

# SVERIGES FOLKHÖGSKOLOR

*En plats i världen*



folkhögskola.nu  
ALLA SVERIGES FOLKHÖGSKOLOR



# En plats med öppna ansikten

*Ansikten kan vara som dörrar, mer eller mindre låsta. Folkhögskolan har en atmosfär som gör att du ser många öppna ansikten omkring dig. Vi människor är sådana, det syns på oss när vi känner oss trygga, kan växa och färdas vart vi vill.*

*Folkhögskolan har en deltagarstyrd pedagogik som gör det möjligt. Hit kommer du för att göra comeback, testa en dröm eller yrkesutbilda dig. Folkhögskolan ger dig behörighet, kunskap och just det, ett öppet ansikte.*

*I den här broschyren berättar vi vad folkhögskola är, vilken typ av utbildningar som finns och hur det kan vara att gå på folkhögskola. Här och var hittar du hänvisningar till sidor på [www.folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu) där du kan läsa mer. På webbplatsen hittar du information om folkhögskolekurser, folkhögskolornas inriktning och hur du gör för att ansöka.*

Agnesbergs  
folkhögskola •  
Albins folkhögskola • Alma  
folkhögskola • Arbetarrörelsens  
folkhögskola i Göteborg • Arbe-  
tarrörelsens folkhögskola i Viskadalen  
• Axevalla folkhögskola • Bergslagens  
folkhögskola • Billströmska folkhögskolan  
• Birka folkhögskola • Birkagårdens folkhög-  
skola • Biskops Arnö Nordens folkhögskola  
• Blekinge folkhögskola • Bollnäs folkhögsko-  
la • Bona folkhögskola • Borås folkhögskola •  
Bosöns idrottsfolkhögskola • Botkyrka folkhögsko-  
la • Braheskolan - Vingsö folkhögskola • Bromma  
folkhögskola • Brunnsviks folkhögskola • Bäckedals  
folkhögskola • Dalkarlså folkhögskola • Dalslands  
folkhögskola • Edelviks folkhögskola • Eskilstuna  
folkhögskola • Eslövs folkhögskola • Fellingsbro folkhög-  
skola • Finska folkhögskolan • Folkhögskolan Hvilan •  
Folkhögskolan i Angered • Fornby folkhögskola •  
Forsa folkhögskola • Frannäs folkhögskola • Frid-  
hems folkhögskola • Fristads folkhögskola • Fry-  
husets folkhögskola • Furuboda folkhögskola •  
Fämebo folkhögskola • Gamleby folkhögskola •  
Geijerskolan • Glimåkra folkhögskola • Glökala  
folkhögskolan i Malmö • Grebbestads folkhög-  
skola • Grimslövs folkhögskola • Göteborgs  
folkhögskola • Hagabergs folkhögskola • Hellidens  
folkhögskola • Hellsjöns folkhögskola • Hjo folkhög-  
skola • Hjälmared folkhögskola • Håla folkhögskola •  
Hyllie Park folkhögskola • Hällefors folkhögskola •  
Härnösands folkhögskola • Hästsportens folkhög-  
skola • Högalids folkhögskola • Ingessunds  
folkhögskola • Jakobsbergs folkhögskola • June  
folkhögskola • Jämshögs folkhögskola • Kaggelholms  
folkhögskola • Kalix folkhögskola • Karlskoga folkhög-  
skola • Katrinebergs folkhögskola • Kista folkhög-  
skola • Klarälvdalens folkhögskola • Kristinehamns  
folkhögskola KPS • Kvarnby folkhögskola • Kvin-  
nofolkhögskolan • Kyrkeruds folkhögskola •  
Kävesta folkhögskola • Leksands folkhögsko-  
la • Liljeholmens folkhögskola • Lillsveds  
idrottsfolkhögskola • Litorina folkhögsko-  
la • Ljungskile folkhögskola • Lunnevids  
folkhögskola • Långholmens folkhög-  
skola • Löftadalens folkhögskola •  
Malmfältens folkhögskola • Malmö  
folkhögskola • Malungs folkhögskola •  
Mariannelunds folkhögskola •  
Marieborgs folkhögskola • Markaryds  
folkhögskola • Medlefors folkhög-  
skola • Mellansjö folkhögskola •  
Mo Gård folkhögskola • Molkoms  
folkhögskola • Mora folkhögskola •  
Mullsjö folkhögskola • Munka folkhög-  
skola • Nordiska folkhögskolan •  
Nyköpings folkhögskola • Oskarshamns  
folkhögskola • PRO:s folkhögskola  
• Rumö folkhögskola • Röda Korsets  
folkhögskola • S:t Sigfrids folkhögskola • S:t  
Birgittas folkhögskola • S:t Maria folkhögskola  
• Scouternas folkhögskola • Siguna folkhögskola  
• Sjöviks folkhögskola • Skarpnäcks folkhögskola •  
Skeppsholmens folkhögskola • Skurups folkhögskola •  
Solviks folkhögskola • Sommenbygdens folkhögskola •  
Stadsmissionens folkhögskola • Stensunds  
folkhögskola • Storumans folkhögskola •  
Strömbäcks folkhögskola • Sundbybergs folkhög-  
skola • Sunderby folkhögskola • Sundsgårdens folkhög-  
skola • Sverigefinska folkhögskolan • Södertörns  
folkhögskola • Södra Stockholms folkhögskola • Södra  
Vätterbygdens folkhögskola • Sörängens folkhög-  
skola • Tollare folkhögskola • Tornedalens  
folkhögskola • Tärna folkhögskola • Vadstena  
folkhögskola • Valjeviken folkhögskola •  
Valla folkhögskola • Vara folkhögskola •  
Vimmerby folkhögskola • Vindeln folkhög-  
skola • Vårdinge By folkhögskola • Vaddö  
folkhögskola • Värnamo folkhögskola •  
Västerviks folkhögskola • Västerbergs  
folkhögskola • Västerås folkhögskola •  
Wendelsbergs folkhögskola •  
Wiks folkhögskola • Ågesta folkhög-  
skola • Ålsta folkhögskola • Åredalens  
folkhögskola • Åsa folkhögskola •  
Ådelfors folkhögskola •  
Älvsby folkhögskola •  
Önnestads folkhögskola  
• Örebro folkhögskola  
• Örnsköldsviks folkhög-  
skola • Österlens  
folkhögskola •  
Östra Grevie  
folkhögskola •

## Innehåll

- 4 Folkhögskola – en unik utbildningsform
- 6 Kurser på flera nivåer
- 8 Vilken kurs vill du gå? Vad brinner du för?
- 10 Allmän kurs på grundskolenivå
- 12 Allmän kurs på gymnasienivå
- 14 Gå en profilkurs och utveckla ett intresse
- 16 Gå en yrkesutbildning – bli det du drömmer om
- 18 Andra kurser på folkhögskola
- 20 Vad, var, hur? Du bestämmer
- 22 Funktionsnedsättning
- 23 Intervju: Folkbildning som svänger
- 24 Frågor och svar
- 26 Alla skolor per län
- 28 Alla folkhögskolors kontaktuppgifter
- 31 [www.folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu)





# *Folkhögskola – en unik utbildningsform*

På folkhögskola förenas teori och praktik. Här möter du en mångfald av människor, idéer och intressen. Dialogen i gruppen är viktig och du är med och påverkar din egen utbildning.



### Folkhögskola för alla

Folkhögskolan vänder sig till vuxna. Många är unga och söker ett sammanhang eller inriktning för framtiden. Andra har hunnit jobba några år och vill ta en paus för att lära sig något nytt eller utveckla ett intresse.

### Kurser på flera nivåer

Folkhögskolan har många olika typer av kurser på olika nivåer. Vissa kurser förbereder för högre studier och arbetsliv, andra kan du gå för att ägna dig åt ett ämne du är intresserad av. Varje skola

utformar sin egen kursprofil. Det innebär att du kan hitta en kurs med ett innehåll eller nivå som passar dig.

### Välj bland över 150 folkhögskolor över hela Sverige

Folkhögskolorna finns över hela Sverige, från norr till söder, i storstäder och på landsbygden. Du kan söka till vilken folkhögskola som helst. Du är alltså inte bunden till din hemkommun eller hemlän.

En del folkhögskolor har ett internat där du kan bo. Många erbjuder distansstudier. Folkhögskolorna är självständiga. De flesta folkhögskolorna drivs av folkrörelser och ideella organisation. Många drivs också av landsting och regioner.

De värderingar och idéer som skolans huvudman har påverkar ofta folkhögskolans inriktning och kursutbud. Det kan vara bra att tänka på så att du lättare hittar en skola som passar dig.

### Deltagarstyrd undervisning

På folkhögskola går du ofta i en mindre kursgrupp som studerar tillsammans under en längre tid. Det gör att folkhögskolan har möjlighet att fokusera på deltagarna och lärandet utifrån ett helhetsperspektiv. Undervisningen utgår från dig och du blir uppmuntrad att vara med och skapa din utbildning. Intressen och erfarenheter avgör hur gruppen lägger upp studierna.

Det fria samtalet och skapande arbetsformer ger förutsättningar för kreativitet och egen utveckling.

### Ämnesövergripande

Folkhögskolornas lägger upp studierna på olika sätt. Många gånger är de ämnesövergripande. Genom breda tematiska studier kan du få ett helhetsgrepp på de saker du lär dig.

### Mångfald och nya möten

På folkhögskola möter du människor med olika bakgrund, erfarenhet och intressen. Att studera ihop med människor du kanske inte träffat annars ger större perspektiv och utbyte under studietiden.

### Tillgängligt och öppet för alla

Många folkhögskolor erbjuder anpassad undervisning, socialt stöd och en tillgänglig miljö för deltagare med funktionsnedsättning. Det finns också kurser som vänder sig särskilt till dig som har en funktionsnedsättning.

### Folkhögskola – mer än en skola

Folkhögskoletiden handlar om mycket mer än de faktiska studierna. Genom att du får tid att ägna dig åt dina intressen eller mål under en längre tid får du också chans att utforska saker om dig själv och påverka ditt liv, kanske i en ny riktning.



LÄS MER OM UTBILDNINGSFORMEN PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**





## *Kurser på flera nivåer*

Det finns massor av anledningar att gå en kurs på folkhögskola och en mängd möjligheter. Du kan gå Allmän kurs för att kunna läsa vidare på högskola eller yrkeshögskola. Du kan utbilda dig till ett yrke eller utveckla ett intresse. Här berättar vi om de olika kurstyperna.





