



NORDFJORD

folkehøgskule



Ein guide til alle som drøymer om å gå eit år på
friluftslivskulen mellom bre, fjell og fjord.

Vi

No har du eit eksemplar av Nordfjord folkehøgskule sin guide framfor deg. I denne vil vi fortelje noko om kva du kan få oppleve som elev hos oss, kva vi er opptekne av og ikkje minst gje deg mange fine biletene du kan drøyme deg vekk med. Ein guide fortel deg litt om mange ting, men veldig mykje må berre opplevast. Dei høge toppane, den lange nedkjøringa, jaktopplevelingen, bruset i elva, bålpraten. Det neste skuleåret kan det vere nettopp du som får erfare dei tinga vi presenterer her.

Folkehøgskule er noko ganske anna enn dei andre skuleåra du har hatt eller kjem til å ha. Vi har på ein heilt spesiell måte tid og rom for å utforske interesser, kanskje få ein ny start og kunne utvikle seg som menneske. Alt dette skjer i rammene av å vere eit unikt fellesskap. Og nettopp fellesskap ønskjer vi spesielt å fokusere på.

Vi ser ein aukande tendens i verda til at ein framfor å velge fellesskapet fokuserer på «oss» mot «dei».

Eit år på folkehøgskule er ei viktig motkraft til ein slik måte å tenke på. Hit kjem det folk med veldig ulik bakgrunn, tru, interesser og personlege preferansar. På mange måtar kan ein kalle det eit sosialt eksperiment, for ein skal bu tett, løyse mange utfordringar og dele veldig mykje gjennom eit skuleåret.

Dette gir mange spennande erfaringar og veldig mange artige situasjoner. Men det er ikkje alltid lett. Då gjeld det å ikkje gje opp, men i staden hjelpe kvarandre til å finne ut kva som er viktig for oss å få til, kva vi må behalde og kva vi kan forkaste. I dette arbeidet treng vi akkurat deg og dine tankar, idear og erfaringar.

Du kjem til å verte ei viktig brikke i arbeidet med å fokusere på eit stort «vi», der det som knyt saman er viktigare enn det som skil oss.

Vår visjon er å sette spor under ein open himmel.

Du er varmt velkommen til oss!



Venleg helsing
Hildegunn Gjesdal Tennebø
rektor

TI LINJER MED FRILUFTSLIV

Finn ei som passar for deg. Side 19-29



4 KLASSEROMMET Nordfjord er den perfekte læringsarena.

6 OPE KONTORLANDSKAP Lærarar fortel om sine favorittar.

10 HEIM Denne skulen er ein heim, denne heimen er ein skule.

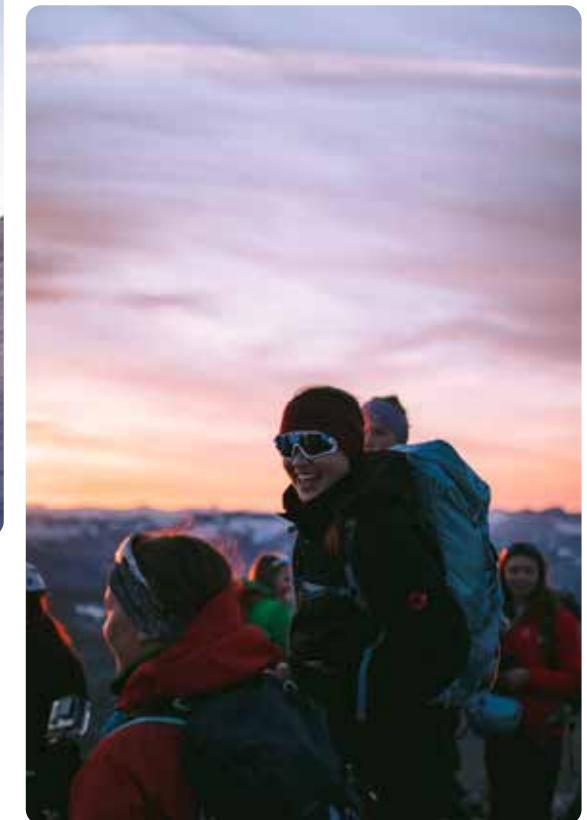
12 KART Bygg og fasilitetar på friluftslivskulen.

30 MEIR ENN FRILUFTSLIV Valfag og prosjektveker.

34 MEIR ENN NORDFJORD Bli engasjert for Okhaldhunga.

34 FAKTA Bygda, pengar, søknad og anna nyttig info.

14 FINE FOLK
Det viktigaste er folka.
Og fellesskapet.



@kathinkamOrner
Skaper minner på heltid, sover på deltid
#nordfjordfhs

22/23

Klasserommet

Turistnæringa marknadsfører regionen Nordfjord med slagordet "alt i ein fjord". Det er ganske bra sagt. Nordfjord er eit stort og innhaldsrikt klasserom.

