

Kursus • program

– vil du være én af de aktive?



Antikviteter | IT, foto & Smartphone | Håndværk & kreative fag | Sang
Lystsejlad | Madlavning | Sundhed & velvære | Sproget

Velkommen til Thyboernes Aftenskole

Vi har gjort klar til en ny sæson med masser af gode og spændende kurser, og byder alle velkommen ...

Igen i år har vi søgt at sammensætte et program, der giver mulighed for at få udbytte af en eller flere aftener i vinterhalvåret, og hvor der er lejlighed til at stifte bekendtskab med muligheder, som du måske har tænkt på, men som du endnu ikke har haft lejlighed til at dyrke. Vore kurser giver dig også mulighed for at indgå nye sociale relationer, med andre der har samme interesser som dig.

Skulle der være andre ønsker om kurser, er du altid velkommen til at kontakte os. *Alle kan deltage, uanset bopælskommune.*

KURSUSSTART

Når du har tilmeldt dig et kursus, skal du bare møde op på det pågældende tidspunkt og sted. Er der ændringer eller bliver kurset aflyst skal vi nok lade dig det vide. Hvor intet andet er anført, følger vi skolernes almindelige feriekalender.

BETALINGSBETINGELSER

Tilmeldinger til vore kurser er bindende. Betaling skal ske senest 8 dage før kursusstart og kan foretages på bankkonto: Sparekassen Limfjorden reg. nr. 9116 konto 158 000 7658, eller indbetalingskort. Ønskes indbetalingskort fremsendt, opkræves administrationsgebyr på kr. 20,00. Rykkergebyr: kr. 50,00.

Der kan endvidere fremsendes check på beløbet til vores adresse. Husk at anføre navn, adresse og evt. telefonnr. samt kursusnr. Materialeforbrug betales særskilt til underviserne. Såfremt et kursus må aflyses, vil beløbet blive tilbagebetalt snarest mulig efter aflysningen. Er du tilmeldt til flere moduler med rabat, og det ene modul må aflyses, returneres differencen mellem det indbetalte beløb og normalprisen på det gennemførte modul.

FOR FÅ DELTAGERE PÅ HOLDET

Prisen på de enkelte hold, er beregnet ud fra et bestemt antal deltagere. På hold med for få tilmeldinger, kan vi aftale med de tilmeldte, om vi evt. skal hæve deltagerbetalingen eller reducere timetallet, så vi kan undgå aflysning af kurset.

TILMELDING

Tilmelding kan ske ved at sende tilmeldingsblanketten, eller på tlf. 9793 7797 / 2494 8997. Du kan også tilmelde dig på vores hjemmeside, hvor du kan se mere om vore kurser:

www.thy-aftenskole.dk eller
thyboernesaftenskole@post.tele.dk

Vil du være sikker på at komme med på et kursus, så tilmeld dig tidligt, og helst 14 dage før kursusstart, da der er hold med begrænset deltagerantal. Framelding kan ske senest 8 dage før kursusstart. Kursusgebyr refunderes herefter kun, såfremt der er kursister på venteliste, der kan overtage pladsen.

Thyboernes Aftenskole
V/ Anne Marie Munk

Vorupørvej 245
7700 Thisted

Tlf. 9793 7797 / 2494 8997

Tilmeldingsskema

Navn _____
 Adresse _____
 Postnr. By _____
 Tlf. nr. Fødselsdato _____
 E-mail: _____
 Jeg tilmelder mig følgende kursus: _____
 Kursusnr. Emne _____
 Kursusnr. Emne _____
 Kursusnr. Emne _____
 Indbetalingskort ønskes tilsendt (+20,-)
 Underskrift _____

HUSK
PORTO
8,00 KR

Thyboernes Aftenskole
V/ Anne Marie Munk
Vorupørvej 245, Hundborg
7700 Thisted



ANTIKVITETER

Antikvitetskurser, som dels kan besøge nogle af deltagerne og dels samlinger, hvilket giver mulighed for at drøfte stil, stemples oprindelse og tidsbestemme møbler og billeder. Vi ser også på det i forhold til historie, alder og produktionssted. Derudover vil der indgå temaer som f.eks. sølv, glas og keramik. Kursusforløbet tilrettelægges i samarbejde med deltagerne. På holdene er deltagerne velkomne til at medbringe genstande for at vurdere deres oprindelse. På begge hold vil der også indgå en lørdagstur hvor vi ser på antikviteter - både de mærkelige, de sjældne og de smukke. Der kan evt. arrangeres samkørsel. Kørsel og evt. entre er ikke indregnet i kursussen.

DET MOBILE ANTIKVITETSHOLD 1.

Kursus nr. 200. 1. Mødested: Nyhåbsvej 3, Hørdum.
 Onsdag den 5. okt. kl. 19,00 - 21,35.
 Herefter ca. hver 14. Dag. I alt 13 x 3 lekt. for 1020 kr.

DET MOBILE ANTIKVITETSHOLD 2.

Kursus nr. 201. 1. Mødested: Nyhåbsvej 3, Hørdum.
 Tirsdag den 11. okt. kl. 19,00 - 21,35.
 Herefter ca. hver 14. Dag. I alt 13 x 3 lekt. for 1020 kr.
 Underviser: Bodil Larsen. Antikvitetshandler, "Godt og Gammelt"



BILLEDBEHANDLING

KEND DIT KAMERA Begyndere med små kameraer

Kurset henvender sig til jer med et almindeligt digitalkamera. Medbring eget kamera. Vi vil koncentrere os om alle de grundlæggende funktioner, så som indstillinger, fokusering, hvad kan alle symbolknapperne, hvad kan de bruges til, hvornår bruges de forskellige symboler, og meget mere. I vil også få fif og ideer til, hvor I kan fremkalde Jeres billeder, og evt. købe ekstra tilbehør til kameraet. Hvis du vil lære mere om billedbehandling, anbefaler vi "Billedbehandling med Picasa"