## Behörighetsgivande kurser/ Allmän kurs

De behörighetsgivande kurserna finns på alla folkhögskolor. Allmän kurs vänder sig till dig som saknar grundskole- eller gymnasieutbildning och är ett alternativ till komvux för att få grundläggande behörighet att söka vidare till högskola, yrkes-högskola eller folkhögskolornas eftergymnasiala yrkesutbildningar

Vissa behörighetsgivande kurser har en tydlig inriktning mot ett speciellt ämnesområde, till exempel media, globala frågor eller teater.

**Se sid 10-13**



## Profilkurser

På profilkurserna ägnar du större delen av studietiden åt det speciella ämnesområde du har valt. Här studerar du inte de allmänna ämnen som ger behörighet till högskolan/yrkeshögskolan. En profilkurs kan vara inriktad på till exempel musik, media, språk, friskvård eller turism.

**Se sid 14-15**



## Yrkesutbildningar

Yrkesutbildningarna på folkhögskolan är profilkurser som är inriktade mot ett yrke. Vissa yrkesutbildningar är på eftergymnasial nivå medan andra är på gymnasienivå.

**Se sid 16-17**



## Distanskurser

Att studera på distans innebär en större flexibilitet i tid och rum. Det kan passa dig som vill studera hemifrån eller som vill studera på andra tider än under dagtid på vardagar.

**Se sid 20-21**



## Funktionsnedsättning

Folkhögskolorna kan erbjuda anpassad undervisning och en tillgänglig miljö på de flesta av sina kurser. Det finns också kurser som riktar sig speciellt till dig som har en funktionsnedsättning.

**Se sid 22**



## Korta kurser/Sommarkurser

Folkhögskolorna anordnar också korta kurser. Korta kurser i maj, juni, juli eller augusti kallas för sommarkurser. Du hittar dem på folkhögskola.nu eller i en egen tryckt katalog som du kan beställa på webbplatsen.



## Övriga kurser

**Studiemotiverande folkhögskolekurser, SMF**, hittar du på många folkhögskolor. De riktar sig till arbetssökande som saknar fullständiga betyg från grund- eller gymnasieskolan.

**Etableringskurs** är en sexmånaders kurs för nyanlända invandrare som bland annat innehåller språk och samhällsorientering.

Många folkhögskolor anordnar också **SFI, Svenska för invandrare**. Information om SFI-kurser finns hos din hemkommun.

**Se sid 18-19**



# Vilken kurs vill du gå? Vad brinner du för?



På folkhögskola finns runt 2 500 kurser. Här kan du se de olika ämnesområdena. På profilkurser och yrkesutbildningar ägnar du den största delen åt det ämnesområde du valt. Allmän kurs/behörighetsgivande kurs kan ha en specialinriktning upp till halva kurstiden.



## Estetiska kurser

Vill du lära dig måleri, bygga en båt, spela rockmusik eller teater? Då kan en estetisk kurs vara någonting för dig.

### Båtbyggarkurser

### Danskurser

### Designkurser, Formgivningskurser

### Hantverkskurser

### Kantorsutbildning, Kyrkomusikerutbildning

### Keramikkurser

### Konstnärligt foto

### Musikkurser

### Målarkurser, Teckningskurser

### Skrivarkurser

### Skulpturkurser

### Smideskurser, Silverkurser

### Teaterkurser

### Teaterpedagog- Dramapedagogutbildning

### Textilkurser, Vävkurser

### Träkurser



## Människa | Samhälle | Religion

Kurser för dig som vill lära dig mer om sociala frågor, fördjupa dig kring religion eller utbilda dig till exempelvis fritidsledare eller behandlingspedagog.

### Behandlingspedagog, Behandlingskurser

### Entreprenörskurser, Ekonomikurser

### Fritidsledarutbildning

### Genuskurser

### Hållbar utveckling

### Kulturkurser

### Ledarskapskurser, Projektledningskurser

### Livsåskådningskurser, Bibelkurser,

### Religionskurser

### Personlig assistentutbildning

### Polisförberedande kurser

### Samhällsinriktade kurser

### Socialt inriktade kurser

### Vårdkurser, Omsorgskurser





## Media | Kommunikation

*Vill du bli journalist, ljudtekniker eller fotograf?  
Gå någon av våra mediekurser!*

**Datakurser – grundnivå**

**Datakurser – webb, design, IT**

**Filmkurser, TV-kurser**

**Journalistiskt foto**

**Journalistutbildning**

**Kommunikationskurser**

**Ljudteknikkurser**

**Mediekurser - grundnivå**

**Radiokurser**



## Internationellt | Språk

*Internationella kurser och språkkurser på folkhögskola  
är för dig som vill lära dig mer om till exempel global  
utveckling eller språk.*

**Global utvecklingskurser, Internationella kurser**

**Invandrarkurser, Kurser för nya svenskar**

**Språkkurser**

**Teckenspråkkurser**

**Tolkutbildning**

**Turismkurser**



## Hälsa | Miljö | Natur

*Kurser för dig som vill lära dig mer om miljöfrågor,  
friluftsliv, friskvård eller idrott.*

**Friluftslivskurser**

**Friskvårdskurser, Hälsokurser**

**Idrottskurser**

**Matkurser, Hushållskurser**

**Miljökurser, Ekologikurser**

**Naturvetenskapliga kurser**

**Trädgårdskurser**



## Övriga ämnesområden

**Engelska som kursspråk**

**Enstaka gymnasieämnen på distans**

**Kvinnokurser**

**Långsammare studietakt**

**Prova på-kurser**

**Seniorkurser**

**Utlandsförlagda kurser**





## Allmän kurs

Saknar du fullständig grundskole- eller gymnasieutbildning kan du gå Behörighetsgivande kurs/Allmän kurs. Det är ett alternativ till komvux för att få grundläggande behörighet att söka vidare till högskola eller yrkeshögskola. Alla folkhögskolor har Allmän kurs på gymnasienivå. Många erbjuder också studier på grundskolenivå.



## Allmän kurs på grundskolenivå

### – för dig som inte har gått klart grundskolan

På Allmän kurs på grundskolenivå får du kunskaper så att du senare kan studera vidare på gymnasienivå. Hur lång tid du behöver studera på grundskolenivån beror på vad du har för tidigare grundskolestudier bakom dig. Men det beror också på upplägget av studierna som varje folkhögskola fritt beslutar om.

### Vad innehåller Allmän kurs?

På Allmän kurs på grundskolenivå studerar du allmänna ämnen som till exempel svenska, matematik, engelska, samhällskunskap med mera. Det kan också ingå många andra ämnen - det är vanligt att folkhögskolor ordnar temastudier på Allmän kurs, där flera ämnen ingår i ett tema.

De flesta studerar vidare på gymnasienivå på den folkhögskola där de går, men du kan också välja att söka någon av de andra folkhögskolorna.

### Intyg efter kursen

Efter att du har gått klart Allmän kurs på grundskolenivå får du ett intyg som beskriver vad du studerat. Om du har gått minst ett år folkhögskolans Allmänna kurs och nått upp till en nivå motsvarande årskurs 9 (och läst svenska, engelska, matematik och samhällskunskap motsvarande årskurs 9) intygar folkhögskolan att du har förutsättning att tillgodogöra dig studier på gymnasienivå.



*” Det bästa som hänt mig!  
Tidigare hade jag inte motivation,  
men det ändrades när jag började på  
folkhögskola. Jag vill läsa klart på  
gymnasienivå och sedan jobba som  
byggare. Jag är på rätt spår nu. ”*

Abbe, Allmän kurs.



HITTA ALLMÄNNA KURSER PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**







## Allmän kurs på gymnasienivå

– för dig som vill få behörighet till studier på högskola och yrkeshögskola

På Allmän kurs på gymnasienivå får du grundläggande behörighet för att studera vidare på högskola och yrkeshögskola.

Hur länge du studerar på Allmän kurs beror på vilka kunskaper du har när du börjar dina studier och vad du har för mål med dina studier. Du kan studera ett, två eller tre år.

Det är vanligt att folkhögskolor ordnar temastudier på allmän kurs, där flera ämnen ingår i ett tema.

Ofta har du möjlighet att välja en särskild inriktning på dina studier. Inriktningen kan till exempel vara musik, idrott, drama, samhällsfrågor eller internationella frågor.

**Du får ett behörighetsintyg när du är klar**

När du har klarat av folkhögskolans Allmänna kurs får du ett intyg som berättar att du har grundläggande behörighet till högskolan eller yrkeshögskolan.

Folkhögskolan kan också ge intyg om särskild behörighet. Vilka särskilda behörigheter som kan intygas varierar från folkhögskola till folkhögskola.

### Grundläggande behörighet till högskolan eller yrkeshögskolan



För att folkhögskolan ska ge intyg på att du har grundläggande behörighet måste du uppfylla både omfattningskravet och innehållskravet, se till höger.

### 1) Omfattning

**Du ska ha studerat en viss tid, enligt något av följande fyra alternativ:**

- 📖 studera tre år på folkhögskola *eller*
- 📖 studera två år på folkhögskola om du har studerat i minst ett år på gymnasieskola *eller*
- 📖 studera två år på folkhögskola om du har grundskolan och har minst ett års erfarenhet från arbetslivet *eller*
- 📖 studera ett år på folkhögskola om du har studerat på gymnasieskola i minst två år.

Ett läsår innebär minst 30 veckors studier på heltid. Folkhögskolan kan fritt utforma innehållet i den allmänna kursen, men utrymme ska finnas för kurserna i innehållskravet.

### 2) Innehåll

**Du ska ha studerat vissa ämnen. Du ska nå motsvarande lägst godkänd nivå i tio alternativt sju gymnasiegemensamma kurser:**

TILL HÖGSKOLAN

- 📖 Svenska eller Svenska som andraspråk 1, 2 och 3
- 📖 Engelska 5 och 6
- 📖 Matematik 1 a, b eller c
- 📖 Samhällskunskap 1a1
- 📖 Historia 1a1
- 📖 Religionskunskap 1
- 📖 Naturkunskap 1a1

FÖR YRKESHÖGSKOLAN

- 📖 Svenska eller Svenska som andraspråk 1
- 📖 Engelska 5
- 📖 Matematik 1 a, b eller c
- 📖 Samhällskunskap 1a1
- 📖 Historia 1a1
- 📖 Religionskunskap 1
- 📖 Naturkunskap 1a1

# "Allt är möjligt"

**Annika tycker att folkhögskolan ser hela människan och visar att hjärta och hjärna kan hänga ihop.**

**– Allas egenskaper och förmågor ses, och vi som individer och som grupp kompletterar varandra. Det är ett väldigt brett synfält.**

Annika tycker att hon har hittat hem i folkhögskolan.

