviteter som att stadsvandra med hund, sy en egen väska, kroki, keramik, lyssna på sagor och dansa.

Hela programmet finns på hemsidan från slutet av februari 2017.

Fri entré!

[birkagarden.se/kulturnatt](http://birkagarden.se/kulturnatt)

## BIRKADISCO

**10 FEBRUARI 18.00 - 21.00**

**24 MARS 18.00 - 21.00**

Missa inte Birkadisco för barn i årskurs 4 - 6.

Biljetterna säljs under discoveckan av Storfritids. De kostar 50 kr/ barn och 40 kr/storfritidsbarn.

[birkagarden.se/disco](http://birkagarden.se/disco)

## 1KMLOPPIS I BIRKASTAN

**14 MAJ 11.00 - 15.00**

För sjätte året i rad är det dags för 1kmloppis. Det är en riktigt folkfest på Karlbergsvägen.

Säljer gör boende i Birkastan som helt enkelt tar ut ett bord till Karlbergsvägen och ställer upp sina saker. För att sälja behöver du bo i Birkastan, se postnummer på hemsidan. Vi gör kontroller under dagen. Det kostar inget att sälja och ni behöver inte anmäla dig i förväg.

Loppisensträckan på Karlbergsvägen är från Norra Stationsgatan till Torsgatan. Ta med kontanter/swish och egna påsar att lägga ner dina fynd. Åk hit kommunalt, det brukar vara svårt att hitta parkeringsplats.

Mer information kommer att sättas upp i berörda portar samt på hemsidan.

[birkagarden.se/1kmloppis](http://birkagarden.se/1kmloppis)

## INFOMATIONSMÖTE FÖR ROSA STATIONEN

**31 JANUARI 18.00**

Är du nyfiken på vårt integrationssprojekt Rosa Stationen som vi driver tillsammans med Refugees Welcome Stockholm?

Kom på informationsmöte den 31 januari på Birkagården.

öva på att prata svenska. Barn är varmt välkomna, vi har en särskild barnpassningshörna bemannad av volontärer.

Varje tisdagskväll från vecka 5 - 21, med uppehåll vecka 9 och 15.

### Vill du hjälpa till som volontär under Rosa Stationen?

Vi behöver alltid tillskott av volontärer som bland annat lärare och lärarstudenter som håller i svenskundervisning, jurister, språkkunniga som kan tolka och barnpassning.

Har du frågor, mejla gärna RWS: [rosa.stationen@refugeeswelcomestockholm.se](mailto:rosa.stationen@refugeeswelcomestockholm.se)

[birkagarden.se/rosastationen](http://birkagarden.se/rosastationen)

## ROSA STATIONEN

**7 FEBRUARI - 30 MAJ**

**18.00 - 20.30**

Varje tisdagskväll bjuder vi i samarbete med Refugees Welcome Stockholm in till Rosa Stationen - en plats för möten mellan nya och etablerade svenskar. Här får asylsökande hjälp med bland annat språkundervisning och juridiska frågor.

Språkcafét är öppet för alla som vill fika med nya vänner, dela erfarenheter och



# 90 MINUTER FÖR FÖRÄLDRAR

- En seminariereserie för föräldralediga -

Detta är en seminariereserie för föräldralediga. Du är självklart välkommen med eller utan bebis. Birkagårdens syfte är att skapa mötesplatser och detta är en chans för dig som förälder att tillsammans med andra, delta på fyra seminarier på dagtid. Begränsat antal platser. Kom och lyssna och låt dig inspireras!



Boka din plats via [birkagarden.se/90minuter](http://birkagarden.se/90minuter)

## 16

FEBRUARI 10.30 - 12.00

### BARNSÄKERHET

#### Första hjälpen och barnolycksfall - MB Rescue kurs

Under 90 minuter blir du utbildad i hjärt-lungräddning på bebis och barn i förskoleålder.

Vi lär oss vad du ska göra vid kvävningstillbud och vi går igenom de vanligaste barnolycksfallen. All praktisk träning sker på räddningsdockor i olika storlekar.

Kompendium ingår i kursen.

Välkommen med eller utan bebis!

Pris 400 kr/person

Marit Berglund är Leg. sjuksköterska inom akutsjukvård och barn samt förälder till tre barn. Hon har utbildat personal inom förskola och föräldrar sedan 1994 i första hjälpen.

## 16

MARS 10.30 - 12.00

### MATSTART

#### En föreläsning om barn och matglädje.

Vad ger jag mitt barn för mat det första året? Vilka näringssämnen är det bra att tänka på och vad brukar lösa sig av sig självt? Vad gör jag om barnet inte vill äta?

Under 90 minuter kommer du få svar på många vanliga frågeställningar om barn och mat. Du får en fördjupning av den informationen som BVC erbjuder och får också möjlighet att ställa dina egna frågor. Vi talar vi om allt från matglädje, det lilla barnets första smakportion till vilka knep du kan använda för att tackla förskolebarnets trots vid matbordet. Barnets perspektiv är i fokus under denna föreläsning och du kommer att få en insikt i barnets egna matresa!

Pris 250 kr/person

Sara Ask har lång erfarenhet som barndietist på Astrid Lindgrens barnsjukhus och som tidningen Vi Föräldrars expert på mat och barn. Hon skriver artiklar och föreläser om mat, ofta med inriktning mot barn. Hon har gjort kokböckerna flera kokböcker om mat till barn.

## 20

APRIL 10.30 - 12.00

### SEX

#### En föreläsning om hur du kan prata sex med ditt barn.

Seminarieret kommer att beröra föräldrarollen och hur du får ditt barn att känna sig trygg kring sexualitet. Vi kommer reflektera kring hur du tar dig an barnets allra första frågor kring sex och vi kommer också tala om vikten av att barnet lär sig värna om sin egen person: Att sätta gränser!

Deltagarna kommer att få tips om läsvärd litteratur kring ämnet!

Pris 250 kr/person

Ellinor Isfors är leg. psykolog och sexualupplysare. Hon har jobbat på RFSU, BUP och på Autismcenter för små barn och arbetar nu med samtalsgrupper för ungdomar med intellektuell funktionsnedsättning.