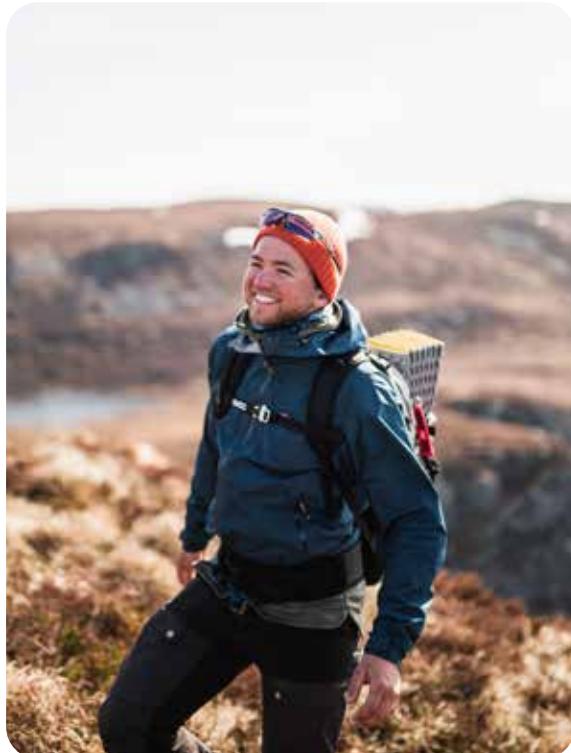
YTTERST Stad ligg så langt mot vest som det er mogleg å kome i Fastlands-Norge. Her slår havet inn over sandstranda, og lagar surfebølger du kan bryne deg på.



MIDT I SMØRAUGET

Rett utanfor døra ligg Gloppefjorden, skogen, gapahukane, sykkelstiane og fjelltoppane. Ein treng ikkje å reise langt når ein bur midt i smørauget.

Sjå fleire klasseromsbilde på Instagram:
[@nordfjordfhs #nordfjordfhs](https://www.instagram.com/nordfjordfhs/)



INNERST

Innerst i Nordfjord ligg breane og dei høgaste fjelltoppane. Du lærer å ferdast i blåisen, og korleis du kjem deg til topps her i livet.

TOMMEL OPP - Ord frå lærarane

Ope kontorlandskap

Likeverdig turkamerat,
inspirerande forbilde og ansvarleg
vaksen. Å vere lærar på Nordfjord
er ikkje for kven som helst.



Eirin Myklebust

Eg er heldig eg. Eg som har vaks opp her i Nordfjord, i verda si største leikegrind. Leikegrinda som du også blir invitert inn i. Her kan du gå på ski og surfe på ein og same dag. Her kan du leve blant fjell, fjord og likesinna. Kom, bli med på eventyr då vel!



Jon Kjetil Fossli

Det er fasinerande å sjå når rolege dønningar som rullar inn mot land endrar seg til energifulle bølger i det dei treff sandbankane. Kjensla av å "temme" desse kreftene på surfebrettet er enorm. Det er kult å sjå eit konsentrert ansikt som mot slutten av bølga endrar seg til eit breitt smil og finn andre surfarar å juble saman med.



Aina Lemming

Du må puste litt, kanskje svir det i låra. Det som ventar er verdt strevet med å komme opp. Anten det er på sykkel eller ski. Du må finne ei linje, sjå deg ut kor du vil, litt redsle, men mest av alt glede. Gleda over å meistre, gleda over å vere saman om det, heie på kvarandre. Tenk å ha eit år der det er det å være saman som betyr noko, blanda med adrenalin, knitrande bål, rosa kinn, varme soveposar og soloppgangar. Vi er heldige.

Per Momrak,
Avdelingsleiar friluftsliv

Alt vi gjer skal vere trygt! Det handlar både om våpenhandtering på jakt, og elles i alt vi gjer. Når vi driv friluftsliv skal det vere utfordrande, spennande og vilt – men uansett skal det vere sikkert. Vi som jobbar på skulen kan faget vårt, og vi skal lære det vekk på ein god måte. Vi skal vere trygge og gjere elevane våre trygge.



Lars-Ove Eikje

Den roen man får på langtur er det beste. Mobilien er for lengst slått av, klokka ligger nederst i pulken og døgnrytmen lever sitt eget liv. Kun den lave midnattssola inn teltdøra hinter om hvilket klokkeslett verden rundt oss lever etter. Heldigvis trenger vi ikke ta hensyn til verden rundt oss. Det er bare naturen og oss, i 10 dager til. Herlig!



Maria Roset Sølvberg

Ingenting er som å stikke fingrane i jorda og undersøkje om ein har bakkekontakt. Å lære seg kunsten å bruke naturen på ein god måte, lage saft og syltetøy av frukt og bær frå Nordfjord, dyrke ringblomst til å bruke i eigne såper og salver, resirkulere papir og bruke det ein gong til. Bruke, men ikkje misbruke. Nytte, men ikkje utnytte naturen. Det er viktig for meg. Difor likar eg å arbeide i naturlege materiale som tre, leire og ull. Og eg gler meg stort til å kunne lære noko av dette vidare til deg og at vi kan vere kreative og skape nyttige ting ilag.



Erlend Aunevik

Det er utruleg digg å kunne tilby elevane så gode klatreforhold - både inne og ute! På skulen er det buldrerom, og på Sandane er det ein flott innandørs klatrevegg. Ei mil unna, på Sageflåten, er Norges kanskje flottaste klatrefelt for nybegynnarar, og ein liten sykkeltur frå skulen legg klatrefeltet på Varbufjellet. Og så er det berre ein time i bil til eit av dei mest kjende klatrefelta i Norge; Beachen i Stryn. Glimrande for elevane – og glimrande for meg!



Eivind Nilsen

Alt er mykt og dypt. Skia flyter og jeg fryser i kinna av snøen etter forrige fall. Ingen fare for å slå seg i dag. Vi kikker over kanten, tør jeg dette? De andre heier, og jeg prøver. Det kiler i magen og med et dump mykt fall så er jeg midt i det hvite. Jeg har ikke sjans til å stå, men de andre jubler likevel. Jeg jubler med!

