

Nye kurser foråret 2012 Tillæg til årets katalog

www.fritidsskoler.dk

FOREDRAG/DEBAT

Tilmelding nødvendig.

"Slankende Tanker"

Varigt vægttab, uden slankekur.
Dorte Windfeld,
Certificeret life coach fra Manning
Inspire. Exam. psykoterapeut.
Hillerød, Byskolen, Carlsbergvej 13.
Entre Kr. 75.

H 21 101

Man. 23/1 kl. 19-ca.21

"Myter om mælk og andre almindelige fødevarer"

Dianna de Place,
kemiingeniør/kinesiolog.
Farum, Biografen i Kulturhuset. Entre
Kr. 50.

D 21 101

Tor. 23/2 kl. 19-ca. 21.30.

"Junk, mad eller kost?"

Hvad er fup og fakta vedr. proteiner,
kulhydrater, fedtstoffer og
kosttilskud?

Birkerød, Mantziusgården

FOREDRAG:

Entre Kr. 100.

P/Rud. Kr. 85.

B 21 106

Tor. 8/3 kl. 19-ca. 21:30

"Kvinder der elsker for meget"

Ingrid Ann Watson.
Forfatter, coach, psykoterapeut.
Parforholdsekspert på radio og TV.
Birkerød Idrætscenter.

Entre kr. 50.

B 21 101

Tor. 8/3 kl. 19-ca. 21.

"Er mænd stadig fra Mars og kvinder fra Venus?"

Ingrid Ann Watson.
Forfatter, coach, psykoterapeut.
Parforholdsekspert på radio og TV.
Farum, Biografen i Kulturhuset Entre
kr. 50.

D21 102

Tor.19/4 kl. 19-ca. 21

Sigøjnere i verden

Et arrangement som sætter fokus på
sigøjnere (Romaer) og deres kultur.
Der vil være musik, dans, foredrag,
mad og film.

Torup Forsamlingshuset.

Pris: Kr. 150 kr. Børn u. 15 år Kr.

T 21 101

Lør. 17/3 kl. 16:00-22:00

OBS: se også årets katalog med
mange flere kurser indenfor
livsstil og personlig udvikling

PERSONLIG UDVIKLING OG LÆRING

Er du en Kvinde der elsker for meget / Kærligheds og forholdsafhængig?

En workshop, der byder på ny
inspiration omkring Kvinder der elsker
for meget. Deltag og kom videre ...

Birkerød Idrætscenter.

16 lektioner/2 gange.

Pris kr. 975.P/Rud. Kr. 865.

B 21 705

Lør. 24/3, kl. 10-17.

Søn. 25/3, kl. 10-16.

Mindfulness – gør dig fri af tankens tyranni

Lisbet Hjort 21 48 94 42

www.lisbethjort.dk

12 lektioner/6 gange.

Kr. 600. P/Rud. Kr. 515

Birkerød, Toftevangskolen

B 21 704 Tir. 19:30–21:00.

Start 21/2.

Selvforsyning. Nemt, enkelt og afstressende

Linda Noack, Hortonom, Ph.D.



Pris for resterende gange Kr. 700

Birkerød, Mantziusgården

B 12 704 Tir. 18.30-ca. 21

31/1, 28/2, 13/, 24/4 + en gang i maj
måned efter aftale.

*) Nyhed: Virtuelle kurser

Virtuel undervisning er en interaktiv form
for netbaseret undervisning, hvor du får
respons på dine arbejder fra en lærer via
nettet. Du får kodeord og instruktion ved
tilmelding. Du mulighed for at arbejde
hjemme, loade dine arbejder op, stille
spørgsmål og få hjælp og kritik fra læreren
– over nettet. Kurset henvender sig til dig,
der arbejder godt alene eller bor langt
væk. Dels er du ikke bundet af et
klokkeslæt, dels kan du forberede dine
spørgsmål i ro og mag. Du kan arbejde
med opgaverne i lige så lang tid, du har
lyst og du sparer transporten.
Kurserne tilbydes af billedkunstnerne
Helle Borg Hansen og Bente Gyhrs samt
Skrivekursus ved forfatter Camilla Wandall

SLIP DIN INDRE FORFATTER LØS.

Skrivekurser med forskellige forløb.

Camilla Wandahl, forfatter
26 18 80 55 www.camillawandahl.dk

Vil du gerne i gang med at skrive?

Eller er du allerede i gang med en
bog og vil gerne have nogle fif til,
hvordan du kan blive bedre?

Du behøver ingen forkundskaber
indenfor skrivefaget - du skal bare
have lyst til at skrive!

Kurserne afholdes på

Toftevangskolen i Birkerød.

Skrivekursus – LØRDAG

18 lektioner/4 gange.

Kr. 750. P/Rud. Kr. 626

B 21 502

Lør. 10:00-14:00

21/1, 28/1, 3/3 og 17/3.

Skrivekursus – på nettet og i virkeligheden

9 lektioner/ 5 gange

Kr. 500. P/Rud 415

B 21 501

Man. 23/1, 19:00-21:15

Modul 2, 3 og 4 i uge 9 på nettet.

(Vinterferie uge 7 + 8)

Man. 5/3, 19:00-21:15

Sommerskrivekurser I Torup med

forfatterne Nicole Boyle Rødtne og
Camilla Wandahl

Begynder 4-6. juli og fortsætter 7-8.

juli. I samarbejde med Torup Bogby.

Nærmere information på

hjemmesiden.

Kreative kurser i foråret 2012

Virtuelle kurser:

Tegn og mal mennesker i bevægelse

Helle Borg Hansen

Kulturhuset i Farum

Pris Kr. 600

D 21 306 Man. 09:15-12:30

Mødedatoer: 30/1 og 5/3

Akvarel for begyndere

Bente Gyhrs

Kulturhuset i Farum

Pris Kr. 800

D 21 308 Lør. 09:15-15:30

Mødedatoer: 17/3, 31/3. 9/6