Kursus nr. 252. Plantagehuset, Thisted
 Starter torsdag den 15. sept. kl. 19.00 - 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 475 kr.
 Underviser: Morten Thomsen, fotograf

KEND DIT KAMERA Begyndere med spejlreflekskameraer

Kurset henvender sig til ejere af spejlreflekskamera, både digitalt og analogt. Vi vil koncentrere os om brugen af blænde, lukketid og iso, frem for at benytte standardsymbolerne. Vi vil dermed lære i hvilke situationer, der skal benyttes lang eller kort lukketid, hvad blændens betyder for resultatet, hvad den kan, og hvilke effekter den kan lave! Medbring eget kamera. Hvis du vil lære mere om billedbehandling, anbefaler vi "Billedbehandling med Picasa"

Kursus nr. 253. Plantagehuset, Thisted.
 Starter torsdag den 27. okt. kl. 19.00 - 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 475 kr.
 Underviser: Morten Thomsen, fotograf

DIGITAL FOTOGRAFERING

Forudgående deltagelse på "Kend dit spejlreflekskamera" kursus vil være en fordel, men har du et rimeligt kendskab til grundfunktionerne i dit kamera, kan du sagtens være med. Denne dag vil vi lege lidt med professionelt udstyr, kamera, lamper med videre, og lave billeder af hin-

anden både indendørs og udendørs i naturen. Vi bruger naturligvis også dit udstyr, og evt. i kombination. Fokus er sat på optagelsesteknikker, fif til portræt- og gruppefotografering. Altså ting vi ofte fotograferer. Medbring eget kamera.

Kursus nr. 254. Plantagehuset, Thisted.
 Afholdes søndag den 20. nov. kl. 9.00 - 14.20. I alt 6 lekt. for 300 kr.
 Underviser: Morten Thomsen, fotograf

BILLEDBEHANDLING MED PICASA introduktion

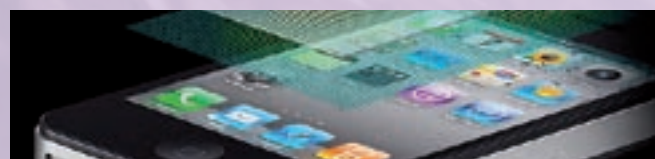
Picasa er et gratis billedbehandlingsprogram fra Google. Picasa kan hentes fra Internettet. Programmet omfatter flere forskellige funktioner. De primære er: Organisering af fotoalbum. Egentlig billedredigering. Deling af billeder med andre på internettet. Foruden disse funktioner vil vi på kurset se på, hvorledes Picasa hentes på internettet og installeres på en pc og hvorledes billeder overføres til Picasa fra et digitalt kamera og fra andre medier.

Kursus nr. 245. Plantagehuset, Thisted.
 Starter tirsdag 20. sept. kl. 19.00 - 21.35. Derefter 4/10 og den 1/11.
 I alt 3 x 3 lekt. for 375 kr. Underviser: Peter Haumann, IT-konsulent

BILLEDBEHANDLING MED PICASA videregående

Vi vil på dette kursus arbejde videre med de funktioner, som blev præsenteret i "Billedbehandling med Picasa, introduktion". Desuden vil flere af de mere specielle funktioner i Picasa blive benyttet.

Kursus nr. 1245. Plantagehuset, Thisted
 Starter tirsdag den 13. marts kl. 19.00 - 21.35. I alt 3 x 3 lekt. for 375 kr.
 Begge kurser for 725 kr. Underviser: Peter Haumann, IT-konsulent



IT

IT - WINDOWS, COMPUTEREN I HVERDAGEN. MODUL 1

Grundlæggende pc-kursus for begyndere og lidt øvede. Der vil blive indføring i de basale dele ved en pc, samt de grundlæggende funktioner i Windows. Herunder oprydning på harddisken og de andre hjælpefunktioner i Windows, som kan få din computer til at fungere optimalt. Du vil lære at gemme, flytte og finde data, rette og tilføje tekst, ændre skrifttyper og meget andet. Vi vil kigge internet, lære at søge og kopiere fra nettet.

Kursus nr. 243. Plantagehuset, Thisted.
 Starter onsdag den 5. okt. kl. 19.00 - 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 475 kr.

IT - WINDOWS, COMPUTEREN I HVERDAGEN. MODUL 2

På dette modul vil vi arbejde videre med at finde de mange funktioner og muligheder der ligger i Windows. Vi vil kigge mere på internettet, arbejde med bogmærker, sikkerhed, lære at hente/installere programmer fra nettet m.m. Afslutningsvis vil du blive præsenteret for et udvalg af programmer, som du vil kunne få glæde af i hverdagen.

Kursus nr. 244. Plantagehuset, Thisted.
 Starter onsdag den 9. nov. kl. 19.00 - 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 475 kr.
 Begge moduler 925 kr.
 Underviser: Brian Vinding. Informatikassistent.

NB: På begge kurser vil det være en fordel at medbringe din egen bærbare computer.

KEND DIN SMARTPHONE

Henvender sig til personer med Smartphones med Styresystemet iOS, der benyttes i fx iPhone. Android til HTC, Samsung, Sony Ericsson og LG, samt Symbian der benyttes af Nokia. Medbring din egen Smartphone. Vi gennemgår og lærer alle de funktioner en Smartphone byder på, så vi bliver fortrolige, og kan udnytte vores Smartphone bedst muligt, herunder brugen i samspil med PC eller Mac.

Vi kommer også til at se på App's til Smartphone. Hvad de bringer af muligheder, og hvordan kan de hjælpe os? Desuden vil vi få fif og ideer til, hvor på nettet vi finder de bedste sider om og til Smartphone.

Kursus nr. 251. Plantagehuset, Thisted
 Starter tirsdag den 8. nov. kl. 19.00 - 21.35. I alt 3 x 3 lekt. for 375 kr.
 Underviser: Morten Thomsen, IT-konsulent

BRUG AF INTERNETTET

På dette kursus vil vi se på nogle af alle de tjenester vi kan få adgang til på internettet. Som eksempler kan nævnes: Brug af den nye digitale signatur, NemId. Adgang til tjenester hos de offentlige myndigheder (skat, kommunen etc.), pengeinstitutter. Rejseplanlægning. Handel på internettet. Digitale kort, Google Earth. Adgang til forskellige medier (aviser, biblioteker, DR, TV2 m.v.).

Kursus nr. 246. Plantagehuset, Thisted.
 Starter tirsdag 21. feb. kl. 19.00 - 21.35. I alt 3 x 3 lekt. for 375 kr.
 Underviser: Peter Haumann, IT-konsulent



HÅNDVÆRK & KREATIVE FAG

FILT. SKULPTUREL OG 3D FILTNING Weekend

Måske har du filtet meget eller aldrig nogensinde, men trænger til inspiration til hvordan du kan skabe mere struktur i din filting. På dette kursus vil vi arbejde med forskellige teknikker, der skaber tredimensionel struktur - der så kan overføres til eks. en vase, en skål, et vægbillede, et prydbælte, en krave eller et tørklæde, alt afhængig af hvad du vælger. Den første dag vil vi gennemgå de forskellige teknikker og på andendagen overfører teknikkerne til det produkt, der vil blive arbejdet med.

Kursus nr. 248. Vibberstoftvej 8, Koldby.
 Starter lørdag den 8. okt. kl. 9.00 - 14.20 og fortsætter søndag den 9. okt. Kl. 9.00 - 14.20. I alt 2 x 6 lekt. for 450 kr.
 Underviser: Joan Löhning. "Det Gamle Stuehus"

MØBELPOLSTRING

Få nyt liv i dine gamle, gedigne møbler. Har du en gammel stol eller sofa stående på loftet, eller er din gode, hyggelige stol ved at være slidt? Så benyt dig af dette tilbud. Her får du hjælp til at udskifte et par fjedre eller sætte nyt betræk på. Medbring emnet du vil ombetrække. Husk også knibtang, hammer o. lign. Hvis du ikke selv har mulighed for at fragte emnet, vil vi gerne hjælpe dig.

Kursus nr. 228. Kælderen, Nordthyllen, Sennels.
 Starter tirsdag 20. sept. kl. 19.00 - 21.35. I alt 10 x 3 lekt. for 950 kr.

Kursus nr. 1228. Kælderen, Nordthyllen, Sennels.
 Starter tirsdag 10. jan. kl. 19.00 - 21.35. I alt 10 x 3 lekt. for 950 kr.
 Begge kurser for 1875 kr.
 Underviser: Peter Jeppesen. Møbelpolstrer

SMYKKEKURSUS

Her kan du lave dit eget personlige unika smykke. Kurset er for både begyndere og øvede. Der er mulighed for at kreere dine personlige halssmykker, armbånd og øreringe. Du har mulighed for at arbejde med fx ametyst, jade, agat, perler, turkis, amazonit, serpentin og kvarts. Du er velkommen til at medbringe dine egne perler og gamle kæder, som du måske har lyst til at pifte op med nogle nye sten eller perler. Medbring tålmodighed, vilje og godt humør. Resten kan købes på kurset.

Kursus nr. 247. Tvorupvej 38, Tvorup.
 Afholdes lørdag 17. sept. kl. 12.30 - 17.00. I alt 6 lektioner for 250 kr.
 Underviser: Doris Skak Ege. Smykkehåndværker "Krystallen"

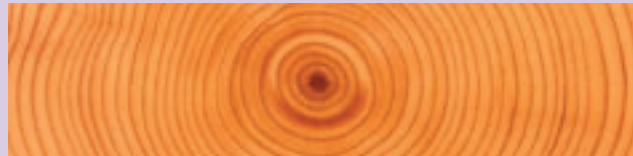
BUEBYGGERKURSUS weekendkursus

Byg dig en virkelig 'Rolls Royce langbue'! Din bue bliver både helt personlig og meget smuk – og så bliver den fantastisk at skyde med. Vi indleder kurset med, at du fremstiller tre træpile med naturfaner, så du har noget at skyde med, når buen skal prøveskydes. Derefter arbejder du på din bue under vejledning og med udgangspunkt i dit behov for vejledning. Undervejs vil vi snakke om laminering af buestave, bueskydning og sikkerhed, hvilke pile man skal bruge til hvilke buer og meget mere om bueskydning. Laminerede stave til buen og materiale til pile købes hos underviseren. Materialeudgifterne er på 775 kroner. Hvis du selv mener at have egnet „buetræ“, er du velkommen til at tage det med. Både nybegyndere og øvede, er meget velkomne. Underviseren har skudt med langbue gennem næsten otte år og har selv bygget buer og holdt kurser de sidste seks år.

Kursus nr. 233. Tingstrup Skole. Sløjdløkalet.

Starter lørdag den 8. okt. kl. 16.00 – 21.20 og fortsætter søndag den 9. okt. kl. 9.00 – 16.10. I alt 14 lekt. for 575 kr.

Underviser: Karin Røjkjær, buemager og sløjdlærer

**SLØJD FOR KVINDER**

Er værktøjskassen et mysterium og små reparationer en umulig udfordring? Og er du træt af, at billedet kun kan blive hængt op, hvis der er en mand inden for rækkevidde? Nu er sløjdkurset her, kun for kvinder, og i løbet af kurset lærer du at fremstille mindre ting i træ, foretage simple reparationer og at kende forskel på de forskellige værktøjer. Du kan med andre ord blive din egen 'handy-woman', så du ikke længere behøver være taknemmelig for at få skruet en skrue i. Du er meget velkommen til at tage dine egne projekter med og arbejde på dem i løbet af kurset. Underviseren er sløjdlærer og har gennem mange år været 'gør-det-selv-kvinde' med eget værksted. Materialer afregnes efter forbrug med underviseren.