MERE FJELL

Av og til
må noe vare lenge,
ellers mister vi vel vettet snart,
så fort alting snurrer rundt med oss.

Store trær er fint
og riktig gamle hus er fint,
men enda bedre -
fjell
Som ikke flytter seg en tomme
om hele verden enn forandres
(og det må den snart),
så står de der
og står og står
så du har noen å legge pannen inntil,
og kjøle deg
og holde i noe fast.

Jeg trivs med fjell.
De lager horisonter
med store hugg i,
som de var smidd av smeder.
Tenk på: - Den gamle nupen her har stått som nå
helt siden Haralds-tiden.

Den stod her da de spikret en arming fast til korset
Som nå. Som nå.

Med sildrebekker på og lyngkjerr og den store
bratte pannen
uten tanker i. Den sto her
under Belsen og Hiroshima. Den står her nå
som landemerke for din død, din uro,
kanskje dine håp.
Så du kan gå derforbi og holde i noe hardt.
Noe gammelt noe. Som stjernene.
Og kjøle pannen din på den,
og tenke tanken ut.
Og tenke selv.

Rolf Jacobsen



Velkommen heim

Dei sa det allereie tidleg på 1900-talet,
då Nordfjord folkehøgskule starta.
"Skulen er ein heim", sa dei.
"Og denne heimen er ein skule".
Slik er det, også i 2022.

Heime får du vere den du er.

Heime har ikkje alle like meininger, men alle blir respekterte for dei meiningsane dei har. Heime bidreg alle for at det skal vere ein god plass å vere.

På Nordfjord folkehøgskule bur dei aller fleste elevane på dobbeltrrom. Og på tur er det tre eller fire i teltet. Du lærer å leve tett på.

Vi håpar du vil merke at den kristne trua pregar kvar dagen på skulen, men du treng ikkje vere kristen for å vere elev her. Vi ynskjer å vise kva vi står for, men

samtidig ha stor respekt for tankane dine.

Året ved friluftslivskulen er starten på noko nytt. Starten på ditt eige sjølvstendige liv, der du vel kva som er viktig. Starten på nye venskap, venskap som varer. Du møter folk som deler friluftsinteressene dine. Du møter lærarar og medelevar med ulik bakgrunn og ulike meininger og livssyn. Du møter deg sjølv.

Det du lærer aller mest på friluftslivskulen, er å vere menneske.

- 1** Hos oss er trua ein naturleg del av turlivet og heile livet. Normisjon Sogn og Fjordane eig skulen.
2 Her ligg Nordfjord folkehøgskule. Bokstaveleg talt mellom bre, fjell og fjord.



@bergembla
Internatet er som en taco: mye godt og blanda, men det passer evig bra sammen!
#nordfjordfhs
#fhsliv

Rom for alle

På Nordfjord folkehøgskule er det mange rom – både inne og ute.



Ljosborgstova

Dette er den store feststova vår. Vi brukar denne gamle vakre stova til konsertar, swingkurs, julefest mm.



Styrkerommet

Viss du ikkje får brukt nok energi på turane, er styrkerommet eit godt alternativ.



Buldrerrommet

Skulen sitt totalrenoverte buldrerom, med 120 m² buldreflate. Her finn du blant anna eit tiltbart Moonboard (25 og 40 grader). Dette er ein standardisert interaktiv klatrevegg der du via ein app og lys i klatrevegen kan få opp og dele klareruter med folk over heile verda.

Gymsalen

Gymsalen brukar vi både i linjetid og valfag, og gymsalen er open for elevane på fritida.



SLIK SER DET UT - Bygg og fasilitetar



Elevrom

Her kan du få skjønnhetssøvn og kvile ut etter tur.

Internatstove

Alle internat har ei stove og eit kjøken i tilknyting til korridorane. Her kan ein strikke, skravle, spele og lage god mat i lag med andre elevar.

Crossbu

Ein «treningsboks» på over 100 m² som er godt utstyrt med vekter, boksar, syklar og har god boltrepplass på golvet.



På sandvolleyballbana er det alltid sol og sommar.



Bålhus Når skyene flokkar seg og kvelden blir mørkare og bålet lyser i bålhuset – då er det godt å vere menneske.



Midtvest Internat, 5 rom



Vesttun Internat, 15 rom



Sørtun Internat, 20 rom



Den store grasbanen utanfor Sørtun kan brukast til mykje. For eksempel å ta livet med ro.



Turkjøken

Her pakkar elevane mat til tur. Valfag som «hybelkokken» og «tradisjonsmat og julebakt» brukar også dette kjøkenet.



