

An artistic illustration of a group of young people at a school. In the foreground, a man with sunglasses plays an acoustic guitar while a woman leans in to listen. Other students are sitting around a table, talking and laughing. In the background, a man is performing a skateboard trick on a wooden ramp. The building behind them is a large, multi-story structure with the name 'FREDTUN' on its facade. The scene is set in a bright, sunny environment with a blue sky and some vertical teal lines in the top right corner.

STAVØERN

folkehøyskole

2025-2026

Stavern folkehøyskole

Styrk interessene dine, lær noe nytt, bli tryggere på hvem du er, hva du vil og hvor du skal.

Vår visjon er at du kan få *drømme stort, leve ekte og gjøre en forskjell.*

Gjennom linjer av høy faglig kvalitet, variert valgfagsmeny og et godt skolemiljø, gir vi deg folkehøyskoleåret du drømmer om. Studieturene tar deg lenger enn du vil komme som turist, lærerne brenner for faget sitt - og bryr seg om deg.

På fritiden har du som elev fri tilgang til skolens mange fasiliteter: gymsal, treningsrom, sandvolleyball, kunst- og håndverksavdeling, bordtennis, biljard, kinorum, musikkstudio, øvingsrom, elevkjøkken og fellesstuer.



DRØMME LEVE FORANDRE

DITT VIKTIGSTE ÅR - i et unikt fellesskap!



Studieturer

Studieturene i regi av Stavern folkehøyskole er unike og forskjellige fra hverandre, og ikke minst forskjellig fra det du kan oppleve som turist. På våre turer vil du få mer for pengene; du vil oppleve mer, lære mer, forstå mer og utfordres mer.

Flere av studieturene våre er med på å forandre liv – gjennom å få være med på å støtte livsforandrende prosjekter i landene vi besøker.

Det er ikke for ingenting at slagordet vårt er:

DRØMME – LEVE – FORANDRE

Tanzania

I Tanzania kan vi velge mellom noen av Afrikas beste safariparker og ute ved det Indiske hav finner vi Zanzibar med sine eksotiske strender, lukter og smaker.

Vi skal sove ute på savannen hvor du kan se både løver og elefanter gå forbi.

Vi besøker også Haydom Lutheran Hospital og får være tett på driften av et sykehuset langt ute i bushen.

Menneskemøter og innblikk i andre levevilkår og en annerledes kultur er med på å gi nye perspektiv på tilværelsen.

Blålys 113 og **ReSTART** reiser sammen, og vil ha både felles og egne opplegg på denne turen.

Sør-Afrika

Sør-Afrika byr på mye aktivitet, spennende kulturmøter og en mulighet til å gjøre noe for andre. Vi samarbeider med organisasjonen SCORE, og våre elever vil jobbe som frivillige hjelpetrenerne og lede aktiviteter for barn og unge i Franschoek Valley og Mbekweni.

Studieturen vil også by på safari, fjellklatring, rappellering, paragliding, strikkhopp, juving, surfing og terrengsykling. Og kanskje kan det friste med et fallskjermhopp over Cape Town?

Linjene **Blålys**, **GOLF**, **MIX aktiv**, **Tennis & Racketsport** og **TURN** drar sammen på denne turen og vi vil ha høyt fokus på fellesskap, faglig utbytte og kulturforståelse. Her blir det trening og undervisning i fantastiske omgivelser.



Blålys

Vi skal bli kjent med de tre blålysetatene og deres samarbeidsaktører, med hovedfokus på politiet. Vi skal trene for å klare kravene til de fysiske opptakskravene til Politihøgskolen, Fengselsskolen eller Brannvesenet. Året vil gjøre deg generelt forberedt for å jobbe i en blålysetat. Alt dette forgår i gode og trygge rammer, som vil gjøre at selv det å gå utenfor komfortsonen, en gang i blant, blir en god og morsom opplevelse. .

- Kriminologi
- Operativ ledelse
- Situasjonsbevissthet
- Kampsport og selvforsvar
- Brannsikkerhet
- Trafikksikkerhet
- Elveredning
- Søk og redning, barmark og snøskred
- Øvelser i livredning (vann)
- Førstehjelp
- Organisering av skadested

Studietur: Sør-Afrika



Blålys 113

Denne linja vil gi deg et godt grunnlag for å studere videre innenfor helse, beredskap og akuttmedisin, pakket inn i et fantastisk folkehøgskoleår. Du vil lære å samarbeid som del av et team i pressede situasjoner. Uansett senere yrkesvalg vil dette året gi deg et unikt innblikk i arbeidet til nødetatene, sette deg i stand til å ta gode valg og håndtere krisesituasjoner.

- HLR – hjerte- og lungeredning
- Traume
- Akuttmedisin
- Undersøkelsesmetoder
- Organisering av skadested
- Mental helse
- Trafikksikkerhet
- Anatomi
- Sårbehandling
- Sette injeksjon og veneflon
- Søk og redning, barmark og snøskred

Studietur: Tanzania



Flylinja

Praktisk flyvning blir gjennomført i samarbeid med lokale flyklubber. På skolen trener vi i flysimulator og jobber oss gjennom teorien til de ulike sertifikatene.

Flygere er en nødvendighet innen samferdsel, forsvar, helse og bistand. Elevene våre kan ha helt ulike ambisjoner som; trafikk, hobby, ambulanse, eller bushflyver. Målet vårt er å gi deg et spennende læringsmiljø, og hjelpe deg mot din flyverdrøm.

- Mulighet for sertifikat
 - PPL, LAPL, SPL
- Flysimulator
- Flytrenoing
- Overlevelseskurs
- Linjeturer
- Aktivitet og trening



GOLF

Vi kan tilby fantastiske treningsforhold, unik oppfølging og lang golfsesong! Her får du de beste muligheter til å treffe flere fairways, senke flere putter og forbedre ditt handicap. Du kan vente deg mange morsomme utfordringer!

En av Norges fineste golfbaner ligger fem minutter unna skolen, og dette blir ditt klasserom gjennom store deler av skoleåret. Larvik GK sin seasidebane er av internasjonal standard og kvalitet, og du vil ha spillerett på denne, samt andre baner i Vestfold.

- Svinganalyse
- Stressmestring
- Konkurranser
- Trening
- Yoga
- Forskjellige aktiviteter

Studietur: Sør-Afrika



MIX aktiv

Dette er linja for deg som vil OPPLEVE masse forskjellig. Her vil det være mye aktivitet, og nye utfordringer. Gjennom året får du prøve deg på ulike vannsporter, idretter og treningsformer.

I løpet av året får du muligheten til å ta flere formelle kurs/sertifikater, som bevis på at du faktisk har lært noe.

- Dykkersertifikat
- Kajak (grunnkurs hav og elv)
- klatring (brattkortkurs)
- Livredningskurs
- Surfekurs
- Hundekjøring
- Grottetur
- Mange overnattingsturer
 - Kano, kajak, ski, rafting
- Solodøgn ute i naturen
- Styrke- og kondisjonstrening

Studietur: Sør-Afrika



Tennis & Racketsport

Tennis & Racketsport er linjen for deg som ønsker å bli utfordret i spillforståelse og strategi. Du vil lære deg teknikker på server og slag, spille singel og doublekamper, samt bedre din koordinasjon, styrke og hurtighet.

På Tennis & Racketsport får du lært deg ulike racketidretter som tennis, pickleball, padel, badminton og bordtennis.

I undervisningen fokuserer vi på innlæring av grunnleggende teknikk og taktikk, og vi setter av masse tid til spill.

- Spillforståelse
- Kroppsbeherskelse
- Balanse
- Koordinasjon
- Stressmestring
- Styrketrening

Studietur: Sør-Afrika



ReSTART

ReSTART er linja for deg som er i alderen 21 - 27 år. Det kan være mange grunner til at det kan være lurt med en ny start. Det kan være at du ikke har kommet i gang med studiene, fordi du ikke vet hva helt hvor veien går videre.

Kanskje du er usikker på om du er på rett studie? Kanskje du bare trenger et avbrekk fra studiene?

Uansett årsak, så kan det være at du er en, av mange, som angrer på at du ikke gikk på folkehøyskole rett etter vgs.

- Fysisk og mental trening
- Rådgiving og veiledning
- Ledertrening
- Skolebesøk
- Bedriftsbesøk
- Mulighet for eksamenshjelp
- Mange varierte aktiviteter

Studietur: Tanzania



TURN

Turnlinja er for deg som ønsker å bli utfordret i nye momenter og øvelser, på trampett, tumbling, airtrack, trampoline og frittstående.

Med utgangspunkt i et samarbeid med vår meriterte lokalklubb STAG turn har vi landets eneste linje for troppsturnere som ønsker å kombinere troppsturn med folkehøyskole. Rett over veien for skolen vår ligger Norges flotteste og nyeste turnhall.

- Unik oppfølging
- Medtrenerkurs (NGTF)
- Sikiringskurs (NGTF)
- Trener 1 (NGTF)
- Trenerattester (NIF)
- Førstehjelpskurs
- Linjeturer
- Yoga
- Variert trening

Studietur: Sør-Afrika



Botrening & Aktiv fritid

Som elev på Botrening & Aktiv fritid er du en del av et inkluderende skolemiljø i naturskjønne omgivelser. I skolehverdagen legger vi vekt på varierte aktiviteter i felleskap. Stavern bugner av turmuligheter som vi flittig benytter oss av i skogen og langs kysten. I tillegg har skolen gode lokaliteter hvor det er rom for å utvikle kreative sider og fysisk aktivitet.

I skolehverdagen legger vi vekt på varierte aktiviteter i felleskap. Linja har fellestimer med hele skolen i valgfag, seminarer og prosjekturer. I fagplanen vår fokuserer vi på selvstendighet i hverdagen ut ifra egne forutsetninger.

Studietur: Langedrag & Danmark



STAVERN

Stavern, også kalt Norges smilehull, er en unik og sjarmerende liten by ved havet.

Stavern er vakker fra naturens side, men byen har også en rik historie. Stavern ligger rett ved vannkanten med historiske bygninger og et sjarmerende sentrum med koselige gågater med mange cafeer, bakerier og småbutikker. Stavern har over 200 dager med sol i året!

Stavern ligger rett utenfor Larvik, som har gode transportmuligheter videre:

- Rutebuss fra skolen til Larvik hver halvtime
- Tog fra Larvik til Oslo hver time
- Buss til sørlandet annenhver time
- 30 minutter fra Torp flyplass i Sandefjord

VALGFAG

Elevene våre får velge flere valgfag hvert semester. Vi tilbyr alt fra korte valgfag til heldagsvalgfag.

- Forskjellige ballspill
- Racketsport
- Do It Yourself
- GOLF
- TURN
- Musikk
- Kickboxing
- Klatring
- Kunst
- Håndverk
- Strikking
- Yoga
- Svømming
- Vannsport
- Friluftsliv



I tillegg tilbyr vi valgfagsturer:

- Surfetur til Portugal
- Survival & jakt

KONTAKT OSS

Helgeroveien 102
3294 Stavern

telefon: 33 15 68 00

post@stavernfhs.no

www.stavernfhs.no

EIER

Stavern folkehøyskole er eid av Frikirken. Vårt eierskap sier nok lite om elevflokken vår, men mye om verdiene våre.

Elevflokken på Stavern folkehøyskole er like forskjellige som i samfunnet ellers. Noen har en kristen bakgrunn, andre er ateister – og noen har et uavklart forhold til dette med tro og livssyn.

Et kristent menneskesyn betyr, blant annet, at vi tror at alle mennesker har samme verdi.

For oss er det en selvfølgelighet at vi møter alle elevene med samme respekt og omsorg, uansett livssyn, kjønn og legning.

FÅ ET INNBLIKK I
SKOLEHVERDAGEN VÅR



stavernfhs



boblepodden