## 18

MAJ 10.30 - 12.00

### KROPP

#### En introduktion i styrka, hållning och balansträning efter graviditet.

Här kommer du att få lära dig och arbeta med övningar som stärker din bäckenbotten och din balans efter en graviditet. Vi kommer också att arbeta med hållningen genom att gå, stå och arbeta med balans med hjälp av musik och puls. Vi lovar aktiva 90 minuter med inslag av rytm och rörelse!

Medtag bekväma kläder, omklädningsrum finns.

Pris 250 kr/person

Lina Jernström är utbildad danslärare och har arbetat med undervisning sedan 2005. Hon har undervisat allt från nybörjare till professionella dansare, på bland annat Balettakademien och Dans- och cirkushögskolan i Stockholm. Under några år var hon även verksam som lärare i Frankrike.

# MERA BIRKAGARDEN

## ÖVERNATTNINGSLÄGENHET

Här bor ni bra i en tvårumslägenhet på Norra Stationsgatan 121, med gångavstånd till buss, tunnelbana och pendeltåg. I lägenheten finns tre bäddar med möjlighet att ställa in en extrasäng och/eller barnsäng, dusch, TV, kylskåp, pentry för enklare kokmöjligheter.

Incheckning enligt överenskommelse. Utcheckning senast klockan 11.00.

### Pris per natt

1 person 700 kr, 2 personer 850 kr, 3 personer 950 kr

Handduk och lakan: 100 kr/person. Beställs när du bokar eller medtag egna.

### Bokning och information

christer.zingmark@birkagarden.se  
08-525 230 04

## BIRKAGÅRDENS KAFÉ

Under skolterminerna serveras vegetarisk soppa måndag, onsdag och torsdag för 60 kr. I priset ingår soppa, hembakat bröd och kaffe/te.

Kaféet är öppet kvällar till klockan 21.30 måndag till torsdag för dig som vill fika eller bara vara.

[birkagarden.se/birkagardenskafé](http://birkagarden.se/birkagardenskafé)

## BIRKAGÅRDENS FÖRSKOLA

Birkagården har drivit förskola sedan 1913 och idag har vi fyra förskolor.

Karlavagnen på Tomtebogatan, Sol-Ägget på Birkagatan samt 74:an och Matteus på Karlbergsvägen.

[birkagarden.se/forskola](http://birkagarden.se/forskola)

## HYR LOKAL

Birkagården har flera olika lokaler som vi hyr ut till privatpersoner, organisationer och företag.

Vår största lokal är Samlings-salen, den rymmer strax över 100 personer.

Högst upp i huset ligger Ateljén och är en mycket ljus lokal på cirka 200 kvm uppdelad i två delar med en glasvägg.

Vi har även flera små mötesrum, ett snickeri och ett kafe som går att hyra.

Bokning och information  
christer.zingmark@  
birkagarden.se  
08-525 230 04

[birkagarden.se/lokaler](http://birkagarden.se/lokaler)

## STORFRITIDS: FRITIDSKLUBB (ÅRSKURS 4 - 6)

Storfritids är vår unika fritidsklubb för barn i klasserna 4 - 6. Personalstyrkan består av fem personer och varje dag besöks Storfritids av 60-80 barn.

Vi har en mängd aktiviteter utspridda över veckan, såsom keramik, snickeri, pyssel, bollsporter och utflykter. Ingen av våra aktiviteter är obligatorisk, men vi uppmuntrar alla att delta i någon av dem.

Varje dag serveras gott och varierat mellanmål mellan kl. 14.30-16.30. Tisdagar är vår fasta utedag och vissa fredagar går vi till Vasaparken och har aktiviteter efter årstid.

Under loven gör vi ofta längre utflykter eller besöker museer, går och bowlar eller badar. Vissa lov åker vi, med de barn som vill, till vår kollogård Ivarsudde på Vätö, Norrtälje.

[www.birkagarden.se/storfritids](http://www.birkagarden.se/storfritids)

## UNGDOMSVERKSAMHET 12 - 20 ÅR

Verksamheten bygger på ungdomarnas egna idéer och tillsammans med projektledare Oskar Norberg förverkligas idéerna. Tillsammans kan vi t.ex. arrangera LAN, ordna kurser, spela in musik eller repa i vår replokal.

Även större arrangemang som spelningar, disco eller festival är möjliga att genomföra. Bara det finns ett intresse och en idé!

Har du en idé eller kanske bara en tanke, hör av dig!

Du når Oskar på:  
E-post: oskar.norberg@birkagarden.se  
Facebook: Oskar Birkagården  
Telefon: 08 525 230 06

[www.birkagarden.se/ung](http://www.birkagarden.se/ung)



# KURSINFO

*På Birkagården startar de flesta av vårens kurser vecka 6 i början av februari. Flera kurser har två kursstarter, dessa kurser är oftast kortare än kurser med en kursstart. Andra kursstarten är vecka 16 i mitten av april.*

Kallelse med uppgift om startdag, lokal och inbetalningskort kommer cirka en vecka före kursstart. Anmälan är bindande från och med två veckor före kursstart. Återtast anmälan senare debiteras hela kursavgiften. En studietimme är 45 minuter.

Förlorad studietid beroende på kortvarig sjukdom eller annat förhinder, kan ej tas igen i efterhand och reducerar inte kursavgiften. Om för få anmäler sig till en kurs kan startdagen försenas eller kursen ställas in och i det senare fallet återbetalas hela kursavgiften.

Kursavgiften betalas före den första sammankomsten. Om du skulle bli sjuk och ej längre kan fortsätta på kursen återbetalas återstående kursavgiften endast vid uppvisande av ett giltigt läkarintyg.

