

MUNKA FOLKHÖGSKOLA

A close-up portrait of a man with a beard and mustache, wearing a white knit beanie and a thick grey knit sweater. He is looking directly at the camera with a neutral expression. The background is a textured, light-colored wall.

kurser 2010/2011

ALLMÄN KURS

För dig som behöver komplettera dina behörigheter är Allmän kurs ett alternativ till Komvux.

Kurslängd

Kurslängden är 1-3 år beroende på studie- och yrkesbakgrund respektive studiemål. Kursstart: 18 augusti och 10 januari.

Profiler och kärnämnen

Du väljer en av skolans profiler och kombinerar med val av kärnämnen och ämnen för särskild behörighet. Du arbetar i undervisningsgrupper som motsvarar din kunskapsnivå.

Profilerna på Allmän kurs

Allmän kurs med studieverkstad: Läs in behörigheter i individuell studietakt med extra mycket stöd, tex för dig som har dyslexi/läs- och skrivsvårigheter. En tredjedel av tiden studerar du i mindre grupp med extra stöd. Du får hjälp med att använda kompensatoriska hjälpmedel, som tex dator och inläst material.

Friskvård och hälsa: För dig som har intresse för livsstilsfrågor som kost, rörelse och mental träning. Du får också planera och prova på olika motions- och friluftaktiviteter.

Högskoleförberedande: Komplettering av behörigheter och förberedelse för högskolestudier. Du får utveckla din studieteknik, träna informationssökning och källkritik, lära dig muntlig presentationsteknik och uppsatsmetodik. Samarbeta med högskolor i Skåne.

Webbdesign och digital bild: för dig som gillar undervisning i projektform. Du lär dig bygga upp webbplatser med hjälp av bl a Photoshop och Dreamweaver och diskutera resultatet med dina kurskamrater.

Studieomdöme

Folkhögskolan ger inte betyg i enskilda ämnen. I stället kan den som studerar på Allmän kurs få ett studieomdöme som är en sammanfattande bedömning av studieformågan. Med studieomdömet placeras du i en särskild kvotgrupp vid ansökan till högskolan.

Ekonomi

Studier på Allmän kurs berättigar dig till studiemedel. Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar för kurslitteratur och kopierat material, ca 2500:-/år, beroende på vilken profil du väljer. Kostnader för ev. studieresor betalar du också för, liksom en serviceavgift på 1550:-/år.

Ansökan

Du ska fylla lägst 18 år den termin studierna påbörjas. Antagning sker både höst- och vårtermin. Ansökan sker på skolans blankett. Sista ansökningsdag är 1 juni respektive 1 december och i mån av plats fram till kursstart.

Frågor

Linjeledare Anita Söderstjerna
0431-43 20 10
anita@munkafolkhogskola.se
eller syv Sofia Karlsson
0431-43 20 17
syv@munkafolkhogskola.se

HÄLSOCOACH egy

Yrkesinriktad utbildning

Kursens syfte är att ge dig kunskaper för att kunna arbeta som hälsocoach. Vi vänder oss till dig som är intresserad av att motivera och aktivera andra till en hälsosam livsstil. Inträdeskrav är 3-årigt gymnasium eller motsvarande. Kursstart: 18 augusti.

Kursinnehåll

Du får en helhetssyn på hälsa och kunskaper om människans behov och beteende utifrån såväl fysiska, psykiska som sociala perspektiv. Vi studerar hälsoutveckling från individ- till organisationsnivå. Du får fördjupade kunskaper inom ämnen som: anatomi, fysiologi, psykologi, kommunikation, kost och näringslära, fysisk aktivitet och träningslära, coachning, folkhälsa och projektkunskap. Dessutom ingår delkurser till diplomerad massör, hälsoprofilbedömare, kondition och styrketräningsinstruktör samt kostrådgivare. Andra ämnesområden är mental träning, mindfulness och entreprenörskap samt aktuella folkhälsofrågor.