Nytun Internat, 10 rom

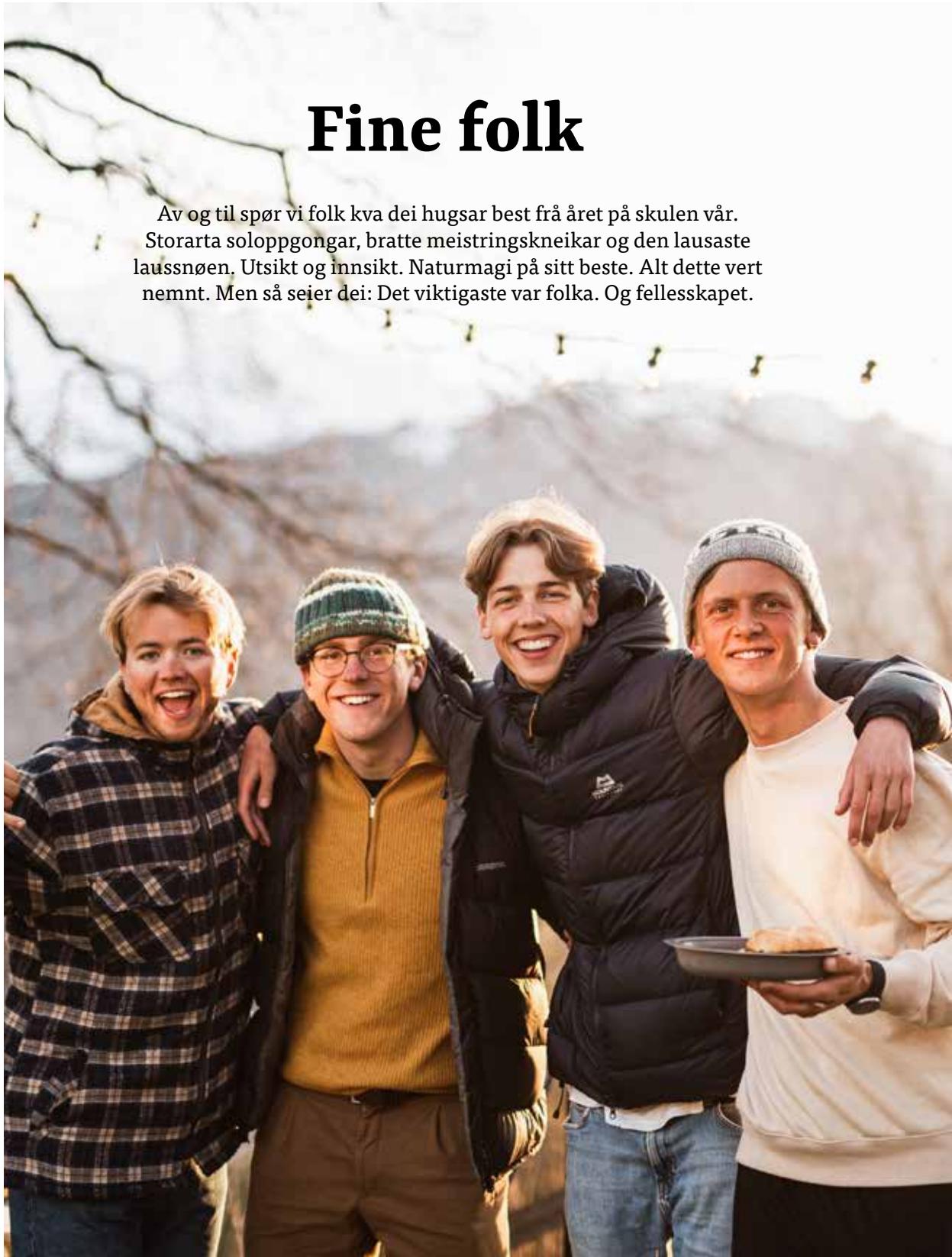


Smia
Smiling, kniv-making, karveskurd og tresløyd – for dei som vil oppdagé handverkaren i seg.

Nordtun
I det gamle rektorhuset regjerer stipendiatane.

Fine folk

Av og til spør vi folk kva dei hugsar best frå året på skulen vår. Storarta soloppgongar, bratte meistringskneikar og den lausaste laussnøen. Utsikt og innsikt. Naturmagi på sitt beste. Alt dette vert nemnt. Men så seier dei: Det viktigaste var folka. Og fellesskapet.



Å ha nokon å dele opplevingane med,- det er det som verkeleg skaper minner for livet. Det handlar om å høyre til, om å kjenne at her er det plass til meg og mitt. Ein plass rundt bålet der latteren og praten sit laust, at nokon heiar deg fram, å kunne kjenne på jubelen over å ha nådd eit felles mål. Ein stad der det viktige i livet får plass. Der ein kan sjå på stjernene, ta ein ekstra kaffikopp.

Kjenne at dei folka som for litt sidan var heilt nye for deg er blitt dine nye vener. Fellesskap, heilt på ekte. Det er dette vi veit du òg vil hugse etterpå.



Ta vare på det gode

Naturen er både klasserom og leikeplass. Det er difor viktig for oss å inspirere deg til ein gjennomtenkt livsstil slik at vi alle tek vare på den.

På Nordfjord er vi sertifisert Fair-tradeskule, har eit eige klimaråd, deltek på strandrydding, og lista over tiltak vi skal gjøre vil vekse i åra som kjem. Du kan lese meir om kva vi gjer for klima og miljø på friluftslivskulen.no.



@matildeullis
På menyen denne veka sto det bre. Det var eit kaldt måltid men smakte deilig fordior!

#nordfjordfhhs #jostedalsbreen
#liveterbestute #heltekte



Beina på jorda

Det skal vere mogleg å vere elev hos oss og ikkje fly ein einaste gong i løpet av året, verken på skuleopplegg eller på reiser til og frå heimen din.

Vi har gjort aktive grep for å flytte det meste av reiseverksemda vår over på buss og tog. Svært mykje av reisinga vår er i eige land, til og med i eigen kommune og region.

Ingen av oss er perfekte når det kjem til å ta vare på naturen. Vi strevar alle med å gjøre tiltak på ein måte som både er motiverande og utfordrande. Her på Nordfjord folkehøgskule har vi gjort mange grep for å gje vårt bidrag til ei betre verd.

Les meir på friluftslivskulen.no.



Vidar kokk blir ekstra glad når han får servere deg god, heimelaga mat av lokale råvarer.

Plomme er best rett frå treet.

Eplekokk

Mat er viktig! Skulen ligg midt i det norske matfatet, og på hausten dukkar det alltid opp frukt frå nabogarden i matsalen. Eller hjortekjøt som elevane sjølv har jakta på. Når linjene er på kyttur vert det som er i teina eller garnet middagen, og utsått ettermiddagen kan det hende du vert invitert på plommeslang hos læraren din. Sjølvsagt handlar vi mest på butikken, men innimellom kjem det beste frå rett over gjerdet.

Ha litt sjølv, lån resten



Det finst ingen fasit når det gjeld utstyr, men vi syns du skal tenke på tre ting:
Behov. Miljø. Pengar.

Grøn omstilling er meir enn å kutte i flyreiser. Opplevingar i naturen krev godt utstyr og gode kle, og produksjonen av dette kjem med ein kostnad for både miljøet og klimaet. Eit lågare forbruk er eit av dei viktigaste tilskota frå kvar enkelt av oss.

Du treng ikkje nytt utstyr for å drive med friluftsliv! Vi har eit stort utstyrslager du kan låne frå, utsal av brukt utstyr og eigne valfag innan reperasjon og utstyrslagning.

Om du har ein sovepose som er passaleg vår og haust, men ikkje når det er kaldt og snø, så kan du kjøpe ein lett og liten i tillegg, så brukar du begge når det er kaldt. Eller du kan låne onkel sin tjukke sovepose som han aldri brukar.

Du treng sykkel til å frakte deg sjølv til klatrefeltet, til naustet og til smågodthylla på butikken. Du treng altså ingen spesiell type – den må berre ha to hjul og ramme, og så er du klar. Når du og linja skal drive med stisykling, brukar de skulen sine fulldempa terrengsyklar.

Ski er så mangt. Det er ulikt frå linje til linje og person til person kva ski du treng. Kontakt gjerne linjelæraren. Om våren er det ofte gode tilbod på ski viss du treng nye – og forøvrig er finn.no ein glimrande skibutikk.

Linjefag

TI FRILUFTSLIVLINJER Å VELGE MELLOM

→

20 FJORD OG FJELL
Sunnmørsalpane, Nærøyfjorden og Lofoten. Toppturar, fiske, terrengsykling, padling og surfing.

21 EKSPEDISJON Skitur på Svalbard, hausteventyr, brekurs, tinderangling.

22 NORSKE EVENTYR Høgt og lågt i Lofoten, vintertur i Jotunheimen, havkajakk, kanotur, brekurs.

23 UT Terrengsykling, toppturar, hav- og elvekajakk, klatring, surfing, kiting, havfiske.

24 FJELLSPORT Skiveke/Høgruta i Jotunheimen, naturleg klatring, brekurs, kiting.

25 JAKT OG FISKE Hjortejakt, villsvin-, sel- og gåsejakt, klatring, toppturar.

26 VIND OG VATN Surfing på Stad, elvepadling på Voss, kiting, klatring, toppturar.

27 KRIK Tinderangling, leartrening, elvepadling, terrengsykling, toppturar.

28 SKI OG SURF Surfing på Stad, elvepadling, pudderjakt i Norge, tinderangling. Ski og segl.

29 BU OG FRITID Mat og helse, butrening, handverk, hytteturar, elevkveld, revy, fellesskap.

FELLESOPPLEGG
På alle linjene får du med Nordfjordrock i Jotunheimen, førstehjelpskurs, vandretur om hausten, skredkurs, skiveke i Hemsedal, toppturar haust og vinter, snøholetur, pilegrimsvandring + mange valfag og prosjektveker.

18

19

Frå tare til topp

Bre og elvar, hav og surfestrender, skog og sykkelstiar, fjord og fjell. På vår nye linje har vi plukka frå topp 10 lista over vakre turmål i Norge. Vi reiser til naturperlene: Nærøfjorden, Loen, Lofoten og Sunnmørsalpane. Det blir også vintertur i Jotunheimen, surfing i Hoddevika, fiske i Bremanger og mange toppturar i Nordfjord.

Gjennom dette året med friluftslivsaktivitetar frå tare til topp, vil du få mange nye erfaringar, du får testa eigne grenser, du blir godt kjent med teltlivet, og du får vere med på mange turar saman med andre ungdommar som vil utforske friluftslivet i vårt vakre land.



Dette får du på Fjord og fjell

Nærøfjorden (havkajakk og fjelltur). Høgt og lågt i Lofoten (surfing, toppturar og fiske). Tinderangling i Sunnmørsalpane. Bølgesurfing i Hoddevika. Skitur i Jotunheimen. Terrensykling. Breoppleving. Klatring. Elvekajakk. Snøhøletur. Toppturar på ski. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpsksurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinenatt. Pilegrimsvandring.



Dei lengste turane

Ekspedisjon! Eit ord lada med forventningar, med spenning, med Roald Amundsen, med Cecilie Skog, med Mount Everest og Grønland. Eit forlok-kande ord, ikkje sant? Ekspedisjonar handlar om å reise frå det kjende og inn i det ukjende saman med folk du stolar på. Saman med folk du vil dele opplevingar med. Saman med gode vene. På denne linja får du tre lengre ekspedisjonar: Først i Nordfjord, så i Jotunheimen og til sist på Svalbard. Du kan sjå fram til bre, skredkurs og klatrekurs, padling og ikkje minst; ei lang rekke overnattingar i telt og under open himmel.

Er du klar?

Dette får du på Ekspedisjon
Skitur på Svalbard (10-12 dagar). Hausteventyr (8 dagar). Langtur i vinterfjellet (6-8 dagar). Brekurs. Klatring. Havkajakk. Tinderangling. Kite/surfing. Toppturar haust og vinter. Vandretur om hausten. Snøhøletur. Vintertur. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpsksurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinenatt. Pilegrimsvandring.



Det beste

Etter dette året kjenner du Norge.
Du har opplevd fjella. Du har padla mellom øyane. Du har gått på breane og segla på fjordane. Det er ein unik sjanse til å bli kjend i eige land. Til å oppleve natur og vêr, landskap og kontrastar, kjende attraksjonar og skjulte perler, turvener og fellesskap. Det er det beste av Norge og det beste av friluftsliv.

Eit år på oppdagingsreise i eige land.

Dette får du på Norske eventyr
Kystfriluftsliv og havkajakkur. Høgt og lågt i Lofoten (surfing, toppturar og lofotfiske). Toppturar på ski. Skitur gjennom Breheimen og Jotunheimen. Terrensykling. Havkajakk. Vandretur om hausten. Hundekøring i løpet av vinteren. Toppturar haust og vinter. Klatring. Breoppleving. Snøhøletur. Vintertur. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleineatt. Pilegrimsvandring.

Bli med ut

Vi veit akkurat kva du har lyst til.

Er ikkje det flaks? Vi har planlagt eit knallår for deg, stappa med spenning, moro, friluftsliv, trøkk og masse aktivitetar. I løpet av 9 månader får du oppleve terrensykling, klatring, bre, Via Ferrata, elvekajakk, kano, surfing, havkajakk, toppturar, isklatring, kiting, havfiske...kan du be om meir, eigentleg?

Om du drøymer om utfordingar, utsikt og utrulege opplevingar er svaret enkelt: Bli med UT!

Dette får du på UT

Sykling i høgfjellet. Tinderangling i Jotunheimen. Topptur på hausten. Vandretur på hausten. Klatring. Kystveke. Havkajakk. Isklatring. Vintertur. Terrensykling. Elvekajakk. Bølgesurfing på Stad. Skikøring i anlegg. Kiting. Kanotur. Snøhøletur. Rafting. Fjelløping. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleineatt. Pilegrimsvandring.





Eit år med utsikt

Dei likar å bli brukt. Og dei bryr seg slett ikkje om du er fersk eller erfaren. Fjell treng folk - og folk treng fjell. Difor skal vi vere på fjella og rundt fjella. Klyve og klatre. Sykle stiane og padle elvane. Teste grenser og likevel vere trygge. Smile breitt frå toppen av klatreruta. Nyte vinterdagane med ski på beina. Sette svingar i urort snø. Tenne bål og oppleve stilla ved foten av fjellet.

Vi skal gløyme tida. Vi skal opp.

Dette får du på Fjellsport

Skiveke/Høgruta i Jotunheimen. Klatretur til Fontainebleau i Frankrike. Sportsklatring. Brekurs. Toppturar haust og vinter. Tinderangling. Buldring. Isklatring. Surfing. Kiting. Innføringskurs naturleg klatring. Terrengsykling. Elvepadling. Fjelløping. Vandretur på hausten. Kokelagstur. Snøholetur. Vinteretur. Havpadling i Geiranger. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vinteretur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinennatt. Pilegrimsvandring.

Fulltreffar

No skjer det. Du får leve ut jegeren i deg. Skogane i Nordfjord er fulle av hjort og anna vilt, dette er eit eldorado både for erfarte jegrar og for dei som har lyst til å bli det. I skogen og på fjellet jaktar vi rype, hare, rev, villsvin og hjort. Vi prøver fellefangst, og på kysten jaktar vi gås og sel, og set både garn og line. Når jakta er over, lærer du å bruke ressursane frå naturen. Det blir gode middagar, for å seie det sånn! I løpet av eit heilt år i Nordfjord er det plass til mykje meir. Du skal få prøve deg på mykje anna friluftsliv: Spennande toppturar, sykling, klatring og vakre fjelltoppar.

Velkommen til eit år med mykje jakt og fiske. Dette blir ein fulltreffar!



Dette får du på Jakt og fiske

Rype-, hare- og skogsfugljakt 8-10 dagar. Hjortejakt. Revejakt. Gåsejakt. Seljakta. Villsvin- og beverjakt i Sverige. Innlandsfiske. Havfiske/seglung. Kano/kajakk. Klatring. Toppturar. Basistur haust. Snøholetur. Kokelagstur. Vinteretur. Terrengsykling. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vinteretur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinennatt. Pilegrimsvandring.

Ein heilt annan farts-kontroll

Vind og vatn. Det er ein uslåeleg kombinasjon. Sjå føre deg kiten som dreg deg bortover vidda. Dei store fjella som inviterer til leiken skikøyring i luftig pudder. Bølgjene på Stad, deg sjølv og surfebrettet. Og ikkje minst dei store elvane på Voss der du og kajakken dansar uautorisert hiphop. Du vil kjenne smilet bre seg og adrenalinet bruse, finne roa rundt bålet og kjenne mestring i ein storslått natur. Og alt dette i fellesskap med gode venner.

Gira?



Dette får du på Vind og vatn

Surfetur til Portugal - interrail. Surfing på Stad. Elvepadling på Voss. Kiting. Tinderangling. Klatring. Terrentsykling. Kystfriluftsliv. Segling. Havkajakk. Toppturar haust og vinter. Vandretur på hausten. Snøholetur. Vintertur. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinenatt. Pilegrimsvandring.

Eit fartsfylt år

Det er plass til mykje mellom himmel og jord! Eit heilt folkehøgskuleår, for eksempel. Fylt av akrobatikk, beachvolley, terrentsykling, surfing, kiting, elvekajakk, klatring, fjellturar, skikøyring, teltliv, sprakande bål og stille morgonar. Og ikkje minst gode vener.

KRIK er ein kristen organisasjon som har fokus på idrett, friluftsliv, ungdom og tru. På KRIK-linja vår her på skulen konsentrerer vi oss nettopp om dette. Som KRIK-elev får du eit år der du vil vesse på mange måtar, og du får leirartrening og undervisning om kristen tru.

Dette er året for friluftsliv, idrett, Gud og menneske.



Dette får du på KRIK-linja

Surfetur til Portugal - interrail. Klatring. Elvepadling. Vandretur om hausten. Bretur. Surfing på Stad. Terrenesykling. Beachvolley. Fotball. Akrobatikk. Leiartrening. Toppturar haust og vinter. Kiting. KRIK-linjesamling. Kokelagstur. Snøholetur. Tinderangling. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinenatt. Pilegrimsvandring.



Eit år med fri flyt

Det handlar om å flyte. Om å vere på toppen av elementa. Om å finne den rette kjensla i laussnøen ned frå kvasse vestlandsfjell. Eller blant bølgjene ute i Hoddevika ved Stad. Du skal ut og leite etter den rette balansen. Ut og leite etter dei største opplevingane. Du skal på roadtrip, på leit etter pudderparadis i heile Norge.

Du kan ikkje surfe gjennom heile livet. Men du kan surfe gjennom eit heilt skuleår i Nordfjord.

Dette får du på Ski og surf

Ski og segl på Sunnmøre. Pudderjakt. Toppturur haust og vinter. Surfing på Stad. Bretur. Tinderangling. Hawkjakk. Elvepadling. Klatring. Segling. Skikøyring i anlegg. Toppturveke i Romsdalen. Vandretur om hausten. Snøholetur. Vintertur. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Via ferrata Loen. Kokelagstur. Førstehjelpskurs. Skredkurs. Felles vintertur. Felles topptur. Skiveke i Hemsedal. Åleinenatt. Pilegrimsvandring.



På eigne bein

Elevane får årskort til stort badeanlegg på Sandane. Her er det boblebad, stor og lita sklie, velværebasseng (34 grader) og 25 meter-basseng.

Nye vener, nye aktivitetar, nye erfaringar. Har du nokon gong laga pizza på bål? Padla i kano, overnatta i lavvo, dratt krabbeteiner, eller tova ditt eige sitteunderlag? No får du sjansen til å oppleve alt dette.

Å få kjenne på glede og spenning ved å prøve ut nye ting, og meistringsfølelsen når du når målet. Alt i trygge og tilpassa rammer. Tilsette ved skulen vil rettleie og støtte deg når du treng det.

På folkehøgskulen har vi mange avdelingar der du får prøvd deg i praktisk arbeid. Du får sy deg lue og buff,

tove sitteunderlag, og på sløydsalen får du laga utstyr til eigen bustad. I faget Mat og helse lagar vi enkle rettar ut frå oppskrifter, og lærer også om kva som er sunt og godt å ete.

I tillegg til Bu og fritid sine turar i nærmiljøet, er vi nokre veker på tur saman med ei av dei andre linjene på skulen og vi er med på mange fellesturar i løpet av skuleåret. Eit år på folkehøgskule gir veldig mykje naturleg sosial trening.

Du skal få løyse band og knyte band.

Dette får du på Bu og fritid

Matlaging. Kunst og handverk. Opplæring i rom- og klesvask. Fokus på personleg hygiene. Revy. Sosial trening. Minnebok/data. Turdagar med mat på bål. Fjellturur. Skiturar. Kystveke med krabbefiske. Klatring. Overnattingsturar. Idrettsaktivitetar inne og ute. Fisking. Hyttetur. Fyrtur. Skiveke på Strandafjellet. Valfag. Nordfjordrock i Jotunheimen (fellestur for heile skulen). Skylift i Loen.

Valfag

I løpet av året får du velje mellom 35 valfag du kan fordjupe deg i. Tenk deg for ein unik sjanse du har til å komponere akkurat det året du vil ha.

Bunken med valfag på Nordfjord folkehøgskule er stor og tjukk, vi nemner:

Ballspel. Barmarkstrening. Buldring. Båtførarkurs. CROSSBU-trening. Ekspedisjonstrening. Fotball. Foto. Fjelljibbing. Gitar. God bok. Golf. Havkajakk. Heilt grøn. Hybelkokk. Jegerprøve. Karveskurd. Klatring. Knivmaking. Kondisjon. Kor. Langrenn. Longboard. Mat i det fri. Redesign. Reperasjon og enkel saum. Segling. Skiinstruksjon. Skredfordjupning. Smiing. Strikking. Styrke. Terrensykkel. Topptur. Trearbeid. Tru og tanke. Utstyrslagning. Volleyball.

Valfaga veljer du etter at du har byrja på skulen.



Prosjektveker

Fire veker med eksklusive opplevingar.

I prosjektvekene er timeplan eit framordnord. Du får fordjupe deg i eit tema, ein aktivitet eller eit prosjekt, du kan kalle det ei valfagveke. Det vanskelege er sjølv sagt å velje, men vi lover deg gode og spennande dagar uansett om du vel tøffe turar på fjellet, artige sketsjar på revyscena, luftige dagar på kysten eller kjekke prosjekt på sløyden.

Prosjektvekene veljer du etter at du har byrja på skulen.



Prosjektveke i november:
Revy. Motorsagkurs og skogrydding.
Din tur. Handverksdagar. Surfing i Hoddevika. Klatring.

Prosjektveke i mars:
Langrenn, topptur og skianlegg.
Handverksdagar. Kiting. Vintertur med telt. Bibelskule og surfing.



Meir å vite

Meir enn Nordfjord



Heilt oppunder kanten av Mount Everest ligg det eit sjukehus der mange kreative og flinke medarbeidrar kvar dag gir nødvendig helsehjelp og reddar liv. Okhaldhunga er ikkje ein stad du har hørt om eller tilfeldigvis reiser til, men gjennom året på Nordfjord folkehøgskule kjem du til å bli godt kjent med både folk og staden. Vi håpar det kjem til å gje deg ny innsikt og kunnskap. For eksempel slikt som at veldig mange av pasientane må gå i fleire dagar for å kome fram til sjukehuset. Eller at dei prøver å bli eit miljøvenleg sjukehus i eit land der sørpelet stort sett vert kasta på gata og kloakken renn fritt.

Vi trur på verdien av å dele vidare det gode. Difor vil vi vere med og bidra til at desse viktige menneska i Nepal skal få eit betre liv.

Du treng ikkje ha mykje friluftsliv- erfaring for å søkje på Nordfjord folkehøgskule, men du må like å vere ute, like å vere på tur, og ikkje minst like nye utfordringar.

På skulen er det plass til 135 elevar, fordelt på 10 linjer. Gjennomsnittsalderen er ca 20 år. I løpet av året blir det minst 40 overnattingar i telt, hengekøye, båt, lavvo, hytte eller under open himmel.

Skulen er stor og har mange rom, vi nemner smie, tresløyd, vekstrom, gymsal, badstove, syrom, og ein 250 m² stor innandørs klatrevegg. Vi har òg vedfyr badestamp, sandvolleyballbane, bålvhus og gapahukar i skogen og ved fjorden. Rett nedanfor skulen har vi naust med eigne båtar.



Bygda. Også bygda har mykje å by på. I tillegg til rein natur er det preparerte skiløyper og skitrekk. På Sandane, 6 km fra skulen, er det kunstgrasbane, og ikkje minst Trivselshagen, ein stor idrettshall som du og dei andre elevane får mykje glede av. Mellom anna er det eit flott badeanlegg og ein stor klatrevegg som er 15 meter høg, har overheng, og mange ruter med ulik vanskegrad til topps. I tillegg er der vekstrom, løpebane, tre handballbaner og eigen turnhall. Vi nyttar oss av dette anlegget både i undervisninga og på fritida. Alle elevane får årskort til idrettshallen, det betyr at du kan klatre og bade så mykje du vil gjennom året.



Skulen har ei eiga Colin Archer-skøyte.



Sentralt. Det er kanskje å ta litt hardt i å seie at Nordfjord folkehøgskule ligg sentralt. Men: 300 meter fra skulen ligg E39, og der kan du gå på ekspressbussar til Oslo, Trondheim, Ålesund og Bergen. Det er berre 4 kilometer til Sandane lufthamn Anda. Skulen ligg 6 km fra Sandane sentrum.



NB! Det kan bli enkelte endringar i fag og fagtilbod.

Pengar. Alle norske elevar kan søkje lån gjennom Statens lånekasse via nettsida www.lanekassen.no. Når du har fullført skuleåret med minst 90% frammøte, vert om lag ein tredel av lånet gjort om til stipend.

Vi er opptekne av å legge inn så mange ting som mogleg i totalkostnaden på skuleåret, slik at du ikkje skal verte overraska av prisene. Mellom anna legg vi inn alt av linjeturar og fellesreiser, også skuleturen med Statsraad Lehmkuhl. Alt etter kva linje, valfag og prosjektveker du vel, vil din årspris variere noko. Totalprisen for inneverande år er mellom 114 600,- og 133 300,- dersom du vel standardrom og rimelegaste valfag. Sjå meir info på friluftslivskulen.no/pris.

Søknad. På nettsidene våre, friluftslivskulen.no, finn du søkeradsskjema. Vi har ingen søkeradsfrist, men startar opptaket 1. februar. Dei siste åra har skulen vore heilt full, og enkelte linjer er ekstra populære. Det er med andre ord lurt å söke tidleg.

Nordfjordstipendet. Vi vil at så mange som mogleg skal kunne gå eit år på folkehøgskule. Difor lyser vi komande skuleår ut inntil tre Nordfjordstipend for elevar som treng ekstra økonomisk støtte. Meir informasjon om ordninga finn du på heimesida vår.

**Nokre spor
varer evig**

På Nordfjord
folkehøgskule
har vi plass til
og bruk for
akkurat deg.



NORDFJORD
folkehøgskule