**FÖR MER INFORMATION & ANMÄLAN  
KONTAKTA BIRKAGÅRDENS KURS-  
ANSVARIGE CHRISTER ZINGMARK.**

**Telefon** 08 - 525 230 04

Vardagar 9.00 - 16.00

**E-post** [christer.zingmark@birkagarden.se](mailto:christer.zingmark@birkagarden.se)

Du kan även anmäla dig genom att skicka in formuläret längst bak i kurskatalogen till:  
Stiftelsen Birkagården  
Karlbergsvägen 86B  
113 35 Stockholm

[www.birkagarden.se](http://www.birkagarden.se)

[info@birkagarden.se](mailto:info@birkagarden.se)

**ÅK GÄRNA HIT KOMMUNALT!**

600 meter till Karlbergs Station  
(Pendeltåg).

850 meter till Sankt Eriksplan  
(Tunnelbana).

Buss 69

(Hållplats Norra Stationsgatan).

# BARN & UNGA

**Kursanmälan & frågor** Christer Zingmark, kursansvarig

**Telefon** 08-525 230 04

**E-post** christer.zingmark@birkagarden.se

**Adress** Karlbergsvägen 86

## MÅLNING & TECKNING

Måleri och teckning för barn i olika åldrar. Barnens kreativa förmåga får möjlighet att utvecklas när de får prova på olika tekniker. Atmosfären i Ateljén och musiken vi lyssnar på bjuder in till kreativitet.

**Kursstart ett** 12 februari

**Ålder** 9 - 13 år

**Tid** söndag 10.00 - 11.30

**Kursstart två** 12 februari

**Ålder** 6 - 9 år

**Tid** söndag 12.00 - 13.30

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 1100 kr inkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursledare** Shahla Fallahian, konstnär

## TEATERLEK 6 - 7 ÅR

Med leken som metod närmar vi oss teaterns delar på ett kreativt sätt. Här utvecklas vår förståelse för samarbete och uppmuntrar varandra till fantasi och lekfullhet.

Det ska vara roligt att komma till Teaterleken!

**Kursstart** 12 februari

**Ålder** 5 - 7 år

**Tid** söndag 10.00 - 10.45

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 900 kr

**Lokal** Tysta rummet, 5 tr

**Kursledare** Sara Nygren, skådespelare/dramapedagog

## IMPROVISATIONSTEATER

Under Teaterimprovisationen arbetar vi med att uppmuntra fantasi och lekfullhet genom gruppdynamiska övningar.

Vi arbetar med röst och rörelse samt utvecklar kortare scener, både improviserade och redan skrivna texter.

**Kursstart ett** 12 februari

**Ålder** 8 - 10 år

**Tid** söndag 11.00 - 12.30

**Kursstart två** 12 februari

**Ålder** 11 - 13 år

**Tid** söndag 12.45 - 14.15

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 1800 kr

**Lokal** Tysta rummet, 5 tr

**Kursledare** Sara Nygren, skådespelare/dramapedagog



## PROVA PÅ TOVNING

Här får barnen möjlighet att prova på att arbeta med ull. Med hjälp av såpa och vatten förvandlasullen till handledvärmare eller små bollar.

Det är bra om barnet har med sig en vuxen.

**Kursstart ett** 25 februari

**Ålder** 8 - 10 år

**Tid** lördag 9.00 - 12.00

**Kursstart två** 25 mars

**Ålder** 8 - 10 år

**Tid** lördag 9.00 - 12.00

**Antal tillfällen** 1

**Pris** 350 kr inkl. material

**Lokal** Snickeriet, -1 tr

**Kursledare** Maria-Conchita Högberg

## SPORTLOVSKERAMIK

**- Barn och vuxna tillsammans**

Välkommen till sportlovskul i keramikverkstan tillsammans med en vuxen. Vi drejar, tummar, ringlar, kavlar eller skulpterar efter önskemål

OBS! Ingen glasering, endast skröjbränning. Max 4 par/tillfälle

**Kursstart ett** 4 mars

**Ålder** från 6 år i sällskap med vuxen

**Tid** lördag & söndag 9.00 - 12.00

**Kursstart två** 4 mars

**Ålder** från 6 år i sällskap med vuxen

**Tid** lördag & söndag 13.00 - 16.00

**Antal tillfällen** 2

**Pris/person** 1050 kr inkl. 1,5 kg lera, skröj och bränning

**Lokal** Keramiken, - 1 tr

**Kursledare** Marianne Thuresson

## KERAMIK 10 - 12 ÅR

Här får du tumma, ringla, kavla eller skulptera fritt! Kursen låter dig skapa med olika typer av stengodslera och du får möjlighet att använda dig av några av våra drejskivor.

Du får så klart hjälp och inspiration av vår duktiga lärare!

**Kursstart** 8 februari

**Tid** onsdag 16.00 – 17.30

**Antal tillfällen** 7

**Uppehåll** vecka 9

**Pris** 1250 kr inkl. 3 kg lera, glasyr och bränning

**Lokal** Keramiken, - 1 tr

**Kursledare** Marianne Thuresson

## KERAMIK 7 – 9 ÅR

Här får du skapa med olika typer av stengodslera. Det finns möjlighet att dreja vid någon av våra drejskivor men ännu tumma, ringla, kavla eller skulptera fritt. Du får även hjälp och inspiration av våra duktiga lärare!

**Kursstart** onsdag 5 april

**Tid** onsdag 16.00 – 17.30

**Antal tillfällen** 3

**Uppehåll** vecka 15

**Pris** 550 kr inkl. 1 kg lera, glasyr och bränning

**Lokal** Keramiken, - 1 tr

**Kursledare** Marianne Thuresson

## PROVA PÅ DREJNING

Passar både vuxen och barn från 6 år.

Mer information finns på sidan 19.





# FÖRÄLDRALEDIGA

**Kursanmälan & frågor** Christer Zingmark, kursansvarig

**Telefon** 08-525 230 04

**E-post** christer.zingmark@birkagarden.se

**Adress** Karlbergsvägen 86

## MAGDANS FÖR FÖRÄLDRALEDIGA

Magdans i lugnt tempo, passar nyförlösta såväl som andra föräldralediga. Barnen ligger på filt på golvet eller i bärsele. Genomgång av steg och rörelser samt improvisation.

Kursen anpassas efter barnens och deltagarnas önskemål. Inga förkunskaper krävs.

