

# Forslag til konkurransetemaer for våren 2026:

## Januar: Blåtimen

Fotografering i **blåtimen** (den perioden rett før soloppgang eller etter solnedgang når himmelen har et blålig skjær) gir fantastiske muligheter, men krever litt planlegging. Her er noen råd og tips:

### 1. Planlegg tidspunktet

- Blåtimen varer ofte **20–40 minutter**, så vær klar i god tid.
- Bruk apper som *PhotoPills* eller *The Photographer's Ephemeris* for å finne nøyaktig tidspunkt.

### 2. Bruk stativ

- Lysnivået er lavt, så lange lukkertider er nødvendig.
- Et solid stativ gir skarpe bilder og mulighet for kreative effekter.

### 3. Kamerainnstillinger

- **Lav ISO** (100–400) for å unngå støy.
- **Lukkertid**: Fra 1/4 sek til flere sekunder, avhengig av lys og ønsket effekt.
- **Blender**: f/8–f/11 for landskap, f/2.8–f/4 for portretter eller detaljer.
- Bruk **manuell fokus** – autofokus kan slite i svakt lys.

### 4. Hvitbalanse

- Sett hvitbalansen til *Tungsten* eller juster manuelt for å fremheve blåtonene.
- RAW-format gir fleksibilitet i etterbehandling.

### 5. Komposisjon

- Utnytt kontrasten mellom **blå himmel og kunstig lys** (gatelys, vinduer).
- Speilinger i vann gir ekstra dybde og stemning.

### 6. Kreative effekter

- **Lang eksponering** for å få silkemykt vann eller lysstriper fra biler.
- Kombiner **blåtimen med snø eller frost** for ekstra magi.

### 7. Etterbehandling

- Juster kontrast og fargemetning forsiktig – blåtimen har naturlig vakre toner.

# Februar: FRITT MOTIV

## Mars: FORFALL

### 1. Kontraster mellom natur og avfall

- Et vakkert landskap med søppel i forgrunnen.
- En blomst som vokser gjennom plast eller metall.
- Nedbygging av naturen ·
- Kombiner **forfall og liv**: En blomst som vokser gjennom asfaltsprekker eller en grønn plante i et nedslitt rom.
- · Lys og skygge: Bruk naturlig lys for å fremheve teksturer og skape dramatikk.

### 2. Plast i naturen

- Makrofoto av plastposer eller flasker i gress eller vann.
- Fugler eller dyr nær søppel (vær forsiktig med dyrevelferd – ikke iscenesett skadelige situasjoner).

### 3. Vannforurensing

- Oljesøl eller skittent vann med refleksjoner.
- Plast og avfall som flyter i elver eller innsjøer.

### 4. Luftforurensing

- Fabrikker med røykskyer mot himmelen.
- Kontrast mellom blå himmel og grå røyk.

### 5. Ulike typer forfall

- Fabrikker med røykskyer mot himmelen.
- **Arkitektur**: Gamle bygninger med avskallet maling, rustne gjerder, knuste vinduer
- **Objekter**: Rustne sykler, forlatte biler, slitte sko eller bøker som går i oppløsning.

## 6. Urban forsøpling

- Overfylte søppelkasser i bymiljø. Gamle bygninger med avskallet maling, rustne gjerder, knuste vinduer.
- **Natur:** Trær som råtner, blader som visner, mose som dekker steiner.
- Fang spor av menneskelig aktivitet som har blitt forlatt: en tom lekeplass, en gammel fabrikk.

# April: Vann

## 1. Velg riktig tidspunkt og lys

- **Gyldne timen** (morgen/kveld) gir varme refleksjoner.
- **Blåtimen** gir kjølige, mystiske toner.
- Overskyet vær gir jevnt lys og mindre refleks.

## 2. Bruk stativ

- For lange eksponeringer (silkemykt vann eller speilinger) er stativ helt nødvendig.

## 3. Kamerainnstillinger

- **Lang lukkertid** (1–30 sek) for å få vannet til å se mykt og drømmende ut.
- **Kort lukkertid** (1/500 eller raskere) for å fryse dråper og bølger.
- **Lav ISO** (100–200) for å unngå støy.
- **Blender:** f/8–f/16 for landskap, f/2.8–f/4 for detaljer.

## 4. Bruk ND-filter

- Et **gråfilter (ND)** gjør det mulig å bruke lange eksponeringer selv i dagslys.
- Polariseringsfilter reduserer refleks og fremhever farger under vann.

## 5. Komposisjon

- Speilinger i vann gir symmetri og dybde.
- Bruk **ledende linjer** (elver, bekker) for å trekke blikket inn i bildet.
- Inkluder elementer som steiner, brygger eller vegetasjon for balanse.

## 6. Kreative ideer

- Makro av vanndråper på blader.
- Lysstriper fra båter eller biler over vannet med lang eksponering.
- Fotografering under vann (krever vanntett utstyr).

## Mai:      Makro av spirende natur:

### 1. Detaljer og teksturer

- Fokus på kronblad, støvbærere, pollen, og bladnerver.
- Fremhever strukturen og mønstrene som ikke er synlige med det blotte øye.

### 2. Farger og kontraster

- Utforsk sterke farger, komplementærfarger eller subtile nyanser.
- Spill på kontrast mellom blomsten og bakgrunnen.

### 3. Geometri og former

- Sirkler, spiraler, symmetri i blomstens oppbygning.
- Bruk av Fibonacci-mønster i naturen.

### 4. Livssyklus

- Knopp, full blomstring, visning.
- Forteller en historie om tid og forandring.

### 5. Interaksjon med natur

- Blomster med insekter (bier, sommerfugler).
- Duggdråper eller regnvann på kronbladene.

### 6. Abstrakt og kunstnerisk

- Ekstrem nærhet som gjør motivet nesten uidentifiserbart.
- Lek med lys, skygge og farge for å skape kunstneriske uttrykk.

### 7. Miljø og kontekst

- Blomsten i sitt naturlige habitat.
- Kontrast mellom blomsten og omgivelsene (stein, jord, gress).

# Juni: Postkort fra Buskerud.

Råd og vink for temaet «Postkort fra Buskerud»:

## 1. Fang essensen av Buskerud

- Tenk: Hva gjør Buskerud unikt? Fjorder, innsjøer, fjell, skog, kulturminner, småbyidyll.
- Kjente steder: Tyrifjorden, Drammenselva, Kongsberg, Ringerike, Hallingdal, Hemsedal.

## 2. Postkortfølelse

- Postkortbilder skal være **innbydende og estetiske**.
- Bruk **sterke farger, klar komposisjon, og god lyssetting**.
- Tenk på **symmetri, harmoni, og enkelhet** – ikke for rotete.

## 3. Lys og stemning

- **Gylne timen** (rett etter soloppgang eller før solnedgang) gir varme toner og lange skygger.
- Vinterbilder med snø og blåtime gir en magisk nordisk stemning.

## 4. Komposisjon

- Bruk teknikker som:
  - **Tredjedelsregelen** for balanse.
  - **Ledende linjer** (veier, elver, stier).
  - **Naturlige rammer** (trær, vinduer, fjellformasjoner).
- Hold horisonten rett – viktig for landskap.

## 5. Farger og kontraster

- Fremhev **naturlige kontraster**: blå himmel mot hvit snø, grønn skog mot røde hus.
- Bruk **komplementærfarger** for å skape spenning.

## 6. Lokale detaljer

- Inkluder **kultur og historie**: stavkirker, gamle trehus, lokale mattradisjoner.
- Små detaljer kan gi stor effekt – en kaffekopp på en fjellhytte, ski mot en vegg.

## 7. Fortell en historie

- Et godt postkortbilde gir mottakeren lyst til å **reise dit**.
- Tenk: «Hva ville jeg sendt til en venn for å vise Buskerud på sitt beste?»