Kursus nr. 234. Tingstrup Skole. Sløjdløkalet.

Starter torsdag den 8. sept. kl. 19.00 – 21.35 I alt 8 x 3 lekt. for 775 kr.

Underviser: Karin Røjkjær, handy-woman og sløjdlærer

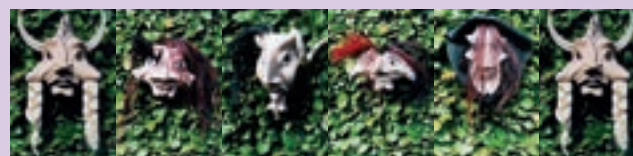
SKULPTURER I TRÆ

Har du tænkt på, at din brændestak kan være en skatkiste med mange muligheder for at frembringe spændende kunst. Et stykke træ fra dit gamle frugttræ kan få et helt nyt liv på din hyld – med lidt fantasi, en del tålmodighed og masser af knofedt bliver det til den mest fantastiske skulptur. Lad dig inspirere af træets former og se, hvilken fantastisk skulptur, der gemmer sig inde i træet. Vi arbejder med simple værktøjer som for eksempel økse, boremaskine, stemmejern, rasp/fil, snittekniv og sandpapir. Evt. materialer afregnes efter forbrug med underviseren.

Kursus nr. 235. Tingstrup Skole. Sløjdløkalet.

Starter torsdag den 17. nov. kl. 19.00 – 21.35 I alt 8 x 3 lekt. for 775 kr.

Underviser: Karin Røjkjær, skulptør og sløjdlærer

**MASKER**

En fuldstændig unik maske, som er fremstillet med dit eget ansigt som skabelon. Med gipsgaze hjælper vi hinanden med at lave præcise aftryk af vores ansigter. Derefter arbejder vi med papmaché for at give maskerne sjove, uhyggelige, eventyrlige eller grumme udtryk. Endelig udsmykker vi maskerne med mange forskellige materialer som for eksempel sisal, fjer, silke, gamle smykker, maling og lak. Vil du lave masker til teater, er du meget velkommen til det, men ellers er det tanken at lave helt enestående vægdekorationer. Materialer afregnes efter forbrug med underviseren.

Kursus nr. 236. Tingstrup Skole.

Starter tirsdag den 6. sept. kl. 19.00 – 21.35 I alt 8 x 3 lekt. for 775 kr.

Underviser: Karin Røjkjær, maskemager

**REDESIGN Weekendkursus**

Har du noget yndlings tøj i skabet, der er blevet lidt for kedeligt – noget der trænger til at blive piftet op? Måske skal der andre ærmer på, laves nye kanter eller blot noget spændende pynt på, så dit tøj får et personligt udtryk. - en dug, en natkjole fra genbrug der skal blive til en nederdel og en bluse. Har du tøj du ikke vil bruge mere? – så tag det med og vi laver en byttebasar ... Medbring det tøj du vil arbejde med, evt. perler, knapper, bånd o. lign. Underviser medbringer også et udvalg af pyn-

temuligheder og ideer.

Kursus nr. 224. Snedsted Skole. Håndarbejdslokalet

Starter lørdag den 1. okt. og fortsætter søndag den 2. okt. Begge dage fra kl. 10.00 – 15.15. I alt 2 x 6 lekt. for 450 kr.

Underviser: Lene Bek Nielsen. Lenes kostumer & festtøj

**MASKINBRODEREDE SJALER**

En hyggeligt og spændende stund for alle aldersgrupper, hvor du lærer at lave helt unikke og utrolig flotte sjaler. Man tager noget garn – "drysset" det ud over et forsvindingsmateriale – syer det sammen - vasker det – og så har du det smukkeste kniplingsagtige sjal. Der kræves ingen sykundskaber, blot lysten til at prøve noget nyt. En rigtig god julegaveide. Medbring gerne egen symaskine. Materialeudgift: 50,-kr. pr. pers. til prøver.

Kursus nr. 225. Snedsted Skole. Håndarbejdslokalet

Afholdes søndag den 6. nov. kl. 10.00 – 12.35. I alt 3 lekt. for 125 kr.

Kursus nr. 226. Snedsted Skole. Håndarbejdslokalet

Afholdes onsdag den 9. nov. kl. 19.00 – 21.35. I alt 3 lekt. for 125 kr.

Underviser: Lene Bek Nielsen. Lenes kostumer & festtøj

OVNFORMET GLASKUNST

Dette er et emne for alle der har lyst til at fremstille unikke glasting. Alle kan være med. Vi arbejder med Bulls eye glas, og lærer de grundlæggende teknikker. Du kan selv lave de mest spændende ting i glas fx: fade, lystestager, figurer, smykker, ophæng, osv. Nu har du også mulighed for at lære at lave krakeleringer på f.eks. skåle, fade, får og fugle. Materialerne købes på kurset.

Kursus nr. 241. Hvidhøjvej 1. Næstrup.

Starter tirsdag den 20. sept. kl. 19.00 – 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 575 kr.

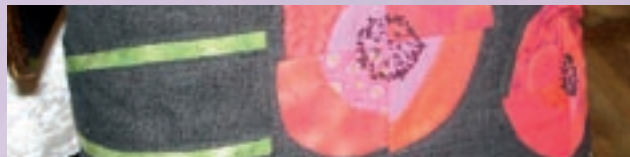
Kursus nr. 1241. Hvidhøjvej 1. Næstrup

Starter tirsdag den 17. jan. kl. 19.00 – 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 575 kr.

Formiddagskursus**Kursus nr. 242. Hvidhøjvej 1. Næstrup.**

Starter onsdag den 14. sept. kl. 9.00 – 12.30 og fortsætter onsdag den 21. sept. I alt 2 x 4 lekt. for 400 kr.

Underviser: Hilda Christiansen. Glasmager, "Hvidhøj Glas"

**MODERNE BRODERI**

Karin Østergaard, Åsvej 43, 7700 Thisted, Tlf. 97 93 12 39. I år har Karin 23 års undervisnings erfaring, og i de sidste 16 år underviser i egne hyggelige lokaler. Har du lyst til udfordringer og lade dig føre ud hvor der ingen regler er? Hvor "Er det mon muligt" er i højsædet, foruden det at skabe små kunstværker. På kurset vil vi arbejde med større opgave (der vil være to at vælge imellem), samt et mindre, hvor der prøves noget nyt. Der vil blive arbejdet med tykke tråde i spolen, såvel som maling/trykning på stofferne vil indgå i "prøvelserne". Medbring symaskine med alt tilbehør og brugsanvisning, lidt forskellige stoffer, tråde, garner (herunder DMCgarn), sjove effekter, div. alm. sygrej. Der vil være en lille udgift til fælles-/specialting til opgaverne.

Kursus nr. 214. Åsvej 43, Ås. Afholdes lørdag den 5. nov. kl. 8.30 – 15.35.**Kursus nr. 215. Åsvej 43, Ås. Afholdes lørdag 17. marts kl. 8.30 – 15.35.**

En lørdag er 8 lektioner for 290 kr. Begge kurser for 560 kr.

Disse lørdagskurser kan også indgå i rabatordningen sammen med lørdagskurserne i Patchwork.

PATCHWORK

Karin Østergaard, Åsvej 43, 7700 Thisted, Tlf. 97 93 12 39

I år har Karin 23 års undervisnings erfaring, og i de sidste 16 år underviser i egne hyggelige lokaler. Patchwork er et meget spændende område, hvor man syer på symaskine såvel som i hånden. Der undervises individuelt, så alle arbejder med det de lige har lyst til, og får fra underviseren, de udfordringer som man gerne vil have. De forskellige teknikker gennemgås løbende efter deltagernes ønsker og behov, og alt er ikke så tidskrævende som det ser ud. Desuden er symaskinen i dag et godt hjælpemiddel til at få noget fra hånden med. Der syes alt lige fra store sengetæpper, slumretæpper, restetæpper, vægophæng, dækkeservietter, duge, løbere, puder, grydelapper, brødservietter, tasker, småting til grene, og meget mere!!! Kurserne er for nybegyndere, der vil lære at sy over pap, eller den øvede, der vil fordybe sig i et særligt emne – og alle dem, der søger ny inspiration og ønsker at afprøve nye teknikker. Man er også velkommen til at medbringe noget som er påbegyndt, men som man mangler hjælp til at gøre færdigt.

Kursus nr. 202. Åsvej 43, Ås.

Starter mandag 26. sept. Kl. 14.00 – 16.35. I alt 12x3 lekt. For 1050 kr.

Kursus nr. 203. Åsvej 43, Ås.

Starter mandag 26. sept. kl. 19.00 – 21.35. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Kursus nr. 204. Åsvej 43, Ås.

Starter tirsdag 27. sept. kl. 9.30 – 12.05. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Kursus nr. 205. Åsvej 43, Ås.

Starter tirsdag 27. sept. kl. 15.00 – 17.35. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Kursus nr. 206. Åsvej 43, Ås.

Starter onsdag 28. sept. kl. 9.30 – 12.05. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Kursus nr. 207. Åsvej 43, Ås.

Starter torsdag 29. sept. kl. 9.30 – 12.05. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Kursus nr. 208. Åsvej 43, Ås.

Starter torsdag 29. sept. kl. 19.00 – 21.35. I alt 12 x 3 lekt. for 1050 kr.

Alle kurser er ca. hver 14. dag.

Lørdagskurser**Kursus nr. 209. Åsvej 43, Ås.**

Afholdes lørdag 1. okt. kl. 8.30 – 15.35

Kursus nr. 210. Åsvej 43, Ås.

Afholdes lørdag 3. dec. kl. 8.30 – 15.35

Kursus nr. 211. Åsvej 43, Ås.

Afholdes lørdag den 14. jan. kl. 8.30 – 15.35

Kursus nr. 212. Åsvej 43, Ås.

Afholdes lørdag 4. feb. kl. 8.30 – 15.35

Kursus nr. 213. Åsvej 43, Ås.

Afholdes lørdag 24. marts kl. 8.30 – 15.35

En lørdag er 8 lektioner for 290 kr. Tre lørdage for 800 kr.

Fem lørdage for 1175 kr. Gerne koordineret tilmelding på disse Patchworkkurser samt Moderne Broderi.

**BRODERIKURSUS**

Lær nogle af de gamle broderisting med et moderne twist. På kurset vil der blive gennemgået forskellige teknikker inden for broderi bl.a. stramaj, monogrammer. Der vil også blive undervist i montering af broderi.

Kursus nr. 218. Strikkefejen, I.P. Jacobsens Plads 5, Thisted.

Starter tirsdag den 13. sept. kl. 19.00 – 21.35. I alt 6 x 3 lekt. for 650 kr.

Kurset afholdes hver 14. dag.

Underviser: Vibeke Iversen. Uddannet fra Viborg Tekstil Seminarium.

KOM GODT I GANG MED KORSTING

Broder dit helt personlige motiv i korssting. Det lille enkle sting, korssting, er nemt at lære, men hvordan holde styr på de mange garnfarver. Hvordan læses mønsteret med de mange symboler. Få viden om de mange gode fif for at få glæde af at brodere korssting. Det er muligt at bestille en hel broderipakke hos Helga eller at medbringe sit eget.

Du kan også vælge en lille overskuelig ting eller at gå i gang med et større projekt. Send et foto af dit emne til Helga senest to uger før kurset, så er der mulighed for at få sit helt personlige broderimønster fremstillet. se: www.helgas-broderier.dk og mail til hmk@kongpetsak.dk

Kursus nr. 222. Plantagehuset, Thisted.

Afholdes lørdag den 29. okt. kl. 8.30-15.35. I alt 8 lekt. For 290 kr.

Underviser: Helga Kongpetsak.

MONTERING AF BRODERI

Når et stort broderi er færdigt er det vigtigt for det endelige resultat, at få det monteret rigtigt. Medbring dit eget færdige broderi og få hjælp til at sætte prikken over i-et med en korrekt montering, indramning eller den korrekte søm. Medbring symaskinen og din syæske, dit broderi og det stof, pap m.m. du skal bruge. Du er velkommen til at maile til hmk@kongpetsak.dk inden kurset for at få gode råd om hvad der evt. skal købes.

Kursus nr. 223. Plantagehuset, Thisted.

Afholdes søndag den 30. okt. kl. 8.30-15.35. I alt 8 lekt. For 290 kr.

Begge Helgas kurser for 560 kr. Underviser: Helga Kongpetsak.

**PAPIRFLET**

Ud fra foldede papirstimler flettes små kvadratiske og rektangulære bætter med forskellige afslutninger, samt små dækkeservietter. På kurset arbejdes med teknikker, der kan videreføres på større ting. Emner gennemgås efter behov f. eks. æsker med låg og muleposer. Materialer kan købes på kurset, (ca. 95 kr.)

Kursus nr. 240. Tingstrup Skole.

Starter lørdag den 1. okt. kl. 8.30-15.35 og fortsætter søndag den 2. okt. kl. 8.30-15.35 I alt 16 lektioner for 600 kr.

Underviser: Inge Kappel, faglærer

RUL PATCHWORK PÅ SNOR

Patchwork på snor er en helt ny dansk hobby, der er kommet hertil fra USA. Stof rulles på tørresnor og formes til fantasifulde modeller, f.eks. tasker, skåle, dækkeservietter og meget andet. Skålen/tasken syes på symaskine. Her har du muligheden for at bruge dine rester. Al bomuldsstof kan bruges, ensfarvet, mønstret, gamle skjorter, gardiner, duge, osv.. Materialer du skal medbringe: Stofrester (bomuld), en robust symaskine, ekstra symaskinenåle (gerne cowboy nåle), skæreunderlag, lineal og en rulleskærer, knappenåle, tape, målebånd, tørresnor – polyreb (4 mm) (middelkurv forbrug 13 m), saks, sytråd i mange farver, klemme der kan nå om bordkanten.

Kursus nr. 220. Hurup Skole, Håndarbejdslokalet.

Starter torsdag 27. okt. kl. 18.30 – 21.05. I alt 5 x 3 lekt. for 550 kr.
Underviser: Ghita Noermark, Lovmandsminde

**CANDYBAG / SLIKPAPIRTASKER**

Denne slags tasker/punge blev oprindeligt lavet af kvinder i Mexico. I Mexico flettes de af frasorteret emballagepapir til slik og madvarer, som modtages fra fabrikkerne i store ruller. Hvis det ikke blev benyttet til tasker, ville det ende på lossepladsen og derved belaste miljøet. I Danmark laves de også og man benytter brugt emballage fra slik, kaffe, madvarer osv. Man kan også være heldig at få nyt, defekt emballage fra fabrikker. Gavepapir, tegneserier, ugeblade osv. skal have bogbinderplast på, for at kunne bruges. Man klipper/skærer mange stykker papir ud, folder og fletter dem til tasker. Det er en langsommelig proces, men man får et flot resultat ud af det og sparer mange penge, da de er ret dyre at købe færdige. Det er en god ide at starte indsamlingen af poser fra kaffe, slik, grønsager osv.. allerede nu, da der skal bruges en del materiale. Materialer du skal medbringe: Genbrugspapir (rengjort), ugeblade, aviser, tegneserier (husk dertil bogbinderplast, købes i boghandel), saks, skæreunderlag, lineal og en rulleskærer, tøjklammer, tandtråd, stoppenål, nylon lynlås, synål og en god metalpincet.

Kursus nr. 221. Hurup Skole, Håndarbejdslokalet.

Starter torsdag den 19. jan. kl. 18.30 – 21.05. I alt 6 x 3 lekt. for 650 kr.
Underviser: Ghita Noermark, Lovmandsminde

PILEFLET Weekend

Kurset er for såvel nybegyndere som øvede. Der er masser af muligheder. Der er mulighed for at flette kurve i alle afskygninger. Hvad med en firkantet bund, der ender ud i en rund kurv evt. med en troldehasel som hank? Det kunne være en firkantet indkøbskurv eller en hel anden kurv. Har du andre ideer snakker vi om det. Medbring gerne en skarp kniv og en beskærersaks. Materiale kan købes på kurset. Ved tilmelding må du meget gerne fortælle om dine ønsker, så der er materiale klar til lige det du ønsker.

Kursus nr. 217. Tingstrup Skole.

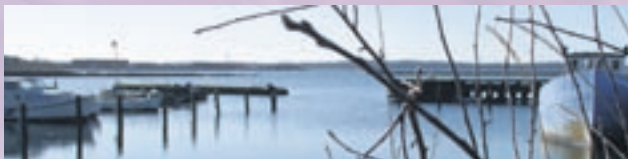
Starter fredag den 4. nov. kl. 16.00 - 21.20 og fortsætter lørdag den 5. kl. 9.00 – 17.05 I alt 15 lekt. for 575 kr.
Underviser: Tove Badstue. "Eskelund Kurve"

FORÅRSKURSUS MED LEVENDE PIL

Kursus i "levende pileflet" er hovedsagelig beregnet for dig der higer efter foråret. Nu skal vi have gang i træer til krukkerne. Det kunne også være der skulle laves en krusedullekugle til at trille rundt på græsplænen. Medbring gerne en skarp kniv og en beskærersaks. Materiale kan købes på kurset. Ved tilmelding må du meget gerne fortælle om dine ønsker, så der er materiale klar til lige det du ønsker.

Kursus nr. 1217. Tingstrup Skole.

Afholdes fredag den 9. marts kl. 16.00 - 21.20. I alt 6 lekt. for 250 kr.
Underviser: Tove Badstue. "Eskelund Kurve"

**LYSTSEJLADS****NAVIGATION & SIKKERHED TIL SØS**

Med mulighed for duelighedsbevis, der giver ret til at føre skibe op til 15 meter. Et grundkursus i teori og praktik, sikkerhed og navigation til søs. Kurset omfatter bl.a. søvejsregler, søkort, kompas, farvandsafmærkning, kurssætning, stedbestedelse, instrumenter, brandteori, grundlæggende sømandskab, samt praktisk sejlads med motor/sejlbåd. Kurset kan afsluttes med en teoretisk og praktisk eksamen, hvor censor er bemyndiget af Søfartsstyrelsen.

Duelighedsbeviset giver også ret til at føre speedbåd. Der må påregnes udgifter til bøger, søkort samt evt. prøvegebyr.

Kursus nr. 249. Tingstrup Skole.

Starter onsdag 12. okt. kl. 19.00 – 21.35. I alt 20 x 3 lekt. for 1.850 kr.
Underviser: Hans P. Kokholm.

VHF / SRC RADIOKURSUS FOR LYSTSEJLERE

På kurset gennemgås apparatbetjening og antenneforhold, udtryk og definitioner, oprettelse og drift, frekvenser, adm. bestemmelser, nød-

kald og positionsangivelser, kalde- og svarform m.m.

Kurset afsluttes med en certifikatprøve. Der udleveres skema for tilmelding til SRC Radio-prøve der afholdes af Søfartsstyrelsen. Der må påregnes udgifter til bøger og prøvegebyr.

Kursus nr. 250. Tingstrup Skole.

Starter torsdag den 13. okt. kl. 19.00 - 21.35. I alt 4 x 3 lekt. for 450 kr.
Underviser: Hans P. Kokholm.

**MADLAVNING****MADLAVNING FOR MÆND**

Til alle madlavningsholdene vil der foruden kursusbetalingen være udgifter til råvarer, som afregnes direkte til underviseren hver gang. Men så får du også et godt måltid mad, som du selv har været med til at lave, i et godt og hyggeligt fællesskab. Der arbejdes med menuforslag fra kursisterne, ligesom underviserens ideer vil komme til udtryk. Kurset henvender sig til dem der har lyst til at lære at lave mad, på en ny og spændende måde, anvende specielle krydderier, osv. Der vil blive lavet hovedretter, forretter, desserter og bagværk, alt afhængig af deltagernes interesser.

Kursus nr. 229. BOOA, Bedsted.

Starter torsdag den 25. aug. kl. 18.00 – 21.30, herefter den 29/9-27/10-24/11-15/12 og 26/1 2012

I alt 6 x 4 lekt. for 735 kr.

Underviser: Jan Brinck

WEBER GRILL / KUGLEGRILL

Mangler du inspiration og erfaring med din kuglegrill. Synes du at det er svært at få et godt resultat. Så er dette kursus måske lige dig. Du vil få mulighed for at lære din egen grill at kende under kyndig vejledning. Der arbejdes med menuforslag fra kursisterne, ligesom underviserens ideer vil komme til udtryk. Materialer afregnes efter forbrug med kursuslederen. Medbring din egen grill, samt kul/briketter.

Kursus nr. 219. Snedsted Skole, Skolekøkkenet.

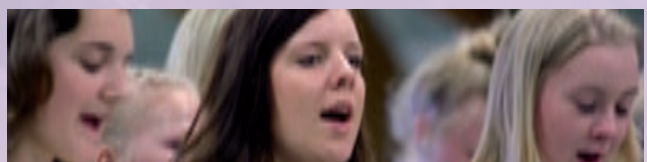
Starter torsdag den 1. sept. kl. 18.00 – 21.30, I alt 4 x 4 lekt. for 525 kr.
Underviser: Henrik Melballe

VEGETARISK MADLAVNING

Har du en gang i mellem lyst til at lave mere grøn mad? Måske kunne det også være rart at droppe kødet helt. Dette kursus i vegetarisk madlavning giver dig et overblik over, hvordan du kan sætte råvarerne sammen, så du sikrer dig, at du kan lave mad, som forsyner dig med de rigtige næringsstoffer. Du vil også blive introduceret for flere nye ingredienser, som kan afløse kødet i din husholdning. Hver kursusgang tilbereder vi skøn grøn mad, som du senere vil kunne lave og servere for din familie og dine venner. Instruktøren har gennem 25 år udelukkende levet af vegetarisk kost. Materialer afregnes efter forbrug med kursuslederen.

Kursus nr. 239. Rolighedsskolen, Skolekøkkenet.

Starter mandag den 19. sept. kl. 19.00 – 21.35 I alt 8 x 3 lekt. for 775 kr.
Underviser: Karin Røjkjær, vegetar

**SANG****TEUTONERKORET**

Sang er udtryk for livsglæde, går du derfor og nyner for dig selv i hverdagen, har vi et godt tilbud til dig. Korsang er for alle sangglade! Vi synger meget forskelligt - lige fra viser, rytmisk musik til klassisk.

Der fordres ingen forkundskaber, kun lysten til at synge og være med i et godt fællesskab sammen med andre sangentusiaster. Annette arbejder i sin undervisning med sangteknik og klang, samt det at tage ansvar for den enkelte og helheden.

Kursus nr. 227. Teutonerkoret. Snedsted Skole.

Starter torsdag den 22. sept. kl. 19.30 – 21.15. I alt 12 x 2 lekt. for 425 kr.

Kursus nr. 1227. Teutonerkoret. Snedsted Skole.

Starter torsdag den 12. jan. kl. 19.30 – 21.15. I alt 11 x 2 lekt. for 390 kr.
Begge moduler for 775 kr.

Korleder: Annette Boch Pedersen. Organist, Cand. phil.

SPROGET**SKRIV GODT DANSK**

Hvorfor er det, at det danske sprog nogen gange slår de frygteligste knuder? Hvordan kan man gøre sig lidt bedre forståeligt – også på skrift? Vi arbejder med det klare budskab – hvad vil jeg sige - 'det gode sprog' og den enkle sætning. Hvis du gerne vil i gang med at skrive – måske dine erindringer eller fiktion – skulle du melde dig til dette 'værkstedskursus', hvor vi bruger det danske sprog som værktøj, når vi vil fortælle det, vi har på hjerte. Du er meget velkommen til at tage dine egne arbejder med, og der vil i mindre omfang være mulighed for at få kommentarer. Underviseren har gennem mere end 30 år arbejdet med det danske sprog i mange forskellige sammenhænge.

Kursus nr. 237. Tingstrup Skole.

Starter tirsdag den 15. nov. kl. 19.00 – 21.35 I alt 8 x 3 lekt. for 775 kr.
Underviser: Karin Røjkjær, journalist og lærer

'SÆLG' DIG SELV, NÅR DU TAGER ORDET**weekendkursus**

Det kan være frygteligt svært og meget skræmmende at rejse sig og tage ordet – hvad enten det sker til din mosters fødselsdag, din forenings generalforsamling eller ved jubilæumsfesten. På dette weekendkursus lærer du nogle enkle teknikker, som gør at du kan holde styr på både budskabet og tiden, når du skal sige noget i en større forsamling. En kombination af korte foredrag, øvelser og egne forsøg med de lærte teknikker gør kurset både afvekslende og underholdende. Underviseren har gennem mange år arbejdet med formidling – både i forhold til børn og voksne.

Kursus nr. 238. Tingstrup Skole.

Starter lørdag den 29. okt. kl. 16.00 – 21.20 og fortsætter søndag den 30. okt. kl. 9.00 – 16.10. I alt 14 lekt. for 575 kr.

Underviser: Karin Røjkjær, journalist og lærer

**SUNDHED & VELVÆRE****AEROBIC / GYMNASTIK OG BEVÆGELSE**

Holdet er for dig som ønsker sved på panden, samt trænet mave, baller, lår, m.m. Vi laver også bækkenbundstræning og udstrækning. Alle kan være med – unge som gamle. Medbring liggeunderlag, samt 2 vanddunke, som skal bruges til træning af armene.

Kursus nr. 216. Vandet Gl. Skole. Vandet.

Starter tirsdag 23. aug. kl. 17.30 – 18.45. I alt 12 x 1½ lekt. for 550 kr.

Kursus nr. 1216. Vandet Gl. Skole. Vandet.

Starter tirsdag 3. jan. kl. 17.30 – 18.45. I alt 12 x 1½ lekt. for 550 kr.
Begge moduler for 1050 kr.

Underviser: Mie Hoxer. Fysioterapeut

HATHA YOGA

I Hatha Yoga arbejder man med kropslige øvelser, åndedrætsstræning og afspænding. Herigennem styrkes, smidiggøres og regenereres kroppen. Stilen er langsom og dynamisk. Hatha Yoga er kendt for sin forebyggende og helbredende virkning, da Hatha Yoga stimulerer muskler, nerver og organer. Arbejdet med øvelserne kan give en følelse af øget velvære, nærvær og ro. Ligesom et frit flydende åndedræt har stor betydning for sindets afspændthed. Medbring liggeunderlag og tæppe.

Kursus nr. 232. Plantagehuset.

Starter tirsdag 13. sept. kl. 15.30 – 17.10. I alt 12 x 2 lektioner 675 kr.

Kursus nr. 1232. Plantagehuset.

Starter tirsdag 17. jan. kl. 15.30 – 17.10. I alt 12 x 2 lektioner 675 kr.

Begge moduler for 1300 kr.

Underviser: Signe Frostholt. Uddannet Yoga lærer fra "Kreativ Yoga-skole" København

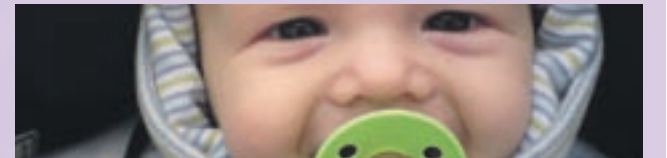
PUSHING MUMS / I GANG EFTER FØDSEL

På holdet "I gang efter fødsel" går vi tur med barnevognen, mens vi undervejs laver forskellige øvelser, der styrker de muskler, som har været belastet under graviditeten. Alle kan være med og der tages individuelt hensyn. Mød op med din baby/barn i barnevogn eller klapvogn, gode gå-sko, vandflaske, påklædning efter vejret og godt humør. Vi starter og slutter ved Plantagehuset i Thisted. Med andre ord; kom og få formen finpudset sammen med andre skubbende mødre/fædre inden din barsel slutter. Medbring gerne madpakke til dig selv og baby, så slutter vi af sammen.

Kursus nr. 230. Plantagehuset, Thisted.

Starter fredag 26. aug. kl. 9.30 – 10.40. I alt 9 x 1½ lektioner for 475 kr.

Underviser: Nina Møller, Psykomotorisk terapeut

**LEG MED DIN BABY / BABYMOTORIK**

På holdet "Leg med din baby" arbejder vi med motorisk stimulering af babyerne gennem sang, musik, remser, dans og bevægelse. Gamle, kendte babylege og sange introduceres, ligesom deltagernes egne favoritlege afprøves. "Leg med din baby" henvender sig både til første- og fjerdegeneration, der søger inspiration til kvalitets tid sammen med babyen, med fokus på motorisk stimulering. Medbring gerne madpakke til dig selv og baby, så slutter vi af sammen.

Kursus nr. 231. Plantagehuset, Thisted

Starter onsdag 24. aug. kl. 9.30 – 10.25. I alt 9 x 1 lektion for 400 kr.

Underviser: Kisser Bjerregård, pædagogisk rådgiver og DK-Kinesiolog®