**Kursstart ett** 10 februari

**Uppehåll** vecka 9

**Kursstart två** 21 april

**Tid** fredag 10.30 – 12.00

**Antal tillfällen** 5

**Pris** 650 kr

**Lokal** Samlingssalen, -1 tr

**Kursledare** Jenny Linderström

## NYBÖRJARKURS I FOTOGRAFERING

Tycker du om att fotografera men känner att du har för lite kunskap om din kamera och hur du fångar en bra bild?

Vi startar från grunden och går igenom kamerans funktioner och hjälpmedel. Vi lär oss om ljusmätning, exponering, och vitbalans. Teori varvas med praktik, både inne och ute. Oavsett om du har en kompaktkamera, systemkamera eller en smartphone är du välkommen att delta.

Ta med en filt till bebisen.

**Kursstart ett** 9 februari

Andra tillfället 23 februari

**Kursstart två** 9 mars

Andra tillfället 23 mars

**Tid** torsdag 10.45 - 12.15

**Antal tillfällen** 2

**Pris** 500 kr

**Lokal** Samlingssalen, -1 tr

**Kursledare** Janne Lundberg, fotograf

## FORTSÄTTNINGSKURS FOTOGRAFERING

Den mycket populära föräldrafotokursen får nu en fortsättning.

Lär dig komponera bilder, ta snygga porträtt, hantera en reflexskärm och förstå blyxtljus. Vi går igenom lättare ljussättning på denna kurs. Lär dig även att hantera det naturliga ljuset för att göra dina bilder bättre.

Vi börjar med en kort repetition, och den största delen av tiden ägnar vi åt praktiska övningar.

**Kursstart 27 april**

Andra tillfället 11 maj

**Tid** torsdag 10.45 - 12.15

**Antal tillfällen** 2

**Pris** 500 kr

**Lokal** Samlingssalen, -1 tr

**Kursledare** Janne Lundberg, fotograf

# KURSER DAGTID

**Kursanmälan & frågor** Christer Zingmark, kursansvarig  
**Telefon** 08-525 230 04  
**E-post** christer.zingmark@birkagarden.se  
**Adress** Karlbergsvägen 86

## SNICKERI

En kurs för dig som vill ha en introduktion i snickeri. Du kan vara både nybörjare, hobbysnickare eller bara intresserad av snickeri.

Du väljer ditt eget projekt i samråd med kursledaren. Vid första tillfället går vi igenom idéer och bestämmer vilket material du behöver. Snickeriverkstaden har maskiner som används inom grundläggande snickeri, likväl handmaskiner och en uppsättning handverktyg.

I början går vi igenom hur maskinerna ska användas på ett säkert sätt.

**Kursstart** 23 januari

**Tid** måndag 13.15 - 16.15

**Antal tillfällen** 12

**Uppehåll** vecka 9, 15, 16 och 18

**Pris** 3200 kr exkl. material

**Lokal** Snickeriet, -1 tr

**Kursledare** Andreas Furuholm

## ATT SKRIVA LÄKANDE

Att fokusera på att skriva om det som varit svårt eller mycket smärtsamt i livet kan vara läkande. Du väljer vad just du ska skriva om hemma. När vi träffas har du möjlighet att läsa upp för de andra i gruppen.

Genomgång av olika metoder att skriva läkande. Mia Stamming har lång erfarenhet av att arbeta med människor och skrivande. Mia är utbildad socionom och certifierad handledare i sorgbearbetning.

**Kursstart** 8 februari

**Tid** onsdag 9.00 – 12.00

**Antal tillfällen** 8

**Uppehåll** vecka 9

**Pris** 2400 kr

**Lokal** Pianorummet, 5 tr

**Kursledare** Mia Stamming, skrivarpedagog

## ATT SKRIVA SITT LIV

Varje människa bär på minnen som är värda att berättas. Minnen att föra vidare till släkt och vänner eller bara bevara för sig själv. Du utgår ifrån ditt liv och väljer vad du vill skriva om.

Du skriver hemma och får respons på din text när vi ses på torsdagsförmiddagarna.

Vi har en mycket tillåtande och trygg atmosfär i gruppen som gör att du vågar komma igång med att skriva om ditt liv.

Genomgång av sinnenas betydelse, person- och miljö, gestaltning, berättarperspektiv och komposition

Sagt om kursen:

*“Jag är så tacksam över vad jag lärt mig genom dig. Kursen har gett mig massor”.*

Monica

**Kursstart** 9 februari

**Tid** torsdag 9.00 - 12.00

**Antal tillfällen** 8

**Uppehåll** vecka 9

**Pris** 2400 kr

**Lokal** Tysta rummet, 5 tr

**Kursledare** Mia Stamming, skrivarpedagog





## STOCKHOLM FÖRR & NU

- EN VANDRING GENOM SEKLEN  
En orientering i Stockholms historia, arkitektur, konst och sociala liv och utveckling. Teori varvat med museibesök och vandringar i Stockholm. Entré till museer ingår ej i kursavgift. Kursen är tänkt som del 2 i en läsårskurs. Del 1 genomfördes under höstterminen.

**Kursstart ett** 25 januari kl. 12.00

**Kursstart två** 25 januari kl. 14.00

**Tid** onsdag 12.00 - 13.30  
alt. 14.00- 15.30

**Antal tillfällen** 12

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 1150 kr Obs! Entré till museer ingår ej i kursavgiften

**Lokal** Tysta rummet, 5 tr

**Kursledare** Karin Canato Källgren och Roseanna Wallinder

## TISDAGSKERAMIK

Vi kommer att arbeta med olika stengodsleror och med alla tekniker såsom tumning, ringling, skulptering/modellering, kavling och drejning.

En kurs som passar både nybörjare och "fortsättare". Vår kursledare ger individuell handledning.

**Kursstart** 7 februari

**Tid** tisdag 9.30 – 12.30

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 2650 kr inkl. 4 kg lera, glasyr och bränning.

**Kursledare** Marianne Thuresson

**Lokal** Keramiken, - 1 tr

## NYBÖRJARKURS I SLÄKTFORSKNING

Hur kan du lära dig släktforskning med datorn som hjälpmedel?