Arbetsformer

Vi förankrar teoretisk och praktisk kunskap i verkliga situationer. Projektarbeten och praktik riktas under året mot olika målgrupper. Övningar i muntliga presentationer och gruppleaderskap varvas med coachande uppgifter på individnivå. Utbildningen är intensiv och kräver ett helhjärtat engagemang. Dina kunskaper och erfarenheter är viktiga i det gemensamma kunskapsutbytet.

Ekonomi

Kursen är eftergymnasial och berättigar dig till studiemedel. Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar själv för obligatoriskt arbetsmaterial ca 3000:-/år och kurslitteratur samt en serviceavgift på 1550:-/år.

Ansökan

Ansökan sker på skolans blankett. Sista ansökningsdag är 30 april. Ca 35 sökande kallas till information och intervju onsdagen den 19 maj. Intervjudagen är obligatorisk för att komma in på utbildningen. Senast 1 juni får du besked om du antas. Kurslängd 37 veckor.

Frågor

Linjeledare Andreas Carlson
072-222 59 76
andreas.carlson@munkafolkhogskola.se

KONSTSKOLAN

Grundutbildning i fri konst för dig som vill fördjupa ditt personliga bilduttryck och utveckla din förmåga att arbeta självständigt. Vi kräver inga förkunskaper. Utbildningen är mycket lämplig som förberedelse för högskolestudier inom konst, design, arkitektur och konsthantverk. Det är möjligt att söka direkt till Konst 2.

Konst 1

Teckning och kroki är basen för ditt arbete och syftar till att skärpa din förmåga att uppfatta och tolka verkligheten. Du studerar också måleri, skulptur, keramik, foto och konsthistoria. Tyngdpunkten i undervisningen ligger på uttryck och innehåll mer än på teknik och färdighet.

Konst 2

Konstskolans andra år är en förberedelse för konsthögskola och egen konstnärlig verksamhet. Du får handledning individuellt och i grupp och träning i att presentera dina egna arbeten. Undervisningen är uppbyggd kring både tematiska projekt och självständigt ateljéarbete. Vi introducerar nya arbetssätt som installation, animation, performance, text, video och ljud.

Arbetsformer

Studierna bedrivs på heltid. Läsåret är organiserat i temainriktade perioder och undervisningen är lärarledd ca 20 timmar i veckan. Vi gör minst två längre skolresor varje läsår. Alla ateljéer och verkstäder är tillgängliga även under kvällstid och helger. Alla lärare som undervisar på Konstskolan är aktivt yrkesutövande konstnärer.

Ekonomi

Studier på Konstskolan berättigar dig till studiemedel på gymnasial nivå. Undervisningen är kostnadsfri men du betalar 6200:-/läsår för obligatoriskt arbetsmaterial. Övrigt förbrukningsmaterial och studieresor bekostas av själv, ca 4000:-/läsår samt en serviceavgift på 1550:-/år.

Ansökan

Ansökan ska göras på skolans blankett. Ansökningshandlingar och arbetsprover skall vara skolan tillhanda senast den 30 april. Cirka 25 sökande kallas till information och intervju onsdagen den 19 maj. Observera att intervjun är obligatorisk. Du måste lämna in 6 st arbetsprover varav hälften teckningar. Inga arbetsprover får överstiga 100 x 70 cm. För mer information om arbetsprover, se Konstskolans hemsida. Kurslängd: 37 veckor. Kursstart: 18 augusti.

Frågor

Linjeledare David Skoog
0431-43 20 18
david.skoog@munkafolkhogskola.se
munkaskonstblogg.blogspot.com

STRESSPEDAGOG egy

Yrkesinriktad utbildning på distans

Kursens syfte är att ge dig verktyg för att du ska kunna arbeta med stressrelaterade frågor. Vi söker dig, som vill fördjupa dina kunskaper om de faktorer som orsakar stress och vill lära dig olika metoder för stresshantering. Kursen går 18 veckor under hösten. Studierna bedrivs på halvfart. Tre obligatoriska helgträffar förläggs till skolan. Kursstart: 14 augusti.

Inträdeskrav

Du har 3-årigt gymnasium eller motsvarande. Studier inom hälsoområdet eller yrkeserfarenhet inom vård, skola eller omsorg är meriterande.

Kursinnehåll

Du får fördjupade kunskaper inom stress ur psykologisk och fysiologisk synvinkel från individ- till organisationsnivå. Du får också lära dig om sambandet mellan kost och stress. Ett praktiskt relaterat projektarbete avslutar kursen.

Ekonomi / Ansökan

Kursen är eftergymnasial och berättigar dig till studiemedel. Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar själv för kurslitteratur, kost och logi vid träffarna samt en serviceavgift på 500:-. Sista ansökningsdag är 15 maj. Kurslängd: 18 veckor.

Frågor

Kursansvarig Barbro Svensson-Lundberg
0431-43 20 10
barbro.svensson@munkafolkhogskola.se

SENIORCOACH egy

Yrkesinriktad utbildning på distans

Kursens syfte är att du med utgångspunkt i samtal och med coaching som verktyg ska kunna leda äldre, såväl enskilt som i grupp, till att nå hälsomålen. Vi söker dig som har ett intresse av det friska åldrandet och vill arbeta med och motivera äldre till aktivitet. Det är en distanskurs under våren på halvfart. Tre obligatoriska helgträffar förläggs till skolan. Kursstart: 8 januari.

Inträdeskrav

Du har 3-årigt gymnasium eller motsvarande. Vid urvalet är hälsofrämjande arbete, studier och/eller arbete inom vård och omsorg meriterande.

Kursinnehåll

Du får fördjupade kunskaper i att arbeta med kvalitativa faktorer i det friska åldrandet. För att kunna motivera och inspirera äldre till att bibehålla sin livskvalitet kommer du att lära dig om olika livsstilsfaktorer såsom fysisk aktivitet, kost och gemenskap. Vi arbetar också med bemö-

tande/etik, ledarskap och hälsoprofilbedömning för äldre. Ett praktiskt relaterat projektarbete avslutar kursen.

Ekonomi / Ansökan

Kursen är eftergymnasial och berättigar dig till studiemedel. Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar själv för kurslitteratur, kost och logi vid träffarna samt en serviceavgift på 500:-. Sista ansökningsdag är 5 november. Kurslängd: 19 veckor.

Frågor

Kursansvarig Petra Birgersson
0431-43 20 10
petra.birgersson@munkafolkhogskola.se

AKADEMI 55+

Folkhögskolan i Munka Ljungby är en mötesplats för att bredda din allmänbildning, om du vill fortsätta vara aktiv och kan avsätta två dagar i veckan.

Kursinnehåll

Ämnesutbudet följer skolans profil: hälsa, natur och kultur och innehåller allt från litteratur och historia till IT, hållbar utveckling, hälsofrågor och friluftsliv.

Ekonomi

Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar för kurslitteratur, studieresor samt en serviceavgift på 950:-/år.

Ansökan

Sista ansökningsdag 1 juni. Halvtidsstudier i 37 veckor. Kursstart: vecka 33

Frågor

Kursansvarig Leif Stjerna
0431-43 20 14
leif.stjerna@munkafolkhogskola.se

FILIALEN I PERSTORP

För dig som behöver komplettera dina behörigheter är folkhögskolan ett alternativ till Komvux.

Vi erbjuder studier i en stimulerande och mångkulturell miljö. Du kan studera antingen på grundskole- eller gymnasienivå. Studietidens längd beror på dina tidigare studier.

Arbetsformer

Tillsammans med din mentor gör du upp en individuell studieplan. Där kan du välja såväl kärnämnen som ämnen för särskild behörighet.

För dig som är intresserad av att i framtiden starta eget företag finns en kurs i entreprenörskap.

Studieomdöme

Folkhögskolan ger inte betyg, utan du som studerar på Allmän kurs får ett studieomdöme, som är en sammanfattande bedömning av studieförmågan.

Ekonomi / Ansökan

Studierna berättigar till studiemedel. Undervisningen är kostnadsfri, men du betalar själv för litteratur och kopierat material samt en serviceavgift på 1150:-/år. Du ska fylla lägst 18 år den termin studierna påbörjas. Antagning sker både höst- och vårtermin. Ansökan sker på skolans ansökningsblankett. Sista ansökningsdag är 1 juni respektive 1 december och i mån av plats fram till kursstarten den 18 augusti och 10 januari.

Frågor

Filialföreståndare Lars Holmberg
0435-302 25
lars.holmberg@munkafolkhogskola.se

FILIALEN I HELSINGBORG

Skriv- och läscentrum, SoL, är ett samarbete mellan Munka folkhögskola, Victum och ABF/DHS, där vi har samlat kompetens och resurser för att ge stöd åt kursdeltagare med funktionsnedsättning, bl a läs- och skrivsvårigheter/dyslexi. Undervisningen sker både på grundskole- och gymnasienivå med inriktning mot samhälls- och organisationsfrågor.

Utifrån en individuell studieplan anpassas den hjälp och de kompensatoriska hjälpmedel som varje kursdeltagare behöver. En del av studietiden kan genomföras som lärande i arbete med handledning. Friskvård är ett centralt inslag i utbildningen.

Frågor

Filialföreståndare Rolf Andersson
070-694 69 91
raq@telia.com

BO OCH ÄTA

Om du bor och äter på folkhögskolan, får du gott om tid för dina studier. All mat som serveras tillagas i skolans kök, som ett led i att vi är en hälsofrämjande skola.

På internatet kan du välja mellan olika standard. Alla rum hyrs möblerade. I priset ingår frukost och lunch, måndag till fredag.

Om du inte bor på skolan kan du köpa smörgåsar och lunch. Läs mer på hemsidan. Priser, se anmälningsblanketten.

Serviceavgift

Skolan tar ut en serviceavgift av samtliga studerande. Belopp, se under resp. linje/kurs. För det får du förmiddagskaffe (ej bulle) jul- och avslutningslunch, arrangemangsfika vid skolstart, utflykter och Lucia mm samt olycksfallsförsäkring.

Frågor

Servicechef Lisbeth Jönsson
0431-43 20 16
lisbeth.jonsson@munkafolkhogskola.se

Varför ska du välja oss?

Väljer du Munka folkhögskola får du flera mervärden.

Hos oss växer din kunskap och bildning. Tiden på folkhögskola är ett sätt att börja på något nytt, förverkliga det du drömt om, se nya möjligheter, lära känna dina starka sidor och utvecklas som person i din egen takt. Här möter du spännande människor mellan 18 och 81 som är nyfikna, målmedvetna, blivande högskolestudenter, hälsocoacher, konstnärer och entreprenörer i en stimulerande miljö. Du har tillgång till gym, bibliotek och ateljéer. Du kan fika och äta lunch i vår matsal eller bara njuta i den härliga parken. Vårt internat har plats för 45 boende. Ibland bryter vi vardagsarbetet för olika gemensamma kultur- och naturupplevelser. Vår personal är mycket engagerad och kompetent. De arbetar med din trivsel och ditt lärande för ögonen. Du kommer att få mycket stöd och uppmuntran av oss, men det är på dig det beror vad du gör din folkhögskoletid till. Ta chansen!

Skolans idémässiga profil är hälsa, natur och kultur, vilket avspeglar sig både i vårt kursutbud och vårt förhållningssätt. Som en hälsofrämjande skola arbetar vi medvetet med sambandet mellan hälsa, hållbar utveckling, välbefinnande och studieresultat. Huvudman är Föreningen Nordvästra Skånes folkhögskola, partipolitiskt och religiöst obunden.

Varmt välkommen!

Lena Jonsson-Geiros
rektor



www.munkafolkhogskola.se

Ansökan 2010-2011

Personuppgifter *var god texta*

<i>efternamn</i>	<i>förnamn</i>	<i>personnummer (10 siffror)</i>
<i>gatuadress, fack, box</i>		<i>telefon bostad (även riktnummer)</i>
<i>postnummer</i>	<i>postadress</i>	<i>mobilttelefon</i>
<i>e-post</i>		<i>telefon arbete (även riktnummer)</i>
<i>närmast anhörig: namn, adress och telefon</i>		

Kursval

<input type="checkbox"/> Allmän kurs <i>profilval för Allmän kurs</i>	<input type="checkbox"/> Hälsocoach
<input type="checkbox"/> friskvård och hälsa	<input type="checkbox"/> Konstskolan Munka <input type="checkbox"/> Konst 1 <input type="checkbox"/> Konst 2
<input type="checkbox"/> högskoleförberedande	<input type="checkbox"/> Stresspedagogutbildning
<input type="checkbox"/> studieverkstad	<input type="checkbox"/> Seniorcoachutbildning
<input type="checkbox"/> webbdesign	<input type="checkbox"/> Akademi 55+

Internat / studiemedel / utbildning / referenser / hälsa / information

jag önskar bo på skolans internat, i internatpriserna ingår frukost och lunch på vardagarna:
 ja nej rum med dusch och toalett: 3990:-/4 veckor rum med dusch och toalett i korridor: 3490:-/4 veckor
Deponeringsavgiften för rumsnyckel/magnetkort är 600:-, som återfås vid utflyttning.

jag är intresserad av att söka studiemedel från CSN ja nej

tidigare utbildningar och arbeten

grundskola gymnasieskola (program/linje/kurs) _____

ej avslutad gymnasieskola annan utbildning _____

nuvarande sysselsättning _____

referenser (en person som känner dig väl, t. ex. lärare eller arbetsgivare, ej familjemedlem eller kompis)

namn och titel _____ *telefon hem* _____ *telefon arbete* _____

eventuell funktionsnedsättning, hjälpmedel, sjukdomar eller annat beträffande din hälsa som du vill att skolan ska känna till

var hittade du information om vår folkhögskola

internet vän eller familj öppet hus studievägledare / arbetsförmedlare

annons annat, ange gärna vad _____

Dokument / foto

Följande handlingar ska alltid bifogas din ansökan

Personlig berättelse (varför du söker, vem du är, vilka mål och förväntningar du har)

Personbevis (från Skattemyndigheten)

Utbildningsbetyg/intyg (styrkta kopior)

Anställningsbetyg/intyg (styrkta kopior)

Ett foto av dig själv (passfoto eller liknande)

plats för foto

Söker du till Konstskolan måste du också lämna in arbetsprover

(se linjebeskrivningen och skolans hemsida för mer information)

har du sökt till vår folkhögskola tidigare ja nej vilken kurs _____

Arbetsprovsförteckning för sökande till Konstskolan

ange material /teknik, glöm inte skriva namn och nummer på baksidan av dina arbetsprover

arbetsprov 1

arbetsprov 2

arbetsprov 3

arbetsprov 4

arbetsprov 5

arbetsprov 6

jag önskar mina arbetsprover återsända mot postförskott ja nej

Underskrift/registering av uppgifter / obligatoriska kostnader

Jag har tagit del av informationen om den linje jag sökt till och de obligatoriska kostnaderna. Förutom linjens kostnader och kostnader för eventuellt boende och mat, tillkommer en bekräftelseavgift på 150:-, som du betalar in när du fått besked om antagning. Bekräftelseavgiften är ett förskott som sedan avräknas från serviceavgiften. Med underskriften godkänner jag samtidigt att mina personuppgifter dataregistreras för skolans interna administration samt att uppgifterna överföres till CSN om jag vill ansöka om studiemedel.

ort och datum

personlig underskrift

skicka din ansökan till: Munka folkhögskola
Nygatan 2
266 31 Munka Ljungby