– I skolorna jag gått tidigare var det ofta snävt för den som stack ut eller hade svårt att passa in. Men nu är det lika roligt varje dag att gå till skolan.

– Hur folkhögskoletiden blir är väldigt mycket upp till dig. Du bestämmer själv hur engagerad eller motiverad du är. Jag är väldigt nyfiken av mig. Jag vill lära mig, oavsett om det handlar om kunskap eller om människor. Livet är spännande!

På Allmän kurs läser Annika de ämnen som behövs för att få grundläggande behörighet till högre studier. Deltagarna jobbar också med andra ämnen och ämnesövergripande teman.

– Vi har jobbat med ett tema i sju veckor som ersätter alla ämnen, utom en dag i veckan då vi har matte, engelska och svenska. Vi lär oss samarbeta, bestämmer tillsammans hur gruppen ska arbeta och väljer ett fördjupningsområde. Vår grupp har arbetat med tema hälsa. Temaarbetet har varit bra eftersom vi får mycket kunskap men också måste hantera sådant som kommer upp under tiden i grupprocessen.

## Mångfald av åldrar och bakgrund

I Annikas klass är deltagarna olika åldrar, men de flesta är mellan 18-25 år.

– Det har varit obeskrivligt bra. Det blir väldigt intressanta samtal när man har olika erfarenheter och ryggsäckar. Jag har lärt mig massor av de som är yngre, och de har nog lärt sig mycket av mig också.

## Lärarna skapar en levande läromiljö

Annika tycker att lärarna bidragit mycket till det positiva klimat som råder på folkhögskolan.



**Annika**, Allmän kurs på gymnasienivå

– De ser alla och vi deltagare har stora möjligheter att styra undervisningen. Vi kan komma med önskemål och de tycker att det är kul med vårt engagemang. Det är ingen korvstopppning utan levande samtal.

## Drömmer om att bli socionom

Annikas mål är att komma in på högskolan och läsa till socionom.

– Det har varit min dröm länge men jag har inte haft plattformen förrän nu.

Mötet med människor lockar, säger hon.

– Jag har gått igenom mycket själv och vill öka medvetenheten i samhället. Det handlar om att vara medmänniska och att inte döma eller placera människor i fack. Och om man dömer människor, varför gör man det? Det är intressant med arv och miljö tycker jag.

– Vågar vi ge varandra utrymme kan vi få ut så mycket mer än om vi låter fördomar och okunskap råda. Det är viktigt att vi vågar göra det bästa av livet vi har och ser möjligheterna istället för svårigheterna.

## Rekommenderar folkhögskolan

– Allt är möjligt här. Har du motivation och intresse och är engagerad kommer det att gå bra och bli en rolig tid!





## *Gå en profilkurs och utveckla ett intresse*

Vad brinner du för? Konst, media, friskvård eller språk? På folkhögskolornas profilkurser kan du utveckla ditt intresse tillsammans med andra.



Vill du specialisera dig inom något område, förbereda dig för en högre utbildning eller helt enkelt fördjupa dig i någonting som du är riktigt intresserad av?

På profilkurserna ägnar du större delen av studietiden åt det speciella ämnesområde som du vill lära dig mer om. Här studerar du inte de allmänna ämnen som ger behörighet till högskolan.

### Vilka profilkurser finns på folkhögskola?

En profilkurs kan vara inriktad på till exempel musik, media, språk, friskvård, turism med mera.

Det finns också profilkurser som riktar sig speciellt till dig som till exempel har invandrat, har en funktionsnedsättning eller har särskilda behov för din undervisning.



*Efter 30 år som journalist har Anneli sagt upp sig för att gå en skrivarkurs på folkhögskola.*

*– Det är jätteroligt. Och det är en resa. Jag sätter mig på tåget och ser vart det går.*

Anneli tycker att folkhögskolan som utbildningsform passar henne.

– Jag gillar att man får vara med och påverka. Lärarna är väldigt lyhörda och känner av vad vi deltagare vill. Det är ett samarbete snarare än en lärare-elevrelation. Vi i klassen lär mycket av varandra och våra olika erfarenheter.

Kursen fokuserar på flera olika genrer inom skrivande. För att hitta sin egen röst används olika sinnen i kursen. Att våga lyssna till dem och släppa eventuella spärrar är ett återkommande fokus för att hitta in i sitt skrivande.

– Vi gör övningar som går ut på att man skriver hela tiden. Vi börjar varje morgon med flödesskrivande. Du får inte lyfta pennan från pappret, utan bara skriva i fem minuter. Den här veckan har vi i uppdrag att skriva en text på tio sidor, så min text ligger som en surdeg nu och väntar på att jag ska baka ut den.

Anneli bor på skolans internat för att kunna satsa helhjärtat på skrivandet.

– Att gå skrivarkurs är som att bli barn på nytt och ge sig ut på helt okända vatten. Jag vet inte vad mitt mål är, men det är kul.

**”***Som deltagare ges man det utrymme man behöver och vill ha. Det är en individanpassad skolgång som passar mig bra just nu. Jag har gått här i två månader och är redan en långt bättre violinist än jag blev under de tre åren på gymnasiet.*

*Frihet är ett väldigt bra ord för folkhögskolan. Man får ett stort eget ansvar och stort utrymme att utveckla sig själv i den takt man tycker att man har ork, lust och tid till.*

*Det är bra gemenskap och vi får spela mycket. Vill man öva och satsa på musiken finns alla möjligheter här att göra det. Vill man bara spela och inte satsa stenhårt finns det möjlighet till det också.*

*Vi är också ute och spelar mycket i städer runtomkring, det är spännande.* **”**

**Sigge**, Musik med klassisk inriktning



HITTA FOLKHÖGSKOLORNAS PROFILKURSER PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**

# Gå en yrkesutbildning



Yrkesutbildningar på folkhögskola är profilkurser speciellt inriktade mot ett yrkesområde. Vissa yrkesutbildningar är på eftergymnasial nivå medan andra är på gymnasienivå.

# – bli det du drömmer om

## Vilka yrkesutbildningar finns?

Du kan bland annat utbilda dig till journalist, fritidsledare, behandlingspedagog, kontor eller hälsopedagog.

## Behörighet till yrkesutbildningar

Yrkesutbildningar på eftergymnasial nivå på folkhögskola har som behörighetskrav en

fullgjord treårig utbildning i gymnasieskolan eller motsvarande kunskaper. En del har samma förkunskapskrav som högskolan, dvs examen från ett högskoleförberedande program från gymnasiet. Till andra räcker det med en yrkesexamen. Eller motsvarande behörighet från folkhögskolans allmänna kurs.

## *”Jag trivs med att arbeta med människor”*

***Elin gick beroendeterapeututbildning på folkhögskola och arbetar idag på ett motivationsboende.***

Beroendeterapeututbildningen behandlar beroendeutvecklingen ur ett helhetsperspektiv. Olika behandlingsmetoder, såsom KBT och Tolvstegsmetoden, lyfts in i undervisningen.

– Kursen har ett processinriktat arbetssätt. Vi har tittat på förändringsprocesser, både vad som händer i människor som utvecklar ett beroende, men också vad som händer i de som står bredvid.

Som nära anhörig till en svårt sjuk person ville Elin bidra till andra med sina erfarenheter.

– Jag funderade mycket på hur mitt liv sett ut och varför jag är där jag är. Jag trivs att jobba med människor, och vill att min erfarenhet ska vara till hjälp för någon annan.

Utbildningen handlar också om att hitta nya sidor hos sig själv och våga utmana sig själv i sin egen takt, säger Elin.

## **Dela varandras resor**

Kursen innehöll en längre teoriförlagd praktik, som Elin gjorde på ett behandlingshem. Hon tycker att praktiken och de efterföljande samtalen med kurskamraterna var en viktig del av utvecklingen.



**Elin**, gick Beroendeterapeututbildning

– Det var en viktig insikt för mig hur mycket vi behöver varandra i vår personliga utveckling. Vi lär oss mycket av att lyssna på varandra. Alla har gjort en resa, och vi är med i varandras resor.

– Varje dag var värdefull.

## **Fri vuxenutbildning**

Mångfalden i folkhögskolan är viktig, säger Elin. Blandade åldrar, kulturer och en miljö dit människor själva sökt sig för att studera skapar en bra stämning.

– För mig var folkhögskola ett jättebra alternativ. Jag har fått ett ännu större intresse för människan i sin helhet genom den här utbildningen. Utan det här året hade jag inte kunnat arbeta med det jag gör.







## *Andra kurser på folkhögskola*

På många folkhögskolor finns också kurser som görs i samarbete med kommuner och arbetsförmedlingar. Kontakta din kommun eller arbetsförmedling för information om dessa kurser.

## Studiemotiverande folkhögskolekurs

Om du är arbetssökande och inte har fullständiga betyg från grund- eller gymnasieskolan, så kan Studiemotiverande folkhögskolekurs, SMF, vara något för dig. Syftet med kursen är att underlätta och motivera dig att slutföra dina studier och öka dina chanser till jobb.

Under tre månader får du möjlighet att prova på olika ämnen, förbättra din studieteknik och göra en plan för framtiden. Kursens upplägg varierar beroende på skolans inriktning och deltagarnas önskemål. Deltagarna måste vara inskrivna på Arbetsförmedlingen och det är också genom dem man kan få en plats på kursen.

Många fortsätter efter SMF-kursen på folkhögskolans Allmänna kurs/behörighetsgivande kurs.



## Etableringskurs för dig som är nyanländ i Sverige

Etableringskurs på folkhögskola är en utbildning för nyanlända invandrare och innehåller studier i bland annat svenska språket samt orienterande och arbetsförberedande delar. Kursen är på sex månader och är ett samarbete mellan folkhögskolorna och Arbetsförmedlingen. Kursens innehåll och upplägg beror mycket på vilka deltagare som finns i klassen och vad de har för tidigare erfarenheter. Varje kurs blir på så sätt unik och anpassad för deltagarna. Deltagarna måste vara inskrivna på Arbetsförmedlingen och omfattas av etableringsuppdraget.



## SFI-Svenska för invandrare

Utbildning i svenska för invandrare är en kvalificerad språkutbildning som syftar till att ge vuxna personer med annat modersmål än svenska grundläggande kunskaper i svenska språket.

Utbildning i svenska för invandrare är inte en folkhögskolekurs utan det är en egen skolform som också kan studeras på folkhögskola. Det är kommunen som avgör om en studerande har rätt till och behörighet för att studera på SFI.

Många fortsätter efter SFI på folkhögskolans Invandrarkurs eller Allmänna kurs/behörighetsgivande kurs.



LÄS MER OM ANDRA KURSER PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**



Vad, var, hur?  
Du bestämmer!



Nära eller långt borta? Du väljer hur du lägger upp dina studier och ditt boende. De flesta studerar på dagtid på skolan och bor någon annanstans. Men du kan också bo på skolans internat eller studera på distans. Välj det som passar dig.



## Leva och lära på landet

Joakim är massageterapeuten som tog chansen att utbilda sig till certifierad personlig tränare och samtidigt bo på landet under ett år.

– Jag lär mig mer fokuserat genom att bo på skolan och miljön är fantastisk. Så länge det var varmt brukade vi grilla vid havet på kvällarna, säger Joakim.

På morgnarna ser Joakim lärare och andra kursdeltagare vandra mot cafeterian. På kvällarna träffas deltagarna i varandras elevhem, springer en runda i något av elljusspårerna, spelar innebandy eller basket. Gymmet är öppet dygnet runt.

– I går kväll hängde jag med några sport- och äventyrspedagoger. Både deltagare och lärare lär känna varandra. Det är många skolor där det inte är så. Här kan man prata med lärarna som jämlingar.



Joakim, studerar till personlig tränare

## Läs på distans

Distansstudier på folkhögskola ger dig en större flexibilitet i tid och rum.

Distanskurser passar dig som vill studera hemifrån eller på andra tider än under dagtid på vardagar.

Distanskurser på folkhögskola bedrivs med hjälp av internet men är ändå mötes- och dialog-baserade i sammanhållna grupper. Det innebär bland annat att grupperna startar samtidigt. En del distanskurser är helt på distans, medan andra kombinerar distansstudierna med ett antal gemensamma kursdagar på folkhögskolan. Hur mycket och hur ofta man är på respektive folkhögskola varierar från kurs till kurs.



## Bo på internat under studietiden

Många folkhögskolor erbjuder internatboende under tiden du studerar på folkhögskola. Ta chansen att både bo och studera ihop med andra människor!

Internatet gör att du kan flytta var som helst i Sverige. För en del är det ett bra sätt att flytta hemifrån och utvecklas på ett personligt plan. Andra väljer internat för att få tillgång till sociala aktiviteter, friskvård och bibliotek även utanför skoltid. Efter skoldagens slut kan samtalen fortsätta i en ateljé eller i internatets kök.

Att bo på ett nytt ställe, lära känna en ny landsdel och nya människor är för många ett viktigt steg i den personliga utvecklingen. Att våga ta första steget leder ofta till många fler.

### Nya möten

På internatet bor du ihop med andra från olika kurser som du kanske aldrig hade lärt känna annars. Den sociala gemenskapen gör studietiden till en unik upplevelse.

### Demokratisk struktur på internatet

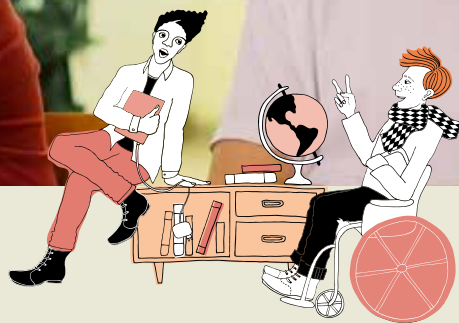
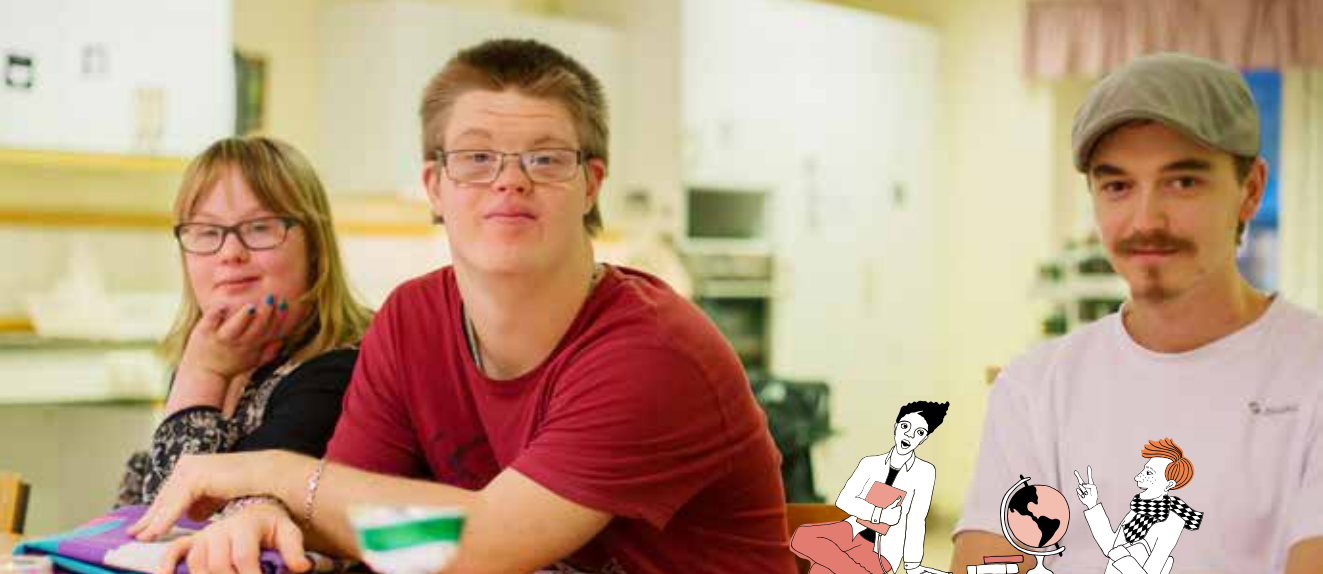
På många internat delar man på städning, matlagning och andra sysslor. Det är en väg att lära sig hur demokrati och samarbete funkar i praktiken.



HITTA DISTANSKURSER PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**

LÄS MER OM INTERNAT PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**





# Folkhögskola och funktionsnedsättning

På många folkhögskolor erbjuds anpassad undervisning, socialt stöd och en tillgänglig miljö för deltagare med funktionsnedsättning.

Personer med funktionsnedsättning kan därmed studera på många av folkhögskolornas kurser. Det finns också kurser som vänder sig särskilt till dig som har någon typ av funktionsnedsättning. De hittar du på [folkhogskola.nu](http://folkhogskola.nu) under följande rubriker:

- ♥ Afasi
- ♥ Dyskalkyli
- ♥ Dyslexi, Läs och skriv
- ♥ Dövblind
- ♥ Förvärvad hjärnskada
- ♥ Hörselnedsättning, Döv
- ♥ Neuropsykiatrisk funktionsnedsättning
- ♥ Psyisk funktionsnedsättning
- ♥ Rörelsehinder
- ♥ Synnedsättning, blind
- ♥ Utvecklingsstörning



Konstverk från en av folkhögskolornas Afasikurser.

För att få veta mer om tillgängligheten på de olika folkhögskolorna har varje skola information på sin sida på [folkhogskola.nu](http://folkhogskola.nu). Där kan du till exempel läsa om tillgängligheten för personer med rörelsehinder eller om de har hörselteknisk utrustning.



# Folkbildning som svänger



**Svante Engblom**, musiklärare.

Folkhögskolan förändrar och ger kraft att gå vidare.  
– Alla som kommer hit vill förändra sina liv, säger musikläraren Svante Engblom.

Snart trettiofem år som lärare på folkhögskolan. Nu står han där och slår ut med armarna, måttar upp scenen.

– Det måste bli här längs långväggen. Annars blir det för trångt.

Elektrikern nickar och riktar om lampan.

Det ska bli musik och teater här i fiket om några dagar.

– Det blir en show med både allvar och glädje, säger Svante Engblom när han återvänt till sin lunchtallrik.

Runtomkring sitter människor från hela världen.

– Det är delar av den Allmänna kursen som är här nu. Två av våra yrkesutbildningar är på praktik. Mina deltagare har redan gått ned och repat, vi kan gå dit sedan.

Svante är stolt över den mix av teater och sång som hans kurs erbjuder. Musik på musikernas villkor, teater på skådisarnas. Scenframställning och fyrstämmig sång står på schemat.

– Det finns en fin tradition av musikteater som vi slår vakt om. Povel Ramel, Hasseåttage, Nationalteatern med flera. Samtidigt blickar vi framåt.

## Alla vill ha förändring

För Svante är folkhögskolan en plats där människor förändras genom möten. Den ska erbjuda vägar att gå och få människor att se sitt egenvärde.

– Människor kommer hit av samma orsak. Oavsett nationalitet, ålder och kunskapsnivå. Alla vill förändra sina liv åt något håll.

På folkhögskolan finns den möjligheten. Fri-

heten att prova sina idéer, nå behörighet, komma vidare.

– Folkhögskolan ger unika möjligheter, det finns inget facit. Du ska inte ta en examen som ser ut så här eller betyg som ser ut så där. Du hittar en väg, det blir din egen.

Svantes egen väg har gått via skådespelarutbildning på Birka folkhögskola, fyra år på Musikhögskolan samt två år på Indiana University till att bli en uppskattad musiklärare på folkhögskola.

– Det finns ett kreativt förhållningssätt här hur vi förmedlar kunskap. Därför trivs jag så bra. Det är dynamiskt, vi är tvungna att förändra oss hela tiden.

Svante coachar och lyssnar på sina deltagare, erbjuder sina kunskaper.

– Jag ger vad jag kan samtidigt som jag lär mig nya saker av deltagarna. Då kan jag också vara vaken för hur jag ska möta dem, säger han.

## Så mycket bättre

Svante minns när han fick upp ögonen för Så mycket bättre – ett tv-program där olika generationer artister framför varandras låtar.

– En deltagare här på skolan ville sjunga Flickan och kråkan. Han blev förskräckt när jag drog igång mitt mossiga Mikael Wiehe-komp, hade bara hört Timbuktus version, haha...

Några år till kommer Svante Engblom fortsätta att förmedla vårt kulturarv och samtidigt uppmuntra deltagarna att skapa det nya, kommande.

Sagt och gjort. Deltagarna väntar i replokalen. Svante räknar in. Plötsligt kokar rummet av intensiva blickar, stämmor, musik.





# FRÅGOR OCH SVAR

## Hur söker jag till folkhögskola?

Du ansöker direkt till den folkhögskola du vill gå på. Kontakta skolan för att ta reda på hur du ska göra och vad ansökan ska innehålla. Söker du kurser på flera folkhögskolor måste du skicka en ansökan till varje skola.

Varje folkhögskola ansvarar för sin egen antagning, det finns alltså ingen central antagningsenhet.

På [folkhogskola.nu](http://folkhogskola.nu) kan du ansöka till vissa kurser genom en digital ansökan.

## När är sista datum att söka?

De olika folkhögskolorna har olika ansökningsdatum och kurserna startar också på olika datum. På [folkhogskola.nu](http://folkhogskola.nu) står det angivet vid varje kurs när sista ansökningsdatum är och när kursen startar.

Varje folkhögskola ansvarar också för sin egen för antagning och du ansöker direkt till varje folkhögskola.

## När kan jag börja?

De flesta kurser startar i slutet av augusti. En del har också antagning i januari. Ansökningstiderna varierar beroende på skola och kurs. En del skolor har ett sista ansökningsdatum, andra har löpande antagning. Det finns folkhögskolor spridda över hela Sverige och du kan söka till vilken du vill.

## Vad krävs för att komma in?

Till de behörighetsgivande kurserna (Allmän kurs) ställs normalt inga formella antagningskrav. Du som studerar börjar på den nivå som passar, beroende på hur mycket du har läst tidigare.

Till profilkurserna och yrkesutbildningarna finns det oftare antagningskrav. Det kan vara krav på tidigare studier, praktikerfarenhet eller arbetsprover. Många skolor kallar till intervju och en del har inträdesprov.

## Får jag studiestöd från CSN?

Ja, är du under 20 år får du studiehjälp som består av studiebidrag och eventuellt inackorderingstillägg, om du bor på skolan.

Är du 20 år eller äldre kan du söka studiemedel som består av ett bidrag och ett lån.

Läs aktuella summor på [www.folkhogskola.nu/studiestod](http://www.folkhogskola.nu/studiestod)

## Vad är det för skillnad på folkhögskola och universitet/högskola?

Folkhögskolan ger inte några akademiska högskolepoäng. På vissa av folkhögskolornas yrkesutbildningar studerar man dock på eftergymnasial nivå och då ställs ofta samma förkunskapskrav som för högskolans/yrkeshögskolans kurser, dvs grundläggande behörighet för högskolestudier eller behörighet för högskolan.

## Vad är det för skillnad på folkhögskola och komvux?

Allmän kurs/behörighetsgivande kurs på folkhögskola är ett alternativ till att studera på komvux. På Allmän kurs bedrivs studier som motsvarar grundskole- eller gymnasienivå och dessa studier kan leda fram till samma behörigheter som på komvux/gymnasieskolan.

På folkhögskolan försöker man ha mindre studiegrupper och man går oftast i en klass som studerar tillsammans på heltid, medan man på komvux läser enstaka kurser i grupper med varierande deltagare och som varierar i storlek. På folkhögskolan studerar man också ofta ämnesövergripande i projektform, vilket innebär att man kan bryta det vanliga schemat för ett projekt som ger kunskaper och därmed också behörigheter i till exempel både engelska, historia och samhällskunskap på samma gång.

Folkhögskolan har också en mängd profilkurser och yrkesutbildningar som är unika för folkhögskolan.

## Vad kostar det att gå på folkhögskola?

Själva undervisningen på folkhögskolan är avgiftsfri. Däremot får deltagare betala för kurslitteratur, studiematerial, studieresor, lunch m.m. De som väljer att bo på internat betalar även för kost och logi. Kostnaderna varierar mellan olika skolor beroende bl.a. på rumsstandard och antal måltider. Som riktvärde anges cirka 4 500 kronor/månad för internatboende.

## Kan jag söka till högskolan eller yrkeshögskolan efter att jag läst klart på folkhögskolan?

Ja, genom att läsa på folkhögskolans Allmänna kurs så kan du uppnå grundläggande behörighet till högskolan eller behörighet till yrkeshögskolan. För att få detta krävs att du uppfyller två delkrav:

– **Delkrav 1** (omfattning). Du måste uppnå tre års sammanlagd studietid på gymnasienivå. Det kan krävas att du läser ett, två eller tre år på folkhögskolans Allmänna kurs. Allt beror på hur mycket du studerat tidigare (på gymnasiet eller komvux) och vilka ämnen du vill få särskild behörighet i.

– **Delkrav 2** (innehåll). Du måste också uppnå motsvarande godkänd nivå i tio gymnasiegemensamma kurser för högskolan och sju för yrkeshögskolan. Det innebär inte att du läser på exakt samma sätt som på gymnasiet. På folkhögskolan läser du ofta ämnen i tema och projekt.

## Vissa kurser är eftergymnasiala, vad betyder det?

Dessa kurser är yrkesutbildningar på en eftergymnasial nivå, det vill säga att du behöver vara klar med gymnasienivån för att kunna söka. Det betyder också att det studiemedel man använder för detta är från det antal högskoleterminer man har rätt till. De flesta andra kurser är på gymnasienivå.

## Hur fungerar folkhögskolekvoten?

När du söker till högskolan hamnar du i olika urvalsgrupper beroende på vilken skolbakgrund du har. Om du läst på folkhögskola, hamnar du i en urvalsgrupp tillsammans med alla andra som läst på folkhögskola.

Om inte platserna på högskolekursen räcker till för alla som söker, så gör man ett urval bland de som söker. Platserna fördelas då i proportion till hur många som söker i varje urvalsgrupp. För att öka sina chanser är det också viktigt att göra högskoleprovet.

Yrkeshögskolan använder inte olika urvalsgrupper vid sin antagning, så där finns ingen folkhögskolekvot. De gör urval på olika sätt: intervjuer, antagningstester, arbetslivserfarenhet och ibland räknar de om studieomdömet till en betygsskala.

## Får jag betyg på folkhögskolan?

Nej, folkhögskolan ger inga betyg i enskilda ämnen utan har ett eget bedömningssystem. Den som studerar på Allmän kurs/behörighetsgivande kurs får ett studieomdöme som är en sammanfattande bedömning av studieförmågan. Detta grundar sig på en gemensam bedömning som görs av alla dina lärare på skolan.

Du får också ett behörighetsintyg där folkhögskolan intygar vilka behörigheter du uppnått.

På profilkurser får du ett intyg efter fullgjord kurs, men inget studieomdöme.

## Kan jag läsa på distans?

Ja, du kan studera på distans på vissa kurser.

Att studera på distans kan passa dig som vill studera hemifrån eller som vill studera på andra tider än under dagtid, på vardagar. Du studerar med hjälp av internet och i sammanhållna grupper som startar samtidigt. Vissa kurser är helt på distans medan andra även har träffar på skolan.

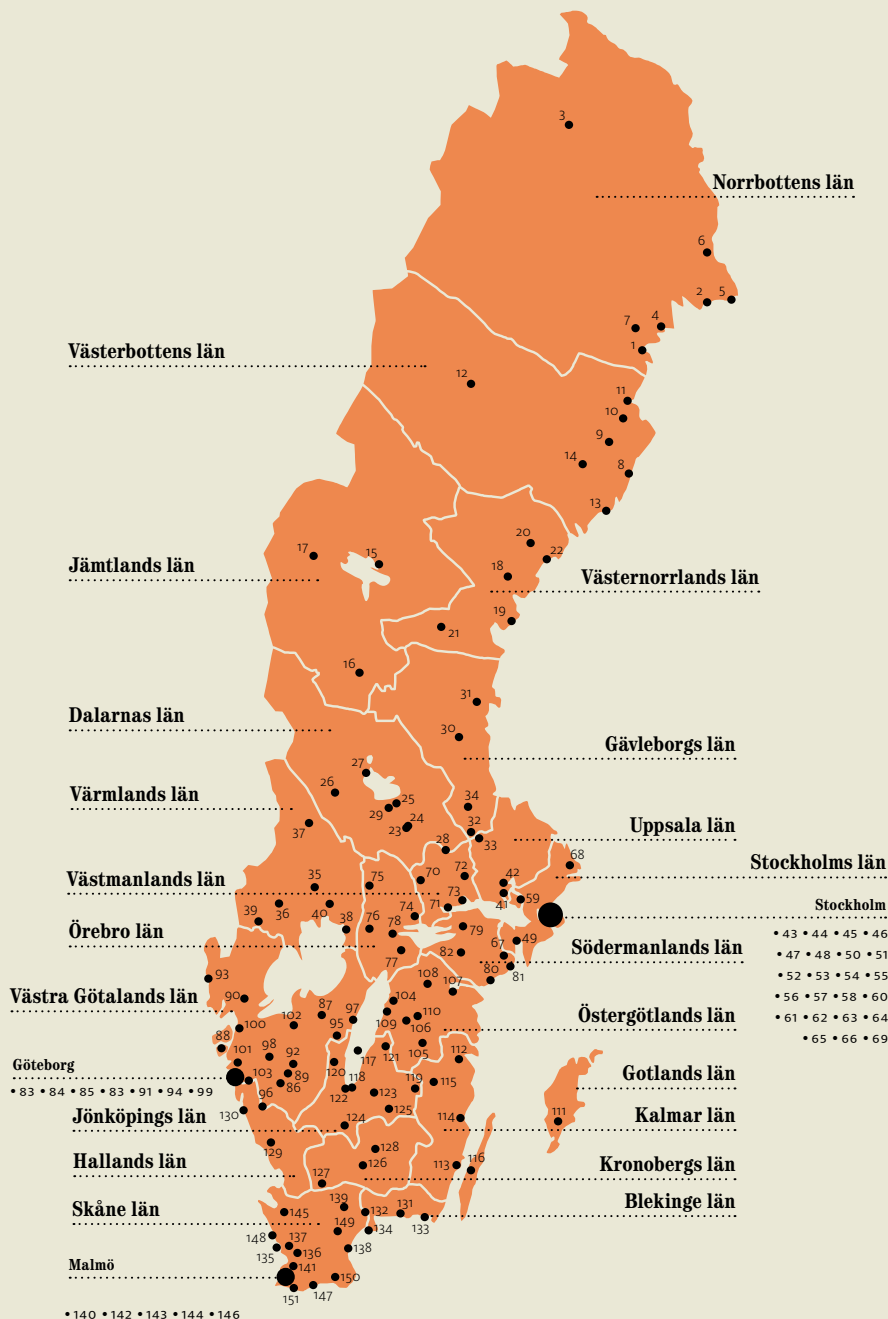
## Vilka driver folkhögskolorna?

Det finns över 150 folkhögskolor. De flesta drivs av folkrörelser, ideella organisationer, stiftelser och föreningar. Resten drivs av landsting och regioner.

De värderingar och idéer som skolans huvudman har, påverkar ofta folkhögskolans inriktning, kursutbud och aktiviteter. Alla folkhögskolor har dock ett gemensamt uppdrag; att stärka demokratin och utjämna utbildningsklyftorna i samhället.



# Alla skolor per län



## Norrbottens län

- \*1 Framnäs folkhögskola,
- \*2 Kalix folkhögskola
- \*3 Malmfältens folkhögskola
- \*4 Sunderby folkhögskola,
- \*5 Sverigefinska folkhögskolan
- \*6 Tornedalens folkhögskola
- \*7 Älvsby folkhögskola

## Västerbottens län

- \*8 Dalkarlså folkhögskola
- \*9 Edelviks folkhögskola
- \*10 Medlefors folkhögskola
- \*11 Solviks folkhögskola
- \*12 Storumans folkhögskola
- \*13 Strömbäcks folkhögskola
- \*14 Vindelns folkhögskola

## Jämtlands län

- \*15 Birka folkhögskola
- \*16 Bäckedals folkhögskola
- \*17 Åredalens folkhögskola

## Västernorrlands län

- \*18 Hola folkhögskola
- \*19 Härnösands folkhögskola
- \*20 Mellansels folkhögskola
- \*21 Ålsta folkhögskola
- \*22 Örnsköldsviks folkhögskola

## Dalarnas län

- \*23 Brunnsviks folkhögskola
- \*24 Fornby folkhögskola
- \*25 Leksands folkhögskola
- \*26 Malungs folkhögskola
- \*27 Mora folkhögskola
- \*28 Sjöviks folkhögskola
- \*29 Västanviks folkhögskola

## Gävleborgs län

- \*30 Bollnäs folkhögskola
- \*31 Forsa folkhögskola
- \*32 Färnebo folkhögskola
- \*33 PRO:s folkhögskola
- \*34 Västerbergs folkhögskola

## Värmlands län

- \*35 Geijerskolan
- \*36 Ingesunds folkhögskola
- \*37 Klarälvdalens folkhögskola



- \*38 Kristinehamns folkhögskola
- \*39 Kyrkeruds folkhögskola
- \*40 Molkoms folkhögskola

### Uppsala län

- \*41 Biskops Arnö Nordens folkhögskola
- \*42 Wiks folkhögskola

### Stockholms län

- \*43 Alma folkhögskola
- \*44 Birkagårdens folkhögskola
- \*45 Bosöns folkhögskola
- \*46 Botkyrka folkhögskola
- \*47 Bromma folkhögskola
- \*48 Fryshuset folkhögskola
- \*49 Hagabergs folkhögskola
- \*50 Jakobsbergs folkhögskola
- \*51 Kaggeholms folkhögskola
- \*52 Kista folkhögskola
- \*53 Lillsveds folkhögskola
- \*54 Långholmens folkhögskola
- \*55 Runö folkhögskola
- \*56 Röda Korsets folkhögskola
- \*57 S:t Birgittas folkhögskola
- \*58 Scouternas folkhögskola
- \*59 Sigtuna folkhögskola
- \*60 Skarpnäcks folkhögskola
- \*61 Skeppsholmens folkhögskola
- \*62 Stadsmissionens folkhögskola
- \*63 Sundbybergs folkhögskola
- \*64 Södertörns folkhögskola
- \*65 Södra Stockholms folkhögskola
- \*66 Tollare folkhögskola
- \*67 Vårdinge By folkhögskola
- \*68 Vaddö folkhögskola
- \*69 Ågesta folkhögskola

### Västmanlands län

- \*70 Bergslagens folkhögskola
- \*71 Hästsportens folkhögskola
- \*72 Tärna folkhögskola
- \*73 Västerås folkhögskola

### Örebro län

- \*74 Fellingsbro folkhögskola
- \*75 Hällefors folkhögskola
- \*76 Karlskoga folkhögskola
- \*77 Kävsta folkhögskola
- \*78 Örebro folkhögskola

### Södermanlands län

- \*79 Eskilstuna folkhögskola
- \*80 Nyköpings folkhögskola
- \*81 Stensunds folkhögskola
- \*82 Åsa folkhögskola

### Västra Götalands län

- \*84 Folkhögskolan i Angered
- \*85 Arbetarrörelsens folkhögskola i Göteborg
- \*86 Arbetarrörelsens folkhögskola i Viskadalen
- \*87 Axevalla folkhögskola
- \*88 Billströmska folkhögskolan
- \*89 Borås folkhögskola
- \*90 Dalslands folkhögskola
- \*91 Finska folkhögskolan
- \*92 Fristads folkhögskola
- \*93 Grebbestads folkhögskola
- \*94 Göteborgs folkhögskola
- \*95 Hellidens folkhögskola
- \*96 Helsingborgs folkhögskola
- \*97 Hjo folkhögskola
- \*98 Hjälmareds folkhögskola
- \*83 Interkulturella folkhögskolan
- \*99 Kvinnofolkhögskolan
- \*100 Ljungkile folkhögskola
- \*101 Nordiska folkhögskolan
- \*102 Vara folkhögskola
- \*103 Wendelsbergs folkhögskola

### Östergötlands län

- \*104 Bona folkhögskola
- \*105 Liljeholmens folkhögskola
- \*106 Lunnevals folkhögskola
- \*107 Marieborgs folkhögskola
- \*108 Mo Gård folkhögskola
- \*109 Vadstena folkhögskola
- \*110 Valla folkhögskola

### Gotlands län

- \*111 Gotlands folkhögskola

### Kalmar län

- \*112 Gamleby folkhögskola
- \*113 Högalids folkhögskola
- \*114 Oskarshamns folkhögskola
- \*115 Vimmerby folkhögskola
- \*116 Ölands folkhögskola

### Jönköpings län

- \*117 Braheskolan Visingsö folkhögskola
- \*118 June folkhögskola
- \*119 Mariannelunds folkhögskola
- \*120 Mullsjö folkhögskola
- \*121 Sommenbygdens folkhögskola
- \*122 Södra Vätterbygdens folkhögskola
- \*123 Sörängens folkhögskola
- \*124 Värnamo folkhögskola
- \*125 Ädelfors folkhögskola

### Kronobergs län

- \*126 Grimslövs folkhögskola
- \*127 Markaryds folkhögskola
- \*128 S:t Sigfrids folkhögskola

### Hallands län

- \*129 Katrinebergs folkhögskola
- \*130 Löftadalens folkhögskola

### Blekinge län

- \*131 Blekinge folkhögskola
- \*132 Jämshögs folkhögskola
- \*133 Litorina folkhögskola
- \*134 Valjevicens folkhögskola

### Skåne län

- \*135 Albins folkhögskola
- \*136 Eslövs folkhögskola
- \*137 Fridhems folkhögskola
- \*138 Furuboda folkhögskola
- \*139 Glimåkra folkhögskola
- \*140 Glokala folkhögskolan
- \*141 Folkhögskolan Hvilan
- \*142 Hyllie Park folkhögskola
- \*143 Kvarnby folkhögskola
- \*144 Malmö folkhögskola
- \*145 Munka folkhögskola
- \*146 S:t Maria folkhögskola
- \*147 Skurups folkhögskola
- \*148 Sundsgårdens folkhögskola
- \*149 Önnestads folkhögskola
- \*150 Österlens folkhögskola
- \*151 Östra Grevie folkhögskola

Tre nya folkhögskolor är på väg att starta.

- **S:t Ignatios folkhögskola**, Stockholms län
- **S:t Elisabets folkhögskola**, Västra Götalands län
- **Holma folkhögskola**, Skåne län

# Alla folkhögskolors kontaktnppgifter

## A

Albins folkhögskola, [albins.nu](http://albins.nu), 0418-146 90

Alma folkhögskola, [alma.fhsk.se](http://alma.fhsk.se), 0721-584 100

Arbeträrelsens folkhögskola i Göteborg, [a-folkhogskolorna.se](http://a-folkhogskolorna.se),  
031-711 91 91

Arbeträrelsens folkhögskola i Viskadalen, [a-folkhogskolorna.se](http://a-folkhogskolorna.se),  
0320-183 00

Axevala folkhögskola, [axevala.fhsk.se](http://axevala.fhsk.se), 0511-269 70

## B

Bergslagens folkhögskola, [bfhsk.se](http://bfhsk.se), 0223-333 00

Billströmska folkhögskolan, [billstromska.fhsk.se](http://billstromska.fhsk.se), 0304-67 65 70

Birka folkhögskola, [birka.fhsk.se](http://birka.fhsk.se), 063-14 74 00

Birkagårdens folkhögskola, [birkagarden.fhsk.se](http://birkagarden.fhsk.se), 08-524 633 30

Biskops Arnö Nordens folkhögskola, [biskopsarno.se](http://biskopsarno.se), 0171-826 70

Blekinge folkhögskola, [blekingefolkhogskola.se](http://blekingefolkhogskola.se), 0457-73 18 60

Bollnäs folkhögskola, [regiongavleborg.se/bollnasfhs](http://regiongavleborg.se/bollnasfhs), 0278-389 00

Bona folkhögskola, [bona.nu](http://bona.nu), 0141-20 95 80

Borås folkhögskola, [borasfhsk.se](http://borasfhsk.se), 033-12 52 00

Bosöns idrottsfolkhögskola, [bosonifhs.se](http://bosonifhs.se), 08-699 66 28

Botkyrka folkhögskola, [botkyrkafolkhogskola.org](http://botkyrkafolkhogskola.org), 08-534 708 80

Braheskolan - Visingsö folkhögskola, [braheskolan.se](http://braheskolan.se), 0390-566 10

Bromma folkhögskola, [brommafolkhogskola.se](http://brommafolkhogskola.se), 08-636 23 20

Brunnsviks folkhögskola, [brunnsvik.se](http://brunnsvik.se), 0243-33 01 00

Bäckedals folkhögskola, [backedal.se](http://backedal.se), 0680-166 70

## D

Dalkarlså folkhögskola, [dalkarlsa.nu](http://dalkarlsa.nu), 0934-304 95

Dalslands folkhögskola, [dals.fhsk.se](http://dals.fhsk.se), 0528-758 80

## E

Edelviks folkhögskola, [edelvik.se](http://edelvik.se), 0914-795 100

Eskilstuna folkhögskola, [eskilstunafolkhogskola.nu](http://eskilstunafolkhogskola.nu), 016-10 52 80

Eslövs folkhögskola, [eslovsfhsk.se](http://eslovsfhsk.se), 0413-663 00

## F

Fellingsbro folkhögskola, [fellingsbro.fhsk.se](http://fellingsbro.fhsk.se), 0581-891 00

Finska folkhögskolan, [finska.fhsk.se](http://finska.fhsk.se), 031-331 50 66

Folkhögskolan Hvilan, [hvilan.se](http://hvilan.se), 040-46 44 00

Folkhögskolan i Angered, [fia-angered.se](http://fia-angered.se), 031-48 34 44

Fornby folkhögskola, [fornby.se](http://fornby.se), 0243-23 95 50

Forsa folkhögskola, [regiongavleborg.se/forsa](http://regiongavleborg.se/forsa), 0650-367 50

Framnäs folkhögskola, [framnas.nu](http://framnas.nu), 0911-23 11 00

Fridhems folkhögskola, [fridhem.fhsk.se](http://fridhem.fhsk.se), 0418-44 60 00

Fristads folkhögskola, [fristads.fhsk.se](http://fristads.fhsk.se), 033-23 68 00

Fryshusets folkhögskola, [folkhogskolan.fryshuset.se](http://folkhogskolan.fryshuset.se), 08-691 76 00

Furuboda folkhögskola, [folkhogskola.furuboda.org](http://folkhogskola.furuboda.org), 044-781 46 50

Färnebo folkhögskola, [farnebo.se](http://farnebo.se), 0291-202 75

## G

Gamleby folkhögskola, [gamlebyfolkhogskola.se](http://gamlebyfolkhogskola.se), 0493-131 00

Geijerskolan, [geijerskolan.se](http://geijerskolan.se), 0552-302 50

Glimåkra folkhögskola, [glimnet.se](http://glimnet.se), 044-448 00

Glokala folkhögskolan i Malmö, [glokala.se](http://glokala.se), 040-88 225

Gotlands folkhögskola, [gotland.fhsk.se](http://gotland.fhsk.se), 0498-20 36 50

Grebbestads folkhögskola, [grebbestads.fhsk.se](http://grebbestads.fhsk.se), 0525-199 20

Grimslövs folkhögskola, [grimslovsfolkhogskola.se](http://grimslovsfolkhogskola.se), 0470-76 37 00

Göteborgs folkhögskola, [gbg.fhsk.se](http://gbg.fhsk.se), 031-769 76 00

## H

Hagabergs folkhögskola, [hagaberg.fhsk.se](http://hagaberg.fhsk.se), 08-550 910 00

Hellidens folkhögskola, [helliden.se](http://helliden.se), 0502-178 00

Helsjöns folkhögskola, [helsjon.se](http://helsjon.se), 0320-20 58 30

Hjo folkhögskola, [folkhogskolan.com](http://folkhogskolan.com), 0503-323 00

Hjälmed folkhögskola, [hjalmared.se](http://hjalmared.se), 0322-64 40 00

Hola folkhögskola, [hola.se](http://hola.se), 0612-856 00

Hyllie Park folkhögskola, [hyllieparkfolkhogskola.se](http://hyllieparkfolkhogskola.se), 040-37 59 60

Hällefors folkhögskola, [folkis.nu](http://folkis.nu), 0591-643 90

Härnösands folkhögskola, [hfs.se](http://hfs.se), 0611-55 85 00

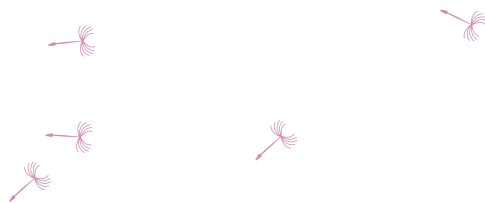
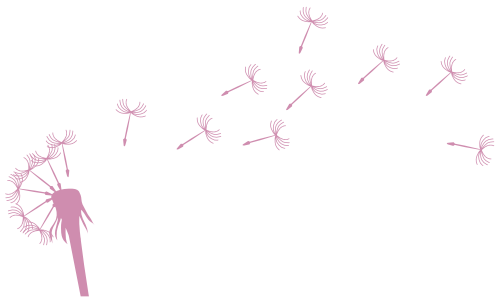
Hästsportens folkhögskola, [hastsportensfolkhogskola.se](http://hastsportensfolkhogskola.se),  
0220-430 75

Högalids folkhögskola, [hogalid.nu](http://hogalid.nu), 0480-844 80

## I

Ingesund folkhögskola, [ingesund.se](http://ingesund.se), 0570-385 50

Interkulturella folkhögskolan, [agnesbergsfhsk.se](http://agnesbergsfhsk.se), 031-468097



**J**  
**Jakobsbergs folkhögskola**, [jakobsbergsfolkhogskola.se](http://jakobsbergsfolkhogskola.se),  
08-120 28 180  
**June folkhögskola**, [junefolkhogskola.se](http://junefolkhogskola.se), 036-37 48 00  
**Jämshögs folkhögskola**, [jamshog.org](http://jamshog.org), 0454-463 40

**K**  
**Kaggeholms folkhögskola**, [kaggeholm.se](http://kaggeholm.se), 08-560 222 00  
**Kalix folkhögskola**, [kalix.fhsk.se](http://kalix.fhsk.se), 0923-666 10  
**Karlskoga folkhögskola**, [karlskogafolkhogskola.se](http://karlskogafolkhogskola.se), 0586-646 00  
**Katrinebergs folkhögskola**, [www.regionhalland.se/katrineberg](http://www.regionhalland.se/katrineberg),  
0346-575 00  
**Kista folkhögskola**, [kistafolkhogskola.se](http://kistafolkhogskola.se), 08-751 50 40  
**Klarälvdalens folkhögskola**, [klaralv.se](http://klaralv.se), 0563-252 00  
**Kristinehamns folkhögskola** **KPS**, [kristinehamn.fhsk.se](http://kristinehamn.fhsk.se),  
0550-392 50  
**Kvarnby folkhögskola**, [kvarnby.fhsk.se](http://kvarnby.fhsk.se), 040-59 94 90  
**Kvinnofolkhögskolan**, [kvinnofolkhogskolan.se](http://kvinnofolkhogskolan.se), 031-780 35 00  
**Kyrkeruds folkhögskola**, [kyrkerud.se](http://kyrkerud.se), 0573-133 40  
**Kävesta folkhögskola**, [kavesta.fhsk.se](http://kavesta.fhsk.se), 019-602 49 50

**L**  
**Leksands folkhögskola**, [leksand.fhsk.se](http://leksand.fhsk.se), 0247-648 00  
**Liljeholmens folkhögskola**, [liljeholmen.nu](http://liljeholmen.nu), 0494-797 00  
**Lillsveds idrottsfolkhögskola**, [lillsved.se](http://lillsved.se), 08-541 385 30  
**Litorina folkhögskola**, [litorina.fhsk.se](http://litorina.fhsk.se), 0455-36 76 00  
**Ljungskile folkhögskola**, [ljungskile.org](http://ljungskile.org), 0522-68 69 00  
**Lunnevals folkhögskola**, [lunnevad.se](http://lunnevad.se), 013-23 49 00  
**Långholmens folkhögskola**, [langholmens.fhsk.se](http://langholmens.fhsk.se), 08-658 16 30  
**Löftadalens folkhögskola**, [regionhalland.se/loftadalen](http://regionhalland.se/loftadalen),  
0340-65 50 00

**M**  
**Malmfältens folkhögskola**, [kiruna.fhsk.se](http://kiruna.fhsk.se), 0980-675 00  
**Malmö folkhögskola**, [malmofolkhogskola.se](http://malmofolkhogskola.se), 040-671 51 00  
**Malungs folkhögskola**, [malungsfolkhogskola.se](http://malungsfolkhogskola.se), 0280-143 00  
**Mariannelunds folkhögskola**, [mariannelund.nu](http://mariannelund.nu), 0496-215 50  
**Marieborgs folkhögskola**, [marieborg.net](http://marieborg.net), 011-21 96 00  
**Markaryds folkhögskola**, [markarydsfolkhogskola.se](http://markarydsfolkhogskola.se),  
0433-74 500  
**Medlefors folkhögskola**, [medlefors.se](http://medlefors.se), 0910-575 00

**Mellansels folkhögskola**, [mellansel.fhsk.se](http://mellansel.fhsk.se), 0661-65 44 00  
**Mo Gård folkhögskola**, [folkhogskola.mogard.se](http://folkhogskola.mogard.se), 020-200 244  
**Molkoms folkhögskola**, [molkom.nu](http://molkom.nu), 0553-100 04  
**Mora folkhögskola**, [morafolkhogskola.se](http://morafolkhogskola.se), 0250-942 00  
**Mullsjö folkhögskola**, [mullsjofolkhogskola.nu](http://mullsjofolkhogskola.nu), 0392-374 00  
**Munka folkhögskola**, [munkafolkhogskola.se](http://munkafolkhogskola.se), 0431-43 20 10

**N**  
**Nordiska folkhögskolan**, [nordiska.fhsk.se](http://nordiska.fhsk.se), 0303-20 62 00  
**Nyköpings folkhögskola**, [nykoping.fhsk.se](http://nykoping.fhsk.se), 0155-29 20 80

**O**  
**Oskarshamns folkhögskola**, [oskarshamnsfolkhogskola.se](http://oskarshamnsfolkhogskola.se), 0491-768 100

**P**  
**PRO:s folkhögskola**, [pros.fhsk.se](http://pros.fhsk.se), 0291-212 20

**R**  
**Runö folkhögskola**, [runo.se](http://runo.se), 08-728 57 20  
**Röda Korsets folkhögskola**, [rodakorsetsfolkhogskola.com](http://rodakorsetsfolkhogskola.com), 08-680 18 71

**S**  
**S:t Sigfrids folkhögskola**, [sigfrid.se](http://sigfrid.se), 0470-72 40 82  
**S:ta Birgittas folkhögskola**, [stabirgitta.com](http://stabirgitta.com), 08-702 16 06  
**S:ta Maria folkhögskola**, [sankt maria.fhsk.se](http://sankt maria.fhsk.se), 040-22 31 13  
**Scouternas folkhögskola**, [scouternasfolkhogskola.se](http://scouternasfolkhogskola.se), 08-555 065 10  
**Sigtuna folkhögskola**, [sigtunafolkhogskola.se](http://sigtunafolkhogskola.se), 08-592 583 00  
**Sjöviks folkhögskola**, [sjovik.eu](http://sjovik.eu), 0226-678 00  
**Skarpnäcks folkhögskola**, [skarpnacksfolkhogskola.se](http://skarpnacksfolkhogskola.se), 08-683 18 30  
**Skeppsholmens folkhögskola**, [skeppsholmensfolkhogskola.se](http://skeppsholmensfolkhogskola.se),  
08-679 28 00  
**Skurups folkhögskola**, [skurupsfolkhogskola.se](http://skurupsfolkhogskola.se), 0411-55 89 00  
**Solviks folkhögskola**, [solvik.fhsk.se](http://solvik.fhsk.se), 0910-73 20 00  
**Sommenbygdens folkhögskola**, [sommenbygdensfolkhogskola.se](http://sommenbygdensfolkhogskola.se),  
0140-659 60  
**Stadsmissionens folkhögskola**, [stadsmissionen.se/folkhogskola](http://stadsmissionen.se/folkhogskola),  
08-684 23 500

KONTAKTUPPBJETER TILL ALLA FOLKHÖGSKOLOR PÅ  
**FOLKHÖGSKOLA.NU**





Stensunds folkhögskola, [stensund.se](http://stensund.se), 0156-532 00  
 Storumans folkhögskola, [fhsk.nu](http://fhsk.nu), 0951-267 80  
 Strömbäcks folkhögskola, [strombacksfolkhogskola.se](http://strombacksfolkhogskola.se), 090-426 00  
 Sundbybergs folkhögskola, [sundbybergsfolkhogskola.se](http://sundbybergsfolkhogskola.se),  
 08-445 39 00  
 Sunderby folkhögskola, [sunderby.fhsk.se](http://sunderby.fhsk.se), 0920-26 66 00  
 Sundsgårdens folkhögskola, [sundsgarden.se](http://sundsgarden.se), 042-19 38 00  
 Sverigefinska folkhögskolan, [svefi.net](http://svefi.net), 0922-688 00  
 Södertörns folkhögskola, [sodertornsfolkhogskola.se](http://sodertornsfolkhogskola.se), 08-500 207 50  
 Södra Stockholms folkhögskola, [sodrastockholm.se](http://sodrastockholm.se), 08-465 06 650  
 Södra Vätterbygdens folkhögskola, [svf.fhsk.se](http://svf.fhsk.se), 036-30 69 00  
 Sörängens folkhögskola, [rjl.se/sorangensfolkhogskola](http://rjl.se/sorangensfolkhogskola), 0380-55 35 05

## T

Tollare folkhögskola, [tollare.org](http://tollare.org), 08-505 686 00  
 Tornedalens folkhögskola, [tornedalen.se](http://tornedalen.se), 0927-795 70  
 Tärna folkhögskola, [tarna.fhsk.se](http://tarna.fhsk.se), 0224-583 00

## V

Vadstena folkhögskola, [vadstena.fhsk.se](http://vadstena.fhsk.se), 0143-157 00  
 Valjevikens folkhögskola, [valjeviken.se](http://valjeviken.se), 0456-151 15  
 Valla folkhögskola, [valla.fhsk.se](http://valla.fhsk.se), 013-35 55 80  
 Vara folkhögskola, [vara.fhsk.se](http://vara.fhsk.se), 0512-579 70  
 Vimmerby folkhögskola, [vimmerbyfolkhogskola.se](http://vimmerbyfolkhogskola.se), 0492-143 00  
 Vindelns folkhögskola, [vindelnfolkhogskola.se](http://vindelnfolkhogskola.se), 0933-136 00,  
 Vårdinge By folkhögskola, [vardinge.fhsk.se](http://vardinge.fhsk.se), 0158-230 58  
 Vaddö folkhögskola, [vaddo.fhsk.se](http://vaddo.fhsk.se), 0176-528 00  
 Värnamo folkhögskola, [rjl.se/varnamofolkhogskola](http://rjl.se/varnamofolkhogskola), 0370-37 90 10  
 Västansviks folkhögskola, [vastansviksfhs.se](http://vastansviksfhs.se), 0247-641 30  
 Västerbergs folkhögskola, [lg.se/vasterberg](http://lg.se/vasterberg), 0290-340 40  
 Västerås folkhögskola, [vfhs.se](http://vfhs.se), 021-14 07 05

## W

Wendelsbergs folkhögskola, [wendelsberg.se](http://wendelsberg.se), 031-338 05 30  
 Wiks folkhögskola, [wik.nu](http://wik.nu), 018-611 66 50

## Å

Ågesta folkhögskola, [agesta.nu](http://agesta.nu), 08-562 28 100  
 Ålsta folkhögskola, [alstafolkhogskola.se](http://alstafolkhogskola.se), 0691-66 14 00  
 Åredalens folkhögskola, [aredalensfhsk.se](http://aredalensfhsk.se), 0647-66 55 00  
 Åsa folkhögskola, [asa.fhsk.se](http://asa.fhsk.se), 0157-695 00

## Ä

Ädelfors folkhögskola, [adelfors.nu](http://adelfors.nu), 0383-571 00  
 Älvsby folkhögskola, [afhs.nu](http://afhs.nu), 0929-723 00

## Ö

Ölands folkhögskola, [olandsfolkhogskola.se](http://olandsfolkhogskola.se), 0485-56 44 00  
 Önnestads folkhögskola, [onne.se](http://onne.se), 044-785 01 00  
 Örebro Folkhögskola, [orebrofolkhogskola.se](http://orebrofolkhogskola.se), 019-20 89 70  
 Örensköldsviks folkhögskola, [ofhs.se](http://ofhs.se), 0660-26 67 00  
 Österlens folkhögskola, [osterlen.fhsk.se](http://osterlen.fhsk.se), 0417-280 00  
 Östra Grevie folkhögskola, [ostragreviefolkhogskola.com](http://ostragreviefolkhogskola.com),  
 040-55 62 00

Tre nya folkhögskolor är på väg att starta.

- S:t Ignatios folkhögskola, Stockholms län
- S:ta Elisabets folkhögskola, Västra Götalands län
- Holma folkhögskola, Skåne län



# folkhögskola.nu

På webben hittar du mer information om folkhögskolorna och alla deras kurser. Här finns alltid aktuell information. Surfa in på [www.folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu) och ta en titt!

SÖK EFTER KURSER  
GENOM ATT SKRIVA  
IN ETT ORD OCH  
KLICKA PÅ SÖK

HITTA DIN KURS  
GENOM ATT KLICKA  
DIG FRAM VIA  
ÄMNESOMRÅDEN  
OCH KURSTYPER

PÅ SIDAN "SÖK KURSER"  
KÄN DU FILTRERA &  
AVGRÄNSA DIN  
SÖKNING ÄNNU MER

FRÅGOR OCH SVAR

NYHETER FRÅN OLIKA  
FOLKHÖGSKOLOR GER  
EN KÄNSLA FÖR VAD  
SOM HÄNDER

DU HITTAR ALLA  
SOMMARKURSER  
GENOM BARA ETT  
KLICK!

**Ansvarig utgivare:** Agneta Wallin, FIN

**Projektledning och texter:** Lina Remnert, FIN

**Layout:** Ljungdesign

**Bilder:** Bilder av Fotolinjen Fridhems folkhögskola, Fotolinjen Sigtuna folkhögskola, Damdidam, Lina Remnert

**Intervjuer:** Intervjuer med deltagare och lärare på Bollnäs folkhögskola, Forsa folkhögskola, Färnebo folkhögskola, Lillsveds idrottsfolkhögskola och Sundbybergs folkhögskola.

**Illustrationer:** Ottoboni

**Korrekturläsning:** Fredrik Olén, Agneta Wallin

**Tryckeri:** Allduplo

© Folkhögskolornas informationstjänst

ISSN: 1102-576X

## Folkhögskolornas informationstjänst, FIN

FIN arbetar på uppdrag av alla svenska folkhögskolor. Vi ansvarar för den allmänna och samlade informationen om landets folkhögskolor. Vi gör bland annat informationsmaterial om folkhögskolan och driver webbplatsen [folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu). Vi ger också information och vägledning om folkhögskolestudier.

08-796 00 50

[info@folkhogskola.nu](mailto:info@folkhogskola.nu)

[www.folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu)

FIN, Box 38074, 100 64 Stockholm



BEHÖRIGHETSGIVANDE KURSER

PROFILKURSER

YRKESUTBILDNINGAR

**folkhögskola.nu**  
ALLA SVERIGES FOLKHÖGSKOLOR

Folkhögskolornas informationstjänst

Postadress: Box 38074, 100 64 Stockholm Tel: 08 796 00 50 E-post: [info@folkhogskola.nu](mailto:info@folkhogskola.nu) [www.folkhogskola.nu](http://www.folkhogskola.nu)