Här lär dig hur du kan söka dina släktingar i kyrkböckerna och i databaser och register som Sveriges Släktforskarförbund gett ut i form av DVD-skivor och USB-minnen. Vi kommer att besöka Stockholms stadsarkiv där vi tittar på handlingar som ännu inte finns på internet.

Du bör ha viss datorvana, dock inte högre nivå än att du kan hantera din e-post på internet.

Du behöver ha med dig en egen bärbar dator eller läsplatta till kurstillfällena. Trådlöst internet finns i lokalen.

**Kursstart** 13 februari

**Tid** måndag 10.30 - 12.00

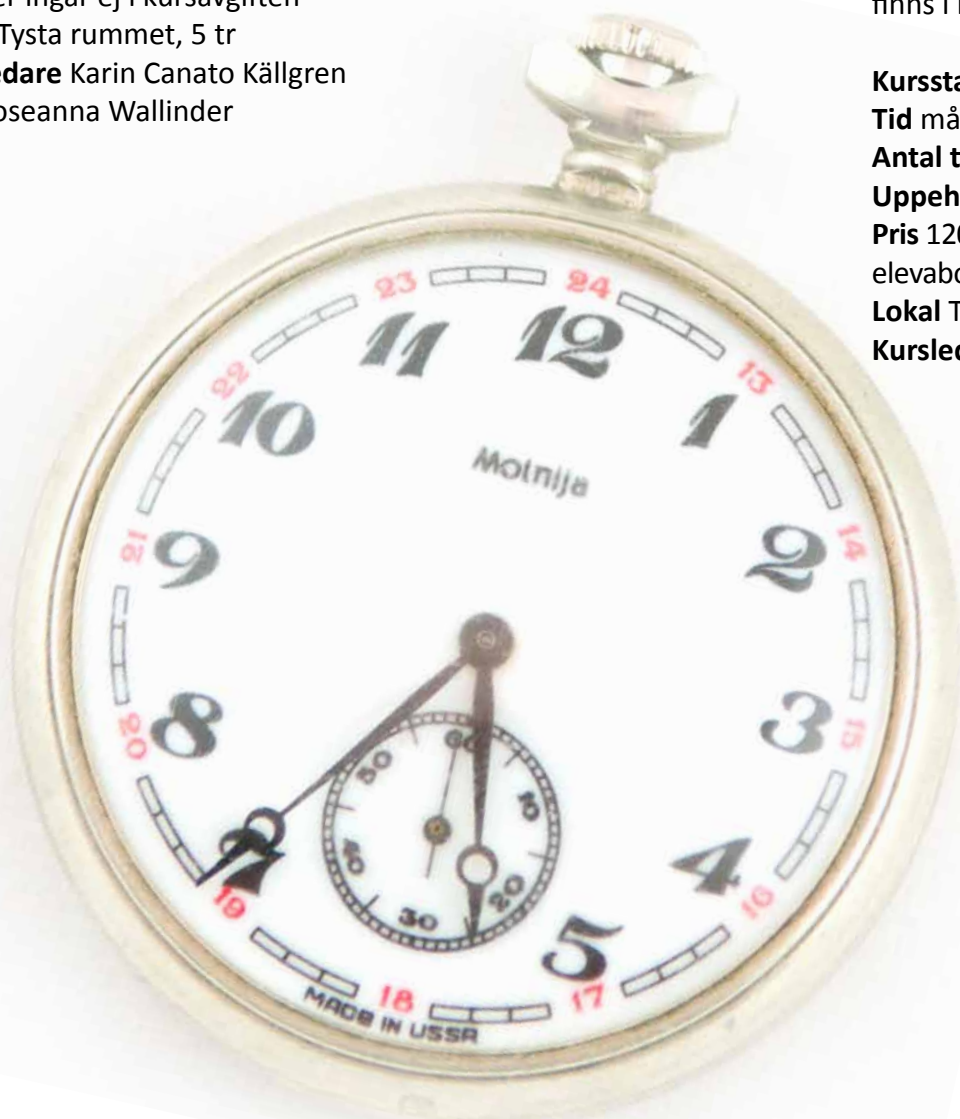
**Antal tillfällen** 6

**Uppehåll** vecka 9

**Pris** 1200 kr inkl. studiematerial och elevabonnemang på Arkiv Digital.

**Lokal** Tysta rummet 5 tr

**Kursledare** Jörgen Johansson





# KVÄLLSKURSER

**Kursanmälan & frågor** Christer Zingmark, kursansvarig  
**Telefon** 08-525 230 04  
**E-post** christer.zingmark@birkagarden.se  
**Adress** Karlbergsvägen 86

## FEM STICKTEKNIKER

Under kursen får du lära dig en ny stickteknik per gång. Vi provar några olika spännande sticktekniker;

*Fiskbensstickning*, ett vackert strukturmönster som ser mycket mer komplicerat ut att sticka än det är.

*Estniska fiskfjäll*, utseendet påminner en hel del om näverstickning men är betydligt lättare att sticka.

*Fiskbensflätor*, lite annorlunda flätor och som man kan sticka utan hjälpsticka.

*Bellismönstret* och *Stjärnmönstret* som ser väldigt lika ut men stickas lite olika.

*Flerfärgspatent* (brioche), en rolig och användbar teknik som ger ett vändbart och intressant utseende.

För att få utbyte av kursen bör du behärska räta och aviga maskor samt vara van att sticka runt med rundsticka eller strumpstickor.

**Kursstart** 6 februari

**Tid** måndag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 5

**Uppehåll** vecka 8, 9 & 11

**Pris** 1350 kr exkl. material

**Lokal** Inre caféet, NB

**Kursledare** Maria Gustafsson

## PÄRLSTICKNING

Att förgylla sina stickade alster med pärlor har man gjort sedan 1800-talet. Vi kommer att titta på flera olika sätt att sticka in pärlor på sjalar, muddar och smycken.

Du stickar provlappar eller påbörjar större projekt, allt efter egna önskemål. För att ha glädje av kursen bör du ha stickvana och lite tålamod.

