

# Opplev Sørlandet 2022-2023



# Dette er oss

## **KRISTEN SKOLE**

Vi har tilbud om ulike kristne aktiviteter.

## **BREDESKOLE**

Mange ulike linjer, mange ulike elever.

## **FELLESOPPLEVELSER**

Vi dyrker et godt skolemiljø på tvers av linjene.

## **AKTIVITET**

Flotte fasiliteter og mange organiserte aktiviteter.

## **DU I FOKUS**

Veiledning: Hva skal du bli? - Er det noe du trenger å prate om?

## **ENGASJEMENT**

Vi legger til rette for at du kan bidra med dine talenter og interesser.

## **BÆREKRAFTIG**

Vi er en Fairtradeskole som setter miljø og bærekraft på dagsorden.



## Møtet som forandrer

Velger du Folkehøgskolen Sørlandet, får du mye mer enn god undervisning! Du blir en del av en større helhet. Selvfølgelig ønsker vi at du skal få gode opplevelser på linjen din, men vi ønsker også at du skal kjenne på det gode samholdet og det inkluderende miljøet på hele skolen.



ALLE HAR  
GODT AV Å  
VÆRE MED I ET  
FELLESSKAP!  
**DU OGSÅ!**

Vi legger til rette for at du skal ha mange ulike arenaer å bli kjent med andre elever på:

- Vi reiser på fellesturer sammen med hele skolen.
- Hver ettermiddag dras det i gang aktiviteter som du kan velge å bli med på. Alt fra idrettsaktiviteter til småturer og diverse hobbyaktiviteter.
- Alle samles til fellesmåltidene hver dag; frokost, lunsj, middag og kvelds.
- Vi har en veldig trivelig fellesstue hvor du kan henge sammen med vennene dine – i tillegg til mindre stuer rundt på internatene med tilhørende kjøkken.
- Hvert år setter vi av 2 uker til å være kreative sammen. Dette kaller vi MIX-uker. Dette er en nydelig anledning til å bli kjent med elever fra andre linjer. Timeplanen endres: Vi filmer, spiller skuespill, danser, bygger kulisser, styrer lyd og lys osv...
- Trening er sosialt og trivelig. Skolen har eget svømmebasseng, styrkerom, fitnessrom og gymsal. Til høsten står en flunkende ny idrettshall klar til bruk!



# Dette sier elevene



„Lærerne bryr seg om elevene og ser alle. Fasilitetene er også veldig bra. Samt idylliske sørlandet, det blir ikke bedre enn det.“

„Hadde ikke store forventninger, men tenkte det ville bli et godt avbrekk fra skole. Det ble så langt mye mer enn kun et godt avbrekk!“

„Alltid folk å finne på ting med. God mat. Flotte turer. Godt treningsutstyr. En arena for å bli kjent med mange nye, også folk man kanskje ikke hadde blitt kjent med til normalt.“



„Skolen har helt fantastiske lærere og andre ansatte. De gir alle så mye av seg selv, og lærer elevene så mye bra! Denne skolen vil alltid ha en helt spesiell plass i hjertet mitt!“

„Jeg likte at elever på tvers av klassene hadde mulighet til å bli godt kjent, i tillegg til det sosiale fellesskapet.“



# Vi er stolte av vår flotte skole!



Gymsal



Styrkerom



Skolekjøkken



Basseng



Fitnessrom med slynger



Bilverksted



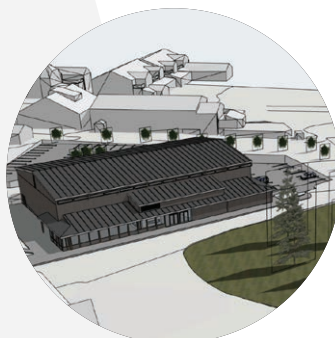
Matsal



Romslige klasserom



Fellesstue



NY Flerbrukshall  
Skal stå ferdig høsten 22





# Opplev Sørlandet

Vi gleder oss veldig til å vise vårt flotte Sørland frem for deg. Folkehøgskolen ligger perfekt plassert i den fine naturen her i sør. Det er kort avstand til både den vakre kysten med skjærgård, holmer og strender, og til den eventyrlige innlandsnaturen med skoger, heier, elever og vann.

