


Kursprogram

Våren 2025

**Studieförbundet
Vuxenskolan**
sv.se/stockholm

Anmälningvillkor

Du hittar våra anmälningvillkor på hemsidan:
[sv.se/avdelningar/sv-stockholm/
anmelningsvillkor](http://sv.se/avdelningar/sv-stockholm/anmelningsvillkor)
eller kontakta oss på: 08-679 03 70

Allmän information

De flesta av våra kurser hålls i våra lokaler på Södermalm. Tider kan komma att ändras, för uppdaterad kursinformation se: www.sv.se/stockholm

Vi reserverar oss för eventuella felskrivningar i detta kursprogram.



DATOR, MOBIL & IT

MAC

Kom igång med din Mac - grund

4 ggr | 1690 kr | 13.30-16.00
Start 2025-01-28
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din Mac - grund

4 ggr | 1690 kr | 13.30-16.00
Start 2025-04-02
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din Mac - forts

4 ggr | 1690 kr | 13.30-16.00
Start 2025-04-01
Ledare: Gabriel Eliasson

PC

Kom igång med din PC - grund

4 ggr | 1690 kr | 10.00-12.30
Start 2025-03-05
Ledare: Gabriel Eliasson

MOBIL

Kom igång med din iPhone - grund

4 ggr | 1175 kr | 10.00-12.30
Start 2025-01-28
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din iPhone - grund

4 ggr | 1175 kr | 10.00-12.30
Start 2025-04-02
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din iPhone - grund

4 ggr | 1175 kr | 10.00-12.30
Start 2025-04-29
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din iPhone - forts

4 ggr | 1175 kr | 10.00-12.30
Start 2025-03-04
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din smartphone/Android - grund (ex Samsung etc)

4 ggr | 1175 kr | 13.30-16.00
Start 2025-01-29
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din smartphone/Android - grund (ex Samsung etc)

4 ggr | 1175 kr | 10.00-12.30
Start 2025-05-07
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med din smartphone/Android - forts (ex Samsung etc)

4 ggr | 1175 kr | 13.30-16.00
Start 2025-03-05
Ledare: Gabriel Eliasson

APPAR & PROGRAM

Kom igång med Chat GPT - hur fungerar det?

2 ggr | 850 kr | 10.00-12.30
Start 2025-02-19
Ledare: Gabriel Eliasson

Kom igång med Chat GPT - hur fungerar det?

2 ggr | 850 kr | 10.00-12.30
Start 2025-04-01
Ledare: Gabriel Eliasson

Lär dig skapa med AI

3 ggr | 1050 kr | 10.00-12.30
Start 2025-01-29
Ledare: Gabriel Eliasson

Lär dig skapa med AI

3 ggr | 1050 kr | 13.30-16.00
Start 2025-03-04
Ledare: Gabriel Eliasson

Kamera/bilder för iPhone/iPad

3 ggr | 1050 kr | 13.30-16.00
Start 2025-04-29
Ledare: Gabriel Eliasson

Swish/Bank-ID/Spam mm för mobiler/datorer

3 ggr | 1050 kr | 13.30-16.00
Start 2025-05-07
Ledare: Gabriel Eliasson

Wordpress Classic grund

4 ggr | 2150 kr | 17.30-20.30
Start 2025-02-25
Ledare: Jacob Blomqvist

Wordpress Classic grund för seniorer

4 ggr | 2150 kr | 13.00-16.00
Start 2025-02-27
Ledare: Jacob Blomqvist

Wordpress Classic + Photoshop Elements

4 ggr | 2150 kr | 17.30-20.30
Start 2025-03-20
Ledare: Jacob Blomqvist

Wordpress Elementor Pro

2 ggr | 2150 kr | 13.00-16.00
Start 2025-04-05
Ledare: Jacob Blomqvist

Wordpress Classic grund helg

2 ggr | 2150 kr | 10.00-15.00
Start 2025-03-15
Ledare: Jacob Blomqvist

Grundkurs i Linux

8 ggr | 3250 kr | 18.00-20.30
Start 2025-03-12
Ledare: Ronny Sundqvist och Kjeld Jensen

MUSIK

Live ljudteknikkurs i samarbete med Kafé44 och Studio Rub-A-Dub

8 ggr | 3250 kr | 18.00-20.30
Start 2025-03-10
Ledare: Jonathan Sandberg

HANTVERK/KONST

SILVERSMIDE

Silversmide i Gamla stan

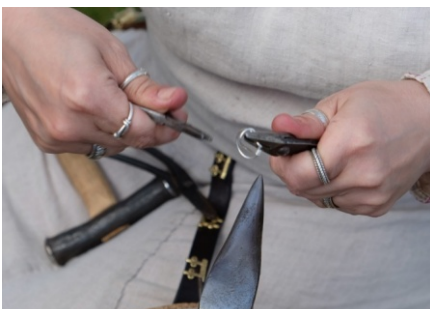
6 ggr | 3950 kr | 17.30-20.00
Start 2025-01-29
Ledare: Alvin Zedendahl

Silversmide

12 ggr | 3090 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-03
Ledare: Egidio Bencivenni

Silversmide

12 ggr | 3090 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-05
Ledare: Egidio Bencivenni



TECKNA & MÅLA

Akryl nyb/forts

8 ggr | 2250 kr | 17.45-20.00
Start 2025-02-06
Ledare: Maria Jonsson

Akryl nyb/forts

4 ggr | 1250 kr | 17.45-20.00
Start 2025-04-24
Ledare: Maria Jonsson

Kurbitsmålning nyb helg

2 ggr | 2250 kr | 10.00-14.30
Start 2025-03-01
Ledare: Helena Merckell Birkenblad

Kurbitsmålning forts

1 ggr | 1050 kr | 10.00-14.30
Start 2025-03-22
Ledare: Helena Merckell Birkenblad

Kalligrafi helg

2 ggr | 2250 kr | 10.00-16.00
Start 2025-03-22
Ledare: Dipak Lahiri

Färgkalligrafi helg

2 ggr | 2250 kr | 10.00-16.00
Start 2025-04-12
Ledare: Dipak Lahiri

Teckning för nybörjare

2 ggr | 2250 kr | 10.00-16.00
Start 2025-03-29
Ledare: Dipak Lahiri

Porträttkurs i teckning helg

2 ggr | 2450 kr | 10.00-16.00
Start 2025-04-12
Ledare: Anna Vallin

Konturteckning

2 ggr | 2250 kr | 10.00-16.00
Start 2025-04-26
Ledare: Dipak Lahiri

TEXTILA HANTVERK

Lär dig virka - helg

2 ggr | 1450 kr | 10.00-15.00
Start 2025-02-08
Ledare: Scilla Svärdkrona Skönvall

Virka rutor

4 ggr | 2685 kr | 17.30-20.30
Start 2025-03-04
Ledare: Maria Gullberg

Virka med pärlor

1 ggr | 1250 kr | 10.00-15.00
Start 2025-03-30
Ledare: Anna Karin Ern Cedergren

Knyppling

8 ggr | 1995 kr | 14.00-16.30
Start 2025-01-21
Ledare: Hedwig Silén Hermanson

Knyppling

8 ggr | 1995 kr | 17.45-20.15
Start 2025-01-21
Ledare: Hedwig Silén Hermanson

Knyppling helg

2 ggr | 1750 kr | 09.00-16.00
Start 2025-03-15
Ledare: Hedwig Silén Hermanson

Lär dig sticka del 1

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-01-20
Ledare: Stina Svensson

Lär dig sticka del 1

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-01-27
Ledare: Karin Skönvall

Lär dig sticka del 2

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-03-31
Ledare: Stina Svensson

Fem sticktekniker på fem kvällar

5 ggr | 2950 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-03
Ledare: Maria Gustafsson

Fem sticktekniker på fem kvällar

5 ggr | 2950 kr | 18.00-20.30
Start 2025-03-31
Ledare: Maria Gustafsson

Sticka sockor

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-01-27
Ledare: Stina Svensson

Sticka barn-/babyplagg

4 ggr | 1550 kr | 18.00-20.30
Start 2025-01-21
Ledare: Ester Sailer

Flätstickning och korsade maskor

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-01-20
Ledare: Karin Skönvall

Kom vidare i din stickning (sticktermer och tekniker)

5 ggr | 1850 kr | 17.30-20.00
Start 2025-03-26
Ledare: Karin Skönvall

Fritt broderi

3 ggr | 1850 kr | 17.30-20.30
Start 2025-05-13
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Knyta makramé grund

3 ggr | 2050 kr | 10.00-15.00
Start 2025-03-15
Ledare: Annika Patomella

Lappa, laga och gör om dina kläder

2 ggr | 1550 kr | 10.00-15.00
Start 2025-01-25
Ledare: Ester Sailer

Filosofiska syrummet

5 ggr | 1650 kr | 17.30-20.00
Start 2025-02-17
Ledare: Lisa Cowling

VÄVNING

Vävkurs för alla

8 ggr | 5350 kr | 13.00-16.00
Start 2025-01-14
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Vävkurs för alla

8 ggr | 5350 kr | 14.00-17.00
Start 2025-02-17
Ledare: Alva Näsman Olai

Vävkurs för alla

8 ggr | 5650 kr | 18.00-21.00
Start 2025-02-17
Ledare: Alva Näsman Olai

Vävkurs för alla

8 ggr | 5650 kr | 17.30-20.30
Start 2025-04-01
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Vävkurs för alla, intensiv

5 ggr | 5750 kr | 10.00-16.00
Start 2025-03-24
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Vävkurs för alla

8 ggr | 5350 kr | 14.00-17.00
Start 2025-05-05
Ledare: Alva Näsman Olai

Vävkurs för alla

8 ggr | 5650 kr | 18.00-21.00
Start 2025-05-05
Ledare: Alva Näsman Olai

Vävkurs för alla, intensiv

5 ggr | 5750 kr | 10.00-16.00
Start 2025-06-09
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Vävkurs för alla - fem vävtekniker

8 ggr | 5650 kr | 17.30-20.30
Start 2025-01-14
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Vävkurs för alla - fem vävtekniker

8 ggr | 5350 kr | 13.00-16.00
Start 2025-04-01
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

Prova bandvävning i bandgrind

1 ggr | 1150 kr | 17.30-20.30
Start 2025-03-18
Ledare: Fredrika Engberg Paulsrud

ÖVRIGT HANTVERK

Keramik på Alvikstorpet

7 ggr | 4250 kr | 10.00-12.15
Start 2025-01-15
Ledare: Susann Bergensjö Allercrantz

Keramik på Alvikstorpet - Drejning, glasering mm

6 ggr | 5350 kr | 18.00-21.00
Start 2025-01-16
Ledare: Susann Bergensjö Allercrantz

Keramik på Alvikstorpet

8 ggr | 4950 kr | 10.00-12.15
Start 2025-03-12
Ledare: Susann Bergensjö Allercrantz

Keramik på Alvikstorpet - Drejning, glasering mm

6 ggr | 5350 kr | 18.00-21.00
Start 2025-03-13
Ledare: Susann Bergensjö Allercrantz

Blyinfattat glas - varannan vecka

9 ggr | 3995 kr | 11.00-14.00
Start 2025-01-27
Ledare: Nanna Clason

Blyinfattat glas - varannan vecka

9 ggr | 3995 kr | 18.00-21.00
Start 2025-01-27
Ledare: Nanna Clason

Blyinfattat glas - varannan vecka

10 ggr | 3995 kr | 18.00-21.00
Start 2025-02-03
Ledare: Nanna Clason

Blyinfattat glas

10 ggr | 3995 kr | 11.00-14.00
Start 2025-02-11
Ledare: Nanna Clason



Blyinfattat glas

10 ggr | 3995 kr | 18.00-21.00
Start 2025-02-11
Ledare: Nanna Clason

Ikebana Japansk blomuppsättning grund

1 ggr | 890 kr | 13.00-17.00
Start 2025-02-01
Ledare: Birgitta Lönnerberg

Ikebana Japansk blomuppsättning forts

1 ggr | 890 kr | 13.00-17.00
Start 2025-02-02
Ledare: Birgitta Lönnerberg

Skapa hjärtan

1 ggr | 1150 kr | 10.00-15.00
Start 2025-02-02
Ledare: Anna Karin Ern Cedergren

Luffarslöjd

1 ggr | 1250 kr | 10.00-15.00
Start 2025-04-27
Ledare: Anna Karin Ern Cedergren

Tälj med kniv och yxa - täljkurs för kvinnor grund

2 ggr | 2850 kr | 09.00-16.00
Start 2025-04-05
Ledare: Mette Handler

Tuftning

Start se sv.se/stockholm



HÄLSA & LIVSTIL

Rosenrörelser

12 ggr | 900 kr | 09.30-10.30 eller 10.45-11.45
Start 2025-01-23
Ledare: Lena Eliasson

Qigong

12 ggr | 1450 kr | 10.00-11.30
Start 2025-01-23
Ledare: Anna Holtenstam

Tai Chi

10 ggr | 1250 kr | 18.00-19.30
Start 2025-02-04
Ledare: Anna Holtenstam

Dansglädje m Kerstin och Marie

10 ggr | 2150 kr | 18.00-19.30
Start 2025-02-17
Ledare: Kerstin Carlsson & Marie Lander



NATUR

BIODLING

Biodling grund

10 ggr | 2850 kr | 18.30-21.00
Start 2025-02-10
Ledare: Bengt Sundbaum

Biodling grund

10 ggr | 2850 kr | 18.30-21.00
Start 2025-04-01
Ledare: Lars Myrtner

Biodling fortsättning

6 ggr | 1750 kr | 18.30-21.00
Start 2025-02-12
Ledare: Bengt Sundbaum

TRÄDGÅRD

Trädgårdsplanering grund

6 ggr | 2250 kr | 18.30-21.00
Start 2025-02-06
Ledare: Lars Myrtner

Beskärning av träd och buskar

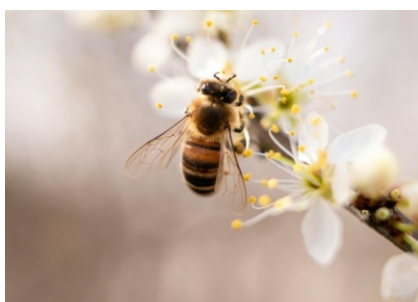
1 ggr | 895 kr | 11.00-15.00
Start 2025-03-22
Ledare: Lars Myrtner

Beskärning av träd och buskar

1 ggr | 895 kr | 11.00-15.00
Start 2025-03-23
Ledare: Lars Myrtner

Ympning av fruktträd m m

1 ggr | 895 kr | 10.00-17.00
Start 2025-04-12
Ledare: Lars Myrtner



SKRIVA

Skriv om ditt liv grund

5 ggr | 2250 kr | 10.00-12.15
Start 2025-02-12
Ledare: Anette Sievers

Skriv om ditt liv forts

5 ggr | 2250 kr | 14.00-16.15
Start 2025-02-12
Ledare: Anette Sievers

Skrivarkurs grund

5 ggr | 2450 kr | 18.00-20.15
Start 2025-02-18
Ledare: Anette Sievers

Att skriva kåserier och krönikor - varannan vecka

3 ggr | 1350 kr | 14.00-16.15
Start 2025-02-19

Att skriva barnbok grund

7 ggr | 2650 kr | 18.00-20.15
Start 2025-02-10
Ledare: Annika Nasiell

Att skriva barnbok - grund varannan vecka - distanskurs

7 ggr | 2350 kr | 18.00-20.15
Start 2025-03-26
Ledare: Annika Nasiell

Skrivarkurs - Ta tag i ditt skrivande fortsättning

5 ggr | 2450 kr | 13.00-15.30
Start 2025-02-09
Ledare: Helga Härle

Skrivarkurs - Ta tag i ditt skrivande grund - varannan vecka

5 ggr | 2450 kr | 18.00-20.30
Start 2025-03-04
Ledare: Helga Härle

Skrivarkurs - projektverkstad (varannan vecka)

5 ggr | 2450 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-12
Ledare: Helga Härle

Skrivarkurs - projektverkstad (varannan vecka)

5 ggr | 2450 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-19
Ledare: Helga Härle



SLÄKTFORSKNING

Nyfiken på släktforskning - föreläsning

1 ggr | 550 kr | 13.00-15.30
Start 2025-01-29

Släktforskning grund

7 ggr | 2750 kr | 09.30-12.00
Start 2025-02-03
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning grund

7 ggr | 2750 kr | 18.00-20.30
Start 2025-02-04
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning grund

7 ggr | 2750 kr | 13.00-15.30
Start 2025-02-17
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning grund Östermalm

7 ggr | 2750 kr | 13.00-15.30
Start 2025-02-25
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning grund intensiv

2 ggr | 2450 kr | 10.00-16.00
Start 2025-03-01
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning fortsättning 1

6 ggr | 2450 kr | 09.30-12.00
Start 2025-02-04
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning fortsättning 2

6 ggr | 2350 kr | 09.30-12.00
Start 2025-03-18
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning Handstillsläsning

5 ggr | 2250 kr | 13.00-15.30
Start 2025-01-13
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning Forska vidare med dator

5 ggr | 2250 kr | 18.00-20.30
Start 2025-03-25
Ledare: Ulf Berggren

Släktforskning med DNA

1 ggr | 1300 kr | 10.00-16.00
Start 2025-03-15
Ledare: Ulf Berggren

SPRÅK

Franska för nästan nybörjare

10 ggr | 2350 kr | 17.30-19.00
Start 2025-02-11
Ledare: Alexandre Emery

Franska inför resan

6 ggr | 1550 kr | 17.30-19.00
Start 2025-04-21
Ledare: Alexandre Emery

TAKK

Nyfiken på TAKK?

1 ggr | 0 kr | 17.30-18.30
Start 2025-01-20
Ledare: Eva Bergman

Nyfiken på TAKK?

1 ggr | 0 kr | 08.30-09.30
Start 2025-02-21
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 1

6 ggr | 2550 kr | 17.30-20.30
Start 2025-02-10
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 1

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-02-28
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 1 Intensiv

3 ggr | 2550 kr | 09.30-15.30
Start 2025-03-23
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 1

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-04-11
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 1 Intensiv - sommar

3 ggr | 2550 kr | 09.00-15.00
Start 2025-06-23
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 2 Intensiv

3 ggr | 2550 kr | 09.30-15.30
Start 2025-02-02
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 2

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-03-06
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 2

6 ggr | 2550 kr | 17.30-20.30
Start 2025-03-24
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 3

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-01-14
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 3

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-04-24
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation grund steg 4

6 ggr | 2550 kr | 17.30-20.30
Start 2025-03-06
Ledare: Eva Bergman

TAKK / Teckenkommunikation fortsättning

6 ggr | 2550 kr | 09.00-12.00
Start 2025-01-16
Ledare: Eva Bergman

VANDRINGAR

Konstvandring i Västertorp

1 ggr | 200 kr | 13.00-14.30
Start 2025-05-08
Ledare: Dipak Lahiri

KONDISVANDRINGAR

Promenera 1-1,5 timme med en guide.
Turen avslutas på konditori.
Vandringarna börjar kl. 11.00
respektive kl. 13.30, och kostar 175 kr
Start 2025-02-16

Från Björkhagen till Kärrtorp

1 ggr | 175 kr | 11.00-12.30 eller
13.30-15.00
Start 2025-02-16
Ledare: Eva Palmqvist

"Vi går på bio" en stadsvandring om biografier i Stockholm

1 ggr | 175 kr | 11.00-12.30 eller
13.30-15.00
Start 2025-03-16
Ledare: Peter Frisk

Nya Kungsholmen - från Fridhemsplan till Stadshagen

1 ggr | 175 kr | 11.00-12.30 eller
13.30-15.00
Start 2025-04-13
Ledare: Eva Palmqvist

Slakthusområdet

1 ggr | 175 kr | 11.00-12.30 eller
13.30-15.00
Start 2025-05-18
Ledare: Inger Johansson

AFASI

Cirklar i samverkan med Afasiföreningen i Stockholms län

Alla cirklar för personer med afasi anpassas utifrån deltagarnas språkliga förmåga. Det är även möjligt att delta digitalt i vissa fall.

Cirklar inom språklig stimulans:

Träna på att tala, läsa och skriva. Nutidsorientering och erfarenhetsutbyte.

Måla och teckna:

Anpassat för personer med afasi och även för arbete med endast vänster hand.

Sånggrupp:

En rolig hjärngympa där var och en sjunger med efter egen förmåga.

För mer information och anmälan kontakta Margareta Forselius, margareta.forselius@afasicenter.se tel 08-7204480, 076-5561390

För uppdaterad kursinformation, gå in på sv.se/stockholm

Här hittar du kurserna på nätet:

