



Fristads folkhögskola  
2025-12-10

## Kursplan – Ullens magi

Denna kurs vänder sig till alla som är nyfikna på hur man kan ta vara på den svenska ullen (som i regel slängs) och skapa egna produkter från grunden. Kursen kombinerar hållbarhetstänk med kreativt skapande. Deltagarna skapar med händerna av ett naturmaterial och lär sig en traditionell hantverksteknik som får ta tid. Teori och praktiska övningar varvas och det historiska, kulturella och skapandeperspektivet löper som en röd tråd genom kursen.

### Kursinnehåll

Kursen ger en praktisk och teoretisk förståelse för ullens egenskaper, bearbetningstekniker och det kreativa användningsområdet. Den innehåller följande stora kunskapsområden:

#### Ullens egenskaper

Kursen börjar med en genomgång av olika sorters ull och användningsområden.

#### Ullens bearbetningsprocesser

Vi arbetar praktiskt med tesning, tvättning, kardning och spinning.

#### Spinningsteknik och tovning

Fokus för kursen är spinningen där deltagarna får utveckla sin teknik på slända men även prova på en modernare spinnrock. Här ingår även tovningsteknik där fibrerna arbetar/tovar ihop sig på olika sätt, samt färgning av ullen, garnet eller det som man har tovat samman.

#### Eget projekt

Att kunna skapa ett eget garn och även tvinna ihop garnerna för att sedan kunna designa en egen produkt är ett spännande projekt i kursen som kan leda till både bildvävar, vävda plagg eller kanske till en smyckekollektion.

## Arbetsätt

Under kursen har man 4 obligatoriska träffar på skolan och digitala träffar övriga veckor. Däremellan arbetar deltagarna praktiskt med ullen för att få en fördjupad materialförståelse, men läser också relevant litteratur.

De digitala träffarna består till största del av ett gemensamt lärande där deltagarna delar med sig av de upplevelser, insikter och lärdomar de tagit till sig genom att utföra de praktiska momenten och läsa litteraturen.

Under kursens gång växer det egna projektet fram från den personliga idén till en slutprodukt som redovisas vid det sista kurstillfället. I projektet ges handledning i grupp.

## Förkunskapskrav

Inga förkunskaper krävs.

## Efter avslutad kurs

Intyg ges till deltagare som varit närvarande vid samtliga träffar, varit aktiv på Teams samt utfört samtliga praktiska och teoretiska uppgifter.

## Övrig fakta om kursen

- Studietakt: kvartsfart (25%), 1 termin
- Kurstyp: Särskild kurs, distanskurs med 4 platsförlagda träffar under 1–2 dagar på Fristads Folkhögskola