**Kursstart** 24 april

**Tid** måndag 18.00 - 21.00

**Uppehåll** vecka 18

**Antal tillfällen** 3

**Pris** 850 kr exkl. material

**Lokal** Inre caféet, NB

**Kursledare** Maria Gustafsson

## GRAFIK - MÅLNING -TECKNING

En kravlös och lustfull kurs som passar såväl nybörjare som den mer erfarne. Vi har tillgång till Birka-gårdens inspirerande takvåning där vi lyssnar på musik när vi arbetar.

Kursen är individanpassad och ni får möjlighet att arbeta med olja, akryl och krita. Vi trycker grafik, mest djuptryck (koppar) målar och tecknar. Vid ett tillfälle arbetar vi med skulptur.

**Kursstart** 13 februari

**Tid** måndag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9, 15, 16 & 18

**Pris** 2200 kr exkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursledare** Shahla Fallahian,  
konstnär

## ONSDAGSKROKI

Under några intensiva timmar vid stafflierna i den vackra ateljén tecknar vi inför levande modell. Övningarna växlar mellan analys och ett mer lekfullt tecknande.

Du får teckna med ritkol, tusch, pensel, kritor och temperafärger i varierande övningar i stora och mindre format. Allt material ingår i kursavgiften.

Meningen är att du framåt efter kursens gång tagit ett märkbart kliv framåt i ditt tecknande.

Både nybörjare och mer erfarna är välkomna.

**Kursstart** 8 februari

**Tid** onsdag 18.00 – 21.00

**Uppehåll** vecka 9

**Antal tillfällen** 7

**Pris** 1600 kr inkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursledare** Curt Barv

## KONFLIKTHANTERING

– MED UTGÅNGSPUNKT I NVC  
NVC står för *Nonviolent communication* och är en kommunikationssprocess och ett förhållningssätt som bidrar till att vi kan kommunicera och lösa konflikter med respekt för allas behov.

Du kommer att få användbara verktyg som kan bidra till att underlätta hur du kommunicerar med andra i vardagliga och konflikttrabbade situationer.

Teori varvas med konkreta praktiska övningar utifrån exempel hämtade ur vardagen.

Studiematerial (ingår ej)

- Non-violent communication - ett språk för livet av Marshall Rosenberg

- Nonviolent communication i praktiken 2.0 av Liv Larsson

**Kursstart** 9 februari

**Tid** varannan torsdag 18.00 - 20.30  
inkl. 15 min paus

**Antal tillfällen** 5

**Pris** 950 kr

**Lokal** Tornrummet, 6 tr

**Kursledare** Britta Aulio

## KERAMIK

Vi kommer att arbeta med olika stengodsleror och med alla tekniker såsom tumning, ringling, modellering, kavling och drejning. Vi arbetar med alla tekniker däribland drejning och skulptering.

En kurs som passar både nybörjare som "fortsättare". Vår kursledare ger individuell handledning.

**Kursstart ett** 6 februari

**Tid** måndag 18.00 – 21.00

**Uppehåll** vecka 15 & 16

**Kursledare** Marianne Thuresson

**Kursstart två** 7 februari

**Tid** tisdag 18.15 – 21.15

**Uppehåll** vecka 9 och 15

**Kursledare** Tiina Schönberg

**Kursstart tre** 8 februari

**Tid** onsdag 18.00 – 21.00

**Uppehåll** vecka 9 och 15

**Kursledare** Marianne Thuresson

**Kursstart fyra** 9 februari

**Tid** torsdag 18.00 – 21.00

**Uppehåll** vecka 9 och 15

**Kursledare** Marianne Thuresson

**Antal tillfällen** 10

**Pris** 2650 kr inkl. 4 kg lera, glasyr och bränning.

**Lokal** Keramiken, - 1 tr





## SNICKERI

En kurs för dig som vill ha en introduktion i snickeri. Du kan vara både nybörjare och hobbysnickare.

Du väljer ditt eget projekt i samråd med kursledaren. Vid första tillfället går vi igenom idéer och material du behöver.

Snickeriverkstaden har maskiner som används inom grundläggande snickeri, likväl handmaskiner och en uppsättning handverktyg. I början går vi igenom hur maskinerna ska användas på ett säkert sätt.

**Kursstart ett** 6 februari

**Tid** måndag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9, 15, 16 & 18

**Pris** 2750 kr exkl. material.

**Kursstart två** 8 februari

**Tid** onsdag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 12

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 3300 kr exkl. material.

**Kursstart tre** 9 februari

**Tid** torsdag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 12

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 3300 kr exkl. material.

**Lokal** Snickeriet, -1 tr

**Kursledare** Dennis Wernberg

## GRUNDKURS I SNICKERI

En introduktion till att prova på snickeri. Vi går igenom verktyg och maskiner samt enklare tekniker.

Fokus ligger på det praktiska och passar dig som vill lära dig mer om snickeri.

**Kursstart** 7 februari

**Tid** tisdag 18.00 - 21.00

**Antal tillfällen** 12

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 3150 kr exkl. material

**Kursledare** Willy Beck

**Lokal** Snickeriet, -1 tr



# HELGKURSER

**Kursanmälan & frågor** Christer Zingmark, kursansvarig  
**Telefon** 08-525 230 04  
**E-post** christer.zingmark@birkagarden.se  
**Adress** Karlbergsvägen 86

## PROVA PÅ DREJNING

Här får du möjlighet att prova hur det känns att dreja vid en av våra fem elektriska drejskivor och en sparkskiva.

En utmärkt aktivitet att göra tillsammans med ditt barn, passar barn från 6 år med medföljande vuxen. Självklart är du välkommen utan barn!

OBS! Glasering och bränning ingår inte i denna prova-på-kurs.

### Prova på tillfälle ett

söndag 5 februari 10.00 - 12.15

### Prova på tillfälle två

söndag 5 februari 13.00 - 15.15

### Prova på tillfälle tre

söndag 5 februari 16.00 - 18.15

### Prova på tillfälle fyra

söndag 26 februari 10.00 - 12.15

### Prova på tillfälle fem

söndag 26 februari 13.00 - 15.15

### Prova på tillfälle sex

söndag 26 februari 16.00 - 18.15

### Antal tillfällen 1

**Pris** 230 kr/person

**Lokal** Keramiken, -1 tr

**Kursledare** Marianne Thuresson

## MÖNSTERKURS

– SKAPA GRUNDMÖNSTER EFTER DINA EGNA MÅTT

För dig som älskar att sy och vill lära dig att mer om mönsterkonstruktion. Det kan vara svårt att hitta mönster som passar just din kropp. På denna kurs får du lära dig grunderna i mönsterkonstruktion och även göra grundmönster anpassade efter just dina kroppsmått.

Välkommen på en inspirerande och intensiv kurs. Medtag egen symaskin, sax, linjal, nål, tråd och lakansväv med mera. Mer information vid anmälan.

### Kursstart 18 februari

**Tid** lördag och söndag 10.00 – 17.00

**Pris** 1500 kr

**Lokal** Samlingssalen, - 1 tr

**Kursledare** Ellen Wiström, skräddare

## HELGKURS I KERAMIK & DREJNING

Detta är en lekfull helgkurs i keramik där nybörjare får lära sig grunderna och prova olika tekniker, däribland drejning.

Är du mer erfaren får du handledning av vår kompetenta kursledare på din nivå.

### Kursstart 11 februari

**Tid** lördag & söndag 10.00 - 16.00 samt 12 mars 10.00 - 13.00

(glasering)

### Antal tillfällen 3

**Pris** 1770 kr exkl. material

Lera tillkommer 50 kr/kilo. Betalas på plats.

**Lokal** Keramiken, -1 tr

**Kursledare** Marianne Thuresson





## SKULPTUR

Vi arbetar med lera i vår vackra lokal ateljén. Här får du lära dig olika tekniker som ringling, kavling och tumning. Fokus är skapandet och glädjen. Passar både dig som är nybörjare och mer erfarenhet.

Vår kursledare ger dig individuell handledning.

Att forma saker bit för bit med hjälp av lera och skapa fram en figur är både pedagogiskt och meditativt.

**Kursstart** 12 februari

**Tid** söndag 18.00 – 21.00

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 och 15

**Pris** 2200 kr exkl. material

**Lokal** Ateljén, 5 tr

**Kursledare** Shahla Fallahian, konstnär

## HEL GKURS I KROKI

Välkommen till en härligt intensiv krockihelg vid stafflierna i vår ateljé. Du får teckna med kol kriter och tusch i större och mindre format.

Övningarna varierar mellan korta och längre poser. Både novis och veteran är välkomna. Allt material ingår i kursavgiften.

**Kursstart** 4 mars

**Tid** lördag & söndag 10.00 - 17.00 inkl. 60 min lunchrast

**Antal tillfällen** 2

**Pris** 1350 kr inkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursledare** Curt Barv

## AKVARELLMÅLNING

Vill du lära dig grunderna i akvarellmålning och även måla med vattenfärg som man gjorde förr?

Du kommer att få inblick i olika tekniker men framförallt kommer du att få inspiration till vidare skapande.

Kursen kommer att erbjuda dig professionell handledning.

Julio Ferrer målar själv med både olja och akvareller. Han har studerat vattenbaserade tekniker i Europa och Kina och verkat som konstnär under många år.

**Kursstart** 11 februari

**Tid** lördag 10.00 - 15.00

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 2100 kr exkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursleare** Julio Ferrer, konstnär

[www.julioferrerart.com](http://www.julioferrerart.com)



## TREDIMENSIONELL

### TOVNING

Vi tovar både i traditionella och nya tekniker. Efter anmälningen får du en lista på vad du ska ha med dig till kursen.

Du bör ha grundkunskaper i tovning.

**Kursstart** 27 maj

**Tid** lördag och söndag 10.00 - 17.00

inkl. 60 min lunchrast

**Antal tillfällen** 2

**Pris** 1150 kr exkl. material

**Kursledare** Maria-Conchita Högberg, konstnär

### VEDIC ART

Inspirerande, kravlöst skapande måleri grundad på sjutton vediska kunskapsprinciper.

Alla kan måla Vedic Art! Här utvecklas du i din egen takt och hittar ett personligt sätt att förhålla dig till skapandet. Under grundkurser går vi igenom de första nio principerna. Dessa nio principerna kan användas som stöd både i konsten och i livet självt. Vedic Art är en konstform som är religiöst och politiskt oberoende. Inga förkunskaper krävs för grundkursen.

**Kursstart** 4 februari

**Tid** lördag & söndag 10.00 - 17.00

(inkl. 60 minuters lunchrast)

**Antal tillfällen** 2

**Pris** 1150 kr exkl. material

**Lokal** Ateljén, 6 tr

**Kursledare** Maria-Conchita Högberg, konstnär



Marcia Salinas

# DETTA HÄNDER OCKSÅ PÅ BIRKAGÅRDEN

## MONDAY MOVES

Monday Moves, your weekly 5Rhythms dance Wave

**Kursperiod** 9 januari - 12 juni

**Tid** måndag 18.30 - 20.30

**Uppehåll** vecka 9, 15, 16 & 18

**Pris** 250 kr/gg

**Lokal** Samlingssalen, Birkagården

**Kursledare** Jonas Klingberg

**Anmälan** till [info@bodymoves.se](mailto:info@bodymoves.se)

hemsida [www.bodymoves.se](http://www.bodymoves.se)

## FOLKDANS

Folkdansgillet Kedjan dansar folkdans på torsdagar. Nya medlemmar hälsas välkomna. En förutsättning är dock att du har dansat lite folkdans eller gammaldans tidigare.

**Kursstart** 9 februari

**Tid** torsdag 19.15 - 21.15

**Antal tillfällen** 13

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 520 kr

**Lokal** Samlingssalen, - 1 tr

**Instruktör** Fredrik Bergh

**Mer information** [www.fdgkedjan.se](http://www.fdgkedjan.se)

**Anmälan** [kedjan@fdgkedjan.se](mailto:kedjan@fdgkedjan.se)

## FOLKLIG KÖRSÅNG

Folkdansgillet Kedjan har körsång på tisdagar. Vi sjunger folkmusik och renässansmusik. Nya medlemmar hälsas välkomna. Gärna körvana sen tidigare och bra gehör.

**Kursstart** 7 februari

**Tid** tisdag 19.15 - 21.15

**Antal tillfällen** 13

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 520 kr

**Lokal** Samlingssalen, - 1 tr

**Dirigent** Fredrik Bergh

**Mer information** [www.fdgkedjan.se](http://www.fdgkedjan.se)

**Anmälan** [kedjan@fdgkedjan.se](mailto:kedjan@fdgkedjan.se)

## LÄR DIG SPELA GITARR

Du kan välja mellan enskild undervisning eller i grupp (max tre elever). Målet är att du ska kunna spela dina egna favoritlåtar. Vi jobbar med ackordspel och tränar gehör, känsla och rytm.

Egen gitarr medtages.

**Kursstart** Enligt överenskommelse

**Gitarrlärare** Jonny Lindgren

**Anmälan** sker till Jonny Lindgren

Telefon 0708- 84 99 95

**E-post** [jonny.lindgren@hotmail.com](mailto:jonny.lindgren@hotmail.com)

## AFTERWORK TANGO PRAKTIKA

Om du är nybörjare är detta ett utmärkt tillfälle att börja öva på din Tango och för mer avancerade dansare är detta en chans att fortsätta utvecklas.

Varje onsdag, Afterwork Practica på Birkagården, dansa och träna i en vänlig och avslappnad miljö. Ta med en partner eller kom själv!

En praktika med DJ som spelar Tango, Vals och Milonga som i en vanlig milonga.

**Kursperiod** 11 januari - 31 maj

**Tid** onsdag 18.00 - 22.00

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 60 kr/gg

Vissa veckor kommer vi att inledda praktikan med en workshop i argentinsk tango för olika nivåer. Tider, priser och instruktörer kommer vi att annonsera löpande.

**Kursansvarig** Aldo Villanueva

## MUSICKIDZ

### STOCKHOLM

Barnsång för alla barn mellan 4 - 13 år som älskar att sjunga och att uppträda!

Vi sjunger visor, pop, schlager och

nyskrivna låtar.

**Kursstart (4-7 år)** 13 februari

**Tid** måndag 17.10 - 18.00

**Kursstart (8-13 år)** 13 februari

**Tid** måndag 18.10 - 19.00

**Antal tillfällen** 10

**Uppehåll** vecka 9 & 15

**Pris** 1300kr inkl Musickidz t-shirt och terminens låtar mailat i en fil för nedladdning på egen dator. Syskonrabatt tillämpas, se hemsidan.

**Lokal** Blomsterfesten på Birkagården

**Kursledare** Linda & Nora T Pahlberg

**Mer info & anmälan**

[www.musickidz.se](http://www.musickidz.se)

OBS! Första lektion är alltid provgång för nya deltagare för att kunna testa på.

## FRUKOSTSEMINARIUM

Det finns behov av att sprida och dela information inom ämnet beroende! Samverkangruppen bjuder därför in till frukostseminarier inom ämnet med blanda teman. Dessa riktar sig till alla som har ett intresse – både privatpersoner och yrkesverksamma.

I samband med seminariet serverar vi en enkel frukost mellan 7.30-8.00, möjlighet ges till nätverkande! Vi avslutar med en reflektionsrunda.

**Datum** 10 februari, 24 mars & 12 maj

**Tid** 7.30-10.00

**Kostnad** 50 kr/person betalas på plats

**Plats** Birkagården, Karlbergsvägen 86

**Anmälan** [info@samverkangruppen.se](mailto:info@samverkangruppen.se)



# Blomsterfesten

## Elsa Beskows Sagoverkstad

Blomsterfestens pedagogiska besök är mycket uppskattat av Stockholms skolor och förskolor. Här upptäcker ni nya vägar att skapa och upptäcka språket med era barngrupper.

### FÖRSKOLA

Barnen får se en levande berättelse, skapa i bild o form samt klä ut sig i sagolika kläder.

Pris: 750 kr/grupp.

Tid: 1 timme.

Ålder: 2 - 6 år

Max antal barn: 20

### SKOLA (årskurs F - 2)

Barnen får se en levande berättelse, skapa kreativt, klä ut sig i sagokostymer samt en egen liten berättelse.

Kostnad: 995 kronor

Tid: Besöket tar cirka 2 timmar.

Max antal barn: 25

### FÖDELSEDAGSKALAS

Hyr den fina lokalen Blomsterfesten till ditt barnkalas.

I denna sagomiljö kan du fira barnkalas. På nedervåningen finns ett större rum för lekar och musikarrangering samt ett rum med bord och sittplatser för ca 20-25 personer. Väggar och fönster har vackra sagomotiv. I det mysiga skogsrummet kan barnen klättra i träd och gömma sig i kojor. Balkongen är perfekt att ha fiskdamm från.

Kostnad: 1500 kronor/dag.

Tillgängligt: lördagar och söndagar.

### BOKNING & INFORMATION

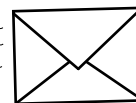
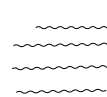
08 525 230 07

blomsterfesten@birkagarden.se



Med reservation för förändring.

# KURSANMÄLAN



Skicka till Birkagården  
Birkagården  
Att: Christer Zingmark  
Karlbergsvägen 86 B  
113 35 Stockholm



## CHRISTER ZINGMARK

Kurs- och lokalsansvarig Birkagården

Telefon 08-525 230 04

E-post christer.zingmark@birkagarden.se

JAG VILL ANMÄLA MIG TILL:

KURS

NAMN

ADRESS

TELEFONNUMMER

PERSONNUMMER (ÅÅ-MM-DD - XXXX)

E-POSTADRESS

DATUM

NAMNTECKNING

DU KAN ÄVEN ANMÄLA DIG PÅ [WWW.BIRKAGARDEN.SE/ANMALAN](http://WWW.BIRKAGARDEN.SE/ANMALAN)