Skolen tar selvfølgelig i bruk disse mulighetene.



## Det er mange grunner til å ville oppleve Sørlandet

- Skjærgårdsidyll
- SOL
- Svaberg, strender, bading, båtliv, fising, krabber, bål, osv.
- Koselige Sørlandsbyer med hvit trehus og trange gater.
- Lillesand, Grimstad, Kristiansand og Arendal ligger alle en 15 – 40 minutters biltur unna.
- «Blaude konsonanter» og koselige sørlendinger.



## Hele skolen blir kjent med Sørlandet

- Overnatting på øy i skjærgården både ved skolestart og skoleslutt.
- Muligheter for «tean i tanga».
- Badeturer til både vann og elv.
- Skogstur i vakre høstfarger til topp med utsikt til sjøen.
- Skogstur på natten med bålkos og pølser.
- Kristiansand Dyrepark
- Idylliske småturer i umiddelbar nærhet til skolen.

## Linjene opplever Sørlandet

I tillegg til at hele skolen opplever Sørlandet sammen, benytter også linjene mulighetene som landsdelen gir til å lage **gode undervisningsopplegg**.



# ALL-IN It's an adventrue

Gå ALL IN for den ultimate miksen av aktiviteter og opplevelser. Du er selv med på å påvirke innholdet: nye elever betyr nye ønsker, nye eventyr og ny bucket list!



<b>Linjekostnad</b>	25 500,-
<b>Total pris</b>	124 000,-



## ”Fill your life with adventures, not things. Have stories to tell, not stuff to show.”

Aktiviteter og opplevelser er gøy i seg selv, men det hele toppes av at vi er sammen om dem i et humørfyllt fellesskap.

### Husk gyldig pass!

ALL IN reiser til Playitas, Kanariøyenes største aktivitetsresort. Aktiviteter, trening og mye moro! I tillegg opplever vi landsdelen Sørlandet som har masse å by på. Alt fra «tean i tanga» til vinteraktiviteter ved skiresortet på Hovden.

### Linja i korte trekk

Skolen har mange ulike linjer, og vi får ”smakebiter” fra flere av disse. Vi gjør mye annet i tillegg. Mulighetene er mange:

- Utnytte skolens fasiliteter og kompetanse til ulike aktiviteter og kurs: Vi har flere flotte spesialrom på skolen som innbyr til bra og spennende undervisning, bl. a. ny idrettshall.
- **Opplev Sørlandet!** Sjekke ut hvorfor denne landsdelen er så populær for turister.
- Trening/fysisk aktivitet: Teste ulike treningsformer og diverse **hallaktiviteter**.

- Prøve **gøyale idretter** som curling, ultimate, slalåm, golf, rumpeldunk ...
- **Actionturer:** småflytur, rafting, go-cart, paintball...
- **Bedriftsbesøk** til Dyreparken, Hennig-Olsen Is, Sørlandschips, Sør Arena, Fevik strand hotell...
- **Lett friluftsliv:** Bål, kano, piknik, utsiktspunkt.
- Kultur/samfunn: Kulturmøter, musikk, show, bærekraft, goodwill ...
- Ulike **kurs og seminarer** med innleide spesialister innen aktuelle tema.
- Diverse prosjekter/stunts/**utfordringer**/sprø påfunn. Her er det nesten bare kreativiteten som setter grensene!



### Linjeinnhold

- Varierte aktiviteter
- Ekskursjoner
- Teambuilding

2/9

# Multisport

Multisport gir deg et år fullt av spenning, utfordringer og gode sportsopplevelser. Det er stor variasjon i aktivitetene. Nytt skoleår, nye elever, nye ønsker. Opplegget blir ikke spikret før vi har snakket med dere. Multisport vil garantert gi deg et drømmeår!



Linjekostnad 26 000,-

Total pris 124 500,-



## Aktivt og spennende

Vi skal prøve ut **mange ulike idretter**. I tillegg til de tradisjonelle ballidrettene vil du få muligheten til aktiviteter du kanskje ikke har vært borti før; golf, curling, ultimate, kampsport, skiskyting etc.

På Multisport vil du komme i bedre form! Vi prioriterer basistrening som bygger kroppen på en sunn og god måte. Målet vårt er at du skal **oppleve fremgang** i både styrke, bevegelse og utholdenhet.

### Skolen, bygda og nærområdet har mye å by på

- Skolen har **svømmebasseng, treningsstudio**, gymsal, beachvolleybane, fitness / slyngerom og gressbane. I tillegg til dette bygger vi nå ny **idrettshall!** Denne står klar høsten 2022!
- Bygda har kunstgressanlegg, stor hall, lysløype med skiskytterarena, klatrevegg, tennisbane, padleelv og terreng med gode joggemuligheter.
- Turer går til ulike idrettsanlegg (store helsestudio, golfbaner, alpinanlegg, rapel- leringsvegg, curlinghall og lignende).

Kristiansand er Norges idrettshovedstad. Høy kompetanse innen idrett ved Universitetet i Agder og olympiatoppen er noe vi nyter godt av. Nye idrettsanlegg som Sør Arena, Aquarama og Idda Arena gir mange gode muligheter.

### Vi har noen fantastiske linjeturer

- Ukesopphold på Kanariøyenes største sportsresort, **Las Playitas**. Her finnes et imponerende utvalg fasiliteter og trenings- tilbud - stedet har nær sagt alt du kan tenke deg av idrettsanlegg og aktivitetstilbud.
- Fantastisk vinteruke på **Hovden**, en av Norges største skidestinasjoner. Her er det fokus på Alpint/Snowboard/Telemark i et moderne skianlegg tilrettelagt for alle nivå.
- Heftig actiontur til **Evje**.
- Multisportdager i **Danmark**



## Linjeinhold

- Praktisk sport og idrett
- Basistrening
- Seminarer med spesialister innenfor aktuelle tema
- Aktuelle turer
  - Treningsuke på Fuerteventura
  - Skitur til Hovden
  - Aktivitetstur til Danmark
  - Golfturer
  - Padleturer
  - Diverse dagsturer
  - Actionturer: Elverafting, Havrafting, Klatring, Paintball, Go-Kart



3/9

# Fotball Liverpool

Liker du å spille fotball, og er favorittlaget ditt Liverpool? Er svaret ja, er dette den perfekte linja for deg. Trening, kamper, Liverpool-tur og generelt stort LFC-fokus. Her får du dyrket din interesse for fotball og LFC sammen med andre som deler din lidenskap. YNWA!



Linjekostnad 24 000,-

Total pris 122 500,-



## You'll never walk alone

### Hva holder vi på med?

- Vi fokuserer mye på klubben **Liverpool**. Vi følger klubben tett – blir bedre kjent med klubbens historie og følger med på kamper i sesongen.
- **Mye fotball**, opp til 4 økter i uka med vekt på teknikk, taktikk og samspill. Vi legger også inn noen tester og en del gøye småkonkurranser.
- **Kamper og turneringer** mot andre lag (folkehøgskoler, internatskoler samt div. klubb lag)
- Faste økter med **basistrening** (styrke, utholdenhet og bevegelighet), samt noen andre idrettsaktiviteter (for variasjon og avlastning) som f.eks. rafting, frisbeegolf, padel, klatrepark ++
- Vi må selvfølgelig innom IK Start. Vi tar turen til Sør Arena for å møte trener/spillere. Jerv i Grimstad besøker vi også.

### Fasiliteter

- Vi benytter i hovedsak **kunstgressbanen** som ligger like ved skolen. Der er det en **idrettspark** med både 11- og 7-er bane. På vinterstid bruker vi Sørlandshallen, den lokale idrettshallen og vår egen gymsal.

- **FLUNKENDE NY IDRETTSHALL!** Akkurat nå bygger vi ny idrettshall (grunnflate = håndballbane). Denne står klar høsten 2022. Det gleder vi oss veldig til!
- Skolen har et stort styrkerom (165 m2), gymsal og svømmebasseng.

### Fotballtur til England

Et stort høydepunkt er når vi drar til Liverpool for å oppleve den gode stemninga rundt en Premier League-kamp. Vi skal oppleve kamp på **Anfield!** Besøk og omvisning på arenaen og akademiet.



### Linjeinhold

- Fotballøkter
- Fokus på Liverpool
- Basistrening (styrketrening, utholdenhet og bevegelighet)
- Seminarer med spesialister innfor aktuelle tema

### Aktuelle turer

- Fotballtur til England med Premier League-kamp.
- Besøk til fotballklubben IK-Start og kamper på Sør-Arena

4/9

## Helse og Trening

På Helse og Trening vil du lære mer om å ta vare på kroppen din. Om du allerede har gode treningsrutiner, vært på toppen tidligere, eller om du ikke har kommet skikkelig i gang enda, hos oss har du gode muligheter!



Linjekostnad 23 000,-

Total pris 121 500,-





## Overskudd!

### Vi fyller dagene med en innholdsrik meny

- **Varierte** treningsformer
- Aktivitetstur til Fuerteventura
- **Treningslære**
- Vi lager sunn og variert mat
- Ukentlige **kondisjons- og styrkekøtter**
- Fokus på **god helse** og livsstil
- **Seminarer med spesialister** innenfor aktuelle temaer

### Egentrening

Det er også gode muligheter for trening på egenhånd. Skolens lokaler er tilgjengelige store deler av dagen: Styrkerom, basseng, gymsal, speilsal / slyngetreningsrom står til disposisjon og gir deg gode treningsforhold. I en hektisk hverdag er alle tjent med å ha en kropp i balanse!



### Linjetur til Fuerteventura

Klassen reiser til Fuerteventura i Spania (Kanariøyene) når kulda setter inn her i fedrelandet. Hovedfokuset på denne turen blir aktivitet, trening, avkobling og rekreasjon! – daglige treningsøkter i moderne og flotte fasiliteter.

### Treningsfasiliteter

På skolens område har du lett tilgang til:

- Gymsal
- Svømmebasseng (12,5m)
- Styrkerom (165 m2)
- Fitnessrom med slynger
- **Flunkende ny idretthall** (står ferdig høsten 2022!)



### Linjeinnhold

- Variert trening:
  - X-fit
  - Trampolinefitness
  - Zumba
  - Step
  - Pilates
  - Spinning
  - sirkeltrening
  - Bassengtrening
  - Slyngetrening
  - Tabata
  - Mat og ernæring
  - Treningslære

# Digital Kreativitet Japan

På Digital Kreativitet får du en bred opplæring i bruk av datamaskinen som et multimedia - og produksjonsverktøy. Datamaskinen og systemkamera med videofunksjon blir hovedverktøyene.



**Linjekostnad** 26 000,-

**Total pris** 124 500,-

## Deg og dine ideer!

Adobe Creative Cloud; Photoshop, Premier og AfterEffect brukes hovedsaklig. Du vil få erfaring med produksjon av digitale godsaker og publisere disse ut til venner, bekjente, skolen og hvem ellers du måtte ønske skal få oppleve dine digitale produksjoner.

### Gjennom dette året skal du få mye tid til å dyrke lidenskapene dine:

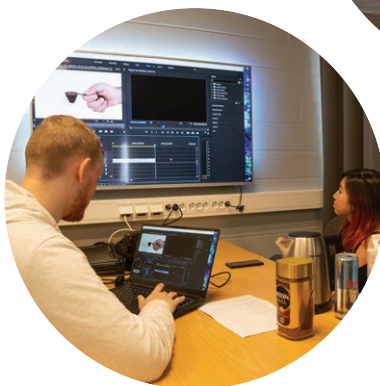
- Studietur til **Tokyo**, Japan
- Redigering av **video** (Premiere Pro, After Effects og DaVinci Resolve)
- **Fotografering** (etterbehandling i Photo Shop og Lightroom)
- **Grafisk design** (Illustrator)
- Vi lager **animasjoner** (Animate)
- 3D-design og 3D-print (Fusion 360, Cura, Sktech Up)
- Komponering av musikk (Studio One)
- Behandle lyd (Audition)
- **Hjemmeside**
- Gaming og **streaming**

Undervisningen vil være emnerettet med lett teoretisk innføring og mye praktisk arbeid med datamaskiner i klasserom og i studio.

### Studietur til Japan

Et av høydepunktene er studieturen til Japan. Der opplever vi høyteknologiske Tokyo. Det faktiske turopplegget er du med og planlegger sammen med klassen. Her er noe av det som man kan oppleve i Tokyo:

- Akihabara - "electric town",
- Tokyo Sky Tree
- Studio Ghibli
- Ameyoko
- Shibuya
- Harajuku
- Onsen
- Odeiba
- Båttur
- Arkade



### Linjeinnhold

- Flerkamera-produksjon
- Videoredigering
- Bildebehandling
- Lydstudio
- Lydteknikk
- Internett og hjemmesider
- Animasjon
- 3D-grafikk



6/9

## Bil & Motor

Et helt skoleår til å fikse på din egen bil, under tett oppfølging av en lærer med mange års erfaring fra bilverksted. Vi er klare for å ta imot deg og din bil! – Vi har kun 14 plasser, så det gjelder å søke tidlig.



**Linjekostnad** 23 000,-

**Total pris** 121 500,-

## For deg som elsker å holde på med bil!

### Hva holder vi på med?

Det er muligheter for å sveise rust, restaurere, bygge gatebil, driftebil eller fikse opp en gammel traktor eller motorsykkel.

Det meste er mulig hvis du bare vil. Verkstedet vårt står til disposisjon til klokken 22:30 hver dag! Vi prøver å drive verkstedet vårt som et vanlig bilverksted, forskjellen er bare at verksmesteren er lærer og **DU** kan holde på med **DITT prosjekt!**

### Verkstedet er godt utstyrt! Noe av det vi har:

- 2 løftebukker
- Diagnoseutstyr
- Dekkomlegger
- Avbalanseringsmaskin
- 4 sveiseapparat
- Motorverktøy
- Luftverktøy
- Smie
- Muligheter for lakkering

### Ikke bare kjeledress

Utenom timene i verkstedet finner vi på trivelige ting sammen. Vi reiser på utenlands – og innenlandsturer og prøver å få med oss relevante fabrikker, museer og bilmesser. Godt mulig du også befinner deg bak rattet på en Go-kart eller to i løpet av året.



### Linjeinnhold

- Karosseriet
- Oppretting
- Rustreparasjoner
- Motor og drivverk
- Bremsene
- Hjulopphenget
- Mig-sveising

7/9

# Globalt Fokus

På Globalt Fokus vokser du i møte med deg selv, verden og Afrika.



**Linjekostnad** 28 000,-

**Total pris** 126 500,-



## I møte med deg og verden

### I møtet med deg selv

På Globalt Fokus lærer vi mer oss selv og hvordan vi bedre kan håndtere omgivelsene og omverdenen. Gjennom samtaler og praktiske øvelser ønsker vi å gjøre deg **tryggere på deg selv**, få en større forståelse på hvem du er og hvordan du reagerer. Slik at du bedre kan forstå og takle verden rundt deg og utfordringene som venter på en god måte.

- Du får utfordret din egen komfortsone.
- Hvilke fordommer har du?
- Hvordan håndterer du nye situasjoner?

### I møte med verden

Vi bevisstgjør oss selv at vi er en del av verden, at vi blir påvirket av den, og at vi påvirker den gjennom våre valg, handlinger og livsstil.

Vi gir deg **verktøy til å leve et mer bærekraftig liv**, både sosialt, økonomisk og økologisk.

### I møte med Afrika

Vi oppdager Sørlandet gjennom historiske og nåtidens spor fra Afrika.

Vi forbereder oss, og reiser på en lengre inspirasjons og opplevelsesreise til **Rwanda og Uganda** hvor du lærer mer enn du kan gjøre i et klasserom. Rwanda og det sørlige Uganda er kjent for sitt fantastiske landskap og fugleliv, som vi vil oppsøke både gjennom safari og tur i regnskogen.

Det er likevel **i møte med mennesker** som lærer oss mest. Både gjennom frivillig arbeid med lokale organisasjoner som jobber med marginaliserte grupper i lokalsamfunnet, samt dagene hvor vi lærer om folkemordet i 1994.

### “Offline-uke”

Mens klokker og mobiltelefoner ligger igjen på skolen drar vi på hyttetur for å få god tid til å bygge fellesskapet med hverandre uten distraksjoner fra omverden.



### Linjeinnhold

- Afrikakunnskap
- Psykologi
- Identitet, selvinnsikt og mangfold
- DIY bærekraft
- Kulturforståelse
- Teambuilding



8/9

# Friluft Basic

Gode naturopplevelser og venner for livet! Hundekjøring, glamping, kano, fiske, bålkos, hytteturer, via ferrata, hengekøye, ski, lavvo, fjelltur, stjernehimel, solodøgn, trehytter +++ #friluftbasic



Linjekostnad 21 000,-

Total pris 119 500,-

## Nyt naturen i passe tempo!

Friluft Basic er for alle som har lyst til å drive variert friluftsliv, være ute og **nyte naturen**. Vi er ikke opptatt av å komme høyest, fortest eller lengst – men heller dyrke **gode naturopplevelser** i et godt og humørfyllt fellesskap. Her kan du **pushe grenser i ditt eget tempo**. I tillegg til diverse friluftaktiviteter, har vi trening og ulike former for teambuilding på timeplanen. Det er bare å glede seg!

### Dette er hva du vil oppleve:

- Mange turer med kos rundt bålet.
- **Hundekjøring**
- Overnatting på Saltholmen fyr utenfor Lillesand
- «Chilling» i **hengekøyer**.
- Båtturer i den Sørlandske skjærgården.
- Linjetur til Sørlandets skihovedstad Hovden
- Mye god turmat!
- **Glamping**
- Solodøgn
- **Koselige hytteturer**
- Klatring og rappellering
- Tretopphyttene i Gjerstad



- Preikestolen eller Gaustadtoppen
- Fisking
- **Måneskinnstur**
- Overnatting under åpen himmel
- Skøyter
- **Telt- og lavvoturer**
- Kanopadling
- Gapahukturer
- Zip-line
- Styrketrening
- Via Ferrata
- Mulighet for strikkhopp (frivillig)
- Natt-tur under **stjernehimmlen**
- Toppturer i nærområdet
- **Skiturer**
- Dresinsykling



### Linjeinhold

- Turplanlegging og gjennomføring
- Matlaging på bål
- Gode, trygge og enkle frilufsregler.
- Turbekledning
- Teambuilding
  - Lazertag
  - Klatrepark
  - Escape Room
  - Curling
  - Go Kart



9/9

# Internasjonal Catch Norway

Dette er et tilbud til deg som vil lære norsk på kort tid og som ønsker å få kjennskap til norsk kultur og samfunnsliv. Internatlivet gir unike muligheter for dette. Studenter kommer til oss fra hele verden.



Linjekostnad 10 000,-

Total pris 108 500,-

## Bli kjent med Norge

På Folkehøgskolen Sørlandet skal du få mulighet til å vokse og **utvikle deg både faglig og som menneske i et internasjonalt miljø**. I internatet, under måltider, på turer, gjennom musikalarbeid, lek og undervisning, blir du bedre kjent både med andre mennesker og deg selv.

I tillegg til å lære språk, ønsker vi å gi deg innsikt i og **forståelse for norsk kultur og samfunn**; musikk, mat, politikk, tradisjoner, kulturskatter og natur. Vi vil gjerne også lære mer om det landet og den kulturen du kommer fra.

### Læringsmetode

Vi bruker en språklæringsmetode som heter **suggestopedi**. Det er en morsom, intuitiv og gledesfylt måte å lære språk på. Undervisningen er lagt til rette for deg som er nybegynner i norsk, eller som har begynt å lære, men ønsker å repetere og sementere det du kan. Vi fokuserer på det muntlige, slik at du raskt kan begynne å forstå og snakke med nordmenn. Vi anbefaler å være med på det som skjer på fritiden sammen med de andre elevene – dette vil gi deg mange anledninger til å høre norsk og øve på å snakke med norske elever.

I tillegg til det faglige fokuset i klassen vil vi også få oppleve utvalgte smakebiter av Norge og spesielt Sørlandet:

- Fjelltur
- Vintertur med ski og aking
- Skjærgården
- Konserter med norske artister
- Museer
- Hyttetur
- Turer i nærområdet



### Linjeinnhold

- Norsk språk og samfunn
- Kulturformidling







# Undervisningen

En normal skoleuke er satt sammen av linjefag, valgfag, fellesfag og seminar.

Vi tar forbehold om endringer i fag- og linjetilbud.

## LINJEFAG

Variierer fra linje til linje. For de fleste linjene ligger timeantallet på 14 timer

På vår skole setter vi av hele 3 dager hvor du bare har timer med det du liker aller best, nemlig timer sammen med linja di!

## VALGFAG

Hvert semester velger du 2 valgfag (3 t/u). Tilsammen har du 4 valgfag gjennom året.

Vi har en variert og spennende meny med mange ulike valgfag du kan velge blant:

- Volleyball
- Fotball
- Jegerprøven
- Street art
- Strikking/hekling
- Smykkedesign
- Matlaging

- Veiledning
- Dans
- Årbok
- Gitar
- Kom i form
- Brettspill
- Core – styrketrening
- Ut på tur
- DIY – lag noe du liker
- Styrketrening
- Musikkproduksjon
- Escape Room
- X-fit
- Run 4 fun – lær å jogge
- Drama

## FELLESFAG

Dette er timer som alle elevene på skolen deltar på (men ikke nødvendigvis samtidig). Fellesfagene på skolen vår er:

- MIX-uke
- Allsang
- Kristen Tro
- Rektors time
- Internatgruppe
- Praktisk arbeid / romvask
- Bærekraft
- Turinfo

## SEMINAR

Hele elevflokket er samlet for å få litt annerledes dager med annet innhold enn vanlig (4 t/u). Temaer som kan tas opp på seminarer:

- Rusproblematikk
- Samliv
- Hip Hop
- Menneskeverd
- Psykisk helse
- Konserter
- Musikk
- Turer i nærområdet
- Miljø og bærekraft

## MIX-uker

Hvert år setter vi av 2 uker til til å være kreative uten å følge vanlig timeplan. Alle er med! Du kan da velge mellom mange ulike oppgaver:

- Drama
- Kor
- Video
- Dans
- Design
- Kulisser
- Produksjon
- SHOW
- Lyd og lys



## Søk i dag !

1. Gå inn på [www.fhssorlandet.no](http://www.fhssorlandet.no)
2. Trykk på knappen "søk her"
3. Fyll ut informasjonen
4. Gled deg!

Ring oss gjerne på telefon 37 28 11 00 dersom det er noe du lurer på (40 40 77 19 etter klokken 16.00)



**FOLKEHØGSKOLEN  
SØRLANDET**

[www.fhssorlandet.no](http://www.fhssorlandet.no)



# Nyttig informasjon

## Opptak

Skolen har 18-årsgrense. Det betyr at elever som blir 18 i løpet av 2022 kan søke. Vi har en gjennomsnittsalder på litt over 19 år. På skolen vår har vi en jevn fordeling mellom gutter og jenter!

Opptaket begynner 1. februar og søknadene blir behandlet løpende i den rekkefølgen de kommer inn. Skolen har høye søkertall. Elektronisk søknadskjema finner du på vår hjemmeside, [www.fhssorlandet.no](http://www.fhssorlandet.no). Man kan søke allerede fra 1. september.

## Økonomi

Undervisningen er gratis. For 2022 / 2023 er det følgende å betale:

- 2.500,- i registreringsavgift
- 96.000,- i skolepenger som inkluderer kost og losji i dobbeltrom, drift av skolen samt felleskostnader.
- Linjekostnaden varierer mellom 9.500,- og 28.000,- alt etter hvilken linje du har valgt. Se oversikt på linjenes egne sider (side 8 – 24).
- Mellom kr 3.800,- og 8.000,- i tillegg for de som ønsker enkeltrom. NB! Begrenset antall.
- Mellom kr 700,- og 1.000,- per mnd. i tillegg for spesialdiett (f.eks. Cølikaki)

## Konkurransespoeng

Et år på folkehøgskole gir 2 konkurransepoeng til opptak ved universitet og høyskoler (forutsatt at fraværet ikke overstiger 10%).

## Stipend og lån

Statens lånekasse for utdanning gir stipend og lån til norske elever på folkehøgskoler. Se [lanekassen.no](http://lanekassen.no) for informasjon om oppdaterte beløp.

## Skoleturer – Covid 19

Vi håper og tror at vi får gjennomført utenlandsturene som planlagt. Det er veldig mye som tyder på at reisevirksomheten fra høsten 2022 kommer til å gå som normalt.

Men naturlig nok kommer vi til å ta hensyn til eventuelle restriksjoner fra norske og utenlandske myndigheter i forhold til vår reisevirksomhet.

Vi kommer til å ha fullt fokus på at det skal være trygt og forsvarlig å gjennomføre de ulike turene – sikkerheten til våre elever kommer selvsagt aller først.

INTERNAT



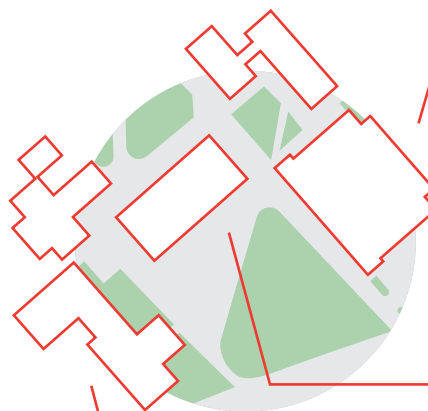
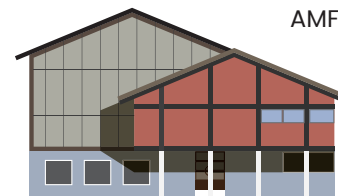
Flerbrukshall



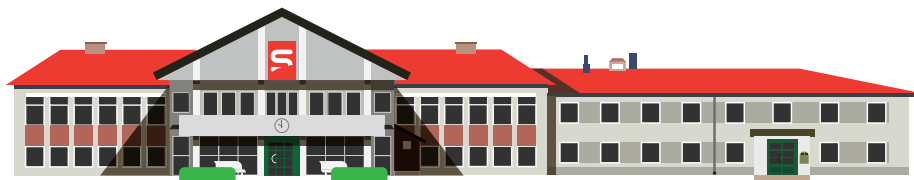
SKOLEKJØKKEN  
STYRKEROM  
VERKSTED



SVØMMEBASSENG  
GYMSAL  
SPEILSAL  
BANDROM  
LYDSTUDIO  
AMFI



GAMING-ROM  
"MINI-ANFIELD"  
MATSAL  
INTERNAT  
KLASSEROM  
STORSTUE  
KAPELL



Folkehøgskolen Sørlandet  
Folkehøgskoleveien 30  
4760 Birkeland

Tlf 37 28 11 00

E-post:  
post@fhssorlandet.no

Hjemmeside:  
www.fhssorlandet.no

# FHS Sørlandet Best for DEG?



## Dette sier elevene:

“Folkehøgskolen Sørlandet har de beste lærerne jeg har vært borti. De tar hensyn, viser gjensidig respekt, er oppmuntrende og engasjerte.”

“Skolen er bare fantastisk! Engasjerte lærere som alltid passer på og et fantastisk kjøkken som alltid er blide”

“Gode lærere som bryr seg om alle elevene på skolen, ikke bare de som de selv har i klassen. God og variert mat, mange sosiale aktiviteter og fantastiske turer som gjorde samholdet bedre.”

“Jeg har fått noen veldig gode vennskap gjennom folkehøgskoleåret og hatt noen fantastiske opplevelser på turene”



[www.fhssorlandet.no](http://www.fhssorlandet.no)

våre eiere:

