

Sommarschema 2017 på Steg för Steg

Sommarteminen pågår 26 juni - 3 augusti 2017



Studiecirkelarna hålls i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag
	09.30-12.30 Stickning Ingrid Sandqvist	10.00-16.00 Utflykt-Heldag Vecka 27, 29 och 31 Ingrid Sandqvist	09.30-12.30 Stickning Ingrid Sandqvist
Karina Axe & Ulla Elfving Ekström 11-13 Mat & Prat		10.00-12.00 Promenadprat Karina Axe	10.00-12.15 Data 1 Jonas Adner Håkan Persson
	12.00-13.00 Lättlunch	12.00-13.00 Lättlunch	12.00-13.00 Lättlunch
Om du har bistånd för sommarcirkelarna får du följa med på våra utflykter och vara med på träffarna Mat & Prat på måndagar.	13.00-16.00 Utflykt Ingrid Sandqvist	13.00-16.00 Konst Maria Seidel	12.45-15.00 Data 2 Håkan Persson
Steg för Steg bjuder på lättlunch tisdagar, onsdagar och torsdagar under		13.00-16.00 Utflykt-Halvdag Vecka 26, 28 och 30 Ingrid Sandqvist	13.00-16.00 Kultur på Stan Leif Söderman

Reviderad 2017-05-18

Vänd!>>>

Utflykter

Info gällande utflyktsmål kommer senare till anmälda!

Mat och prat

Vi lagar tillsammans något gott och hälsosamt att äta till lunch. Vi bestämmer ett ämne att samtala om eller pratar fritt utifrån det som kommer upp.

Stickning/Broderi. Du lär dig grunderna i broderikonsten och får prova på varierande stygn och olika kvaliteter. De senaste årens forskning har visat att de små rörelserna vi gör med händerna i kombination med ögonen och något material utsöndrar "må-bra-hormoner" i hjärnan. Vill du hellre sticka så har vi mängder av inspirerande mönster.

Konst. Här på konsten kan man teckna och måla både helt fritt och utifrån teman (t ex drömmar) eller med inspiration från olika konstnärer. Vi gör också en del övningar i färglära, perspektiv och människostudier.

Datacirkel. Vi lär oss data på olika nivåer och att använda sociala medier.

Kultur på Stan. Vi går/åker till intressanta platser i Stockholm och lär oss mer om vår stad.

Promenadprat. Vi utgår från Steg för Steg där vi tillsammans bestämmer vart vi skall gå. Promenaden kommer vara mellan 4-6 km ca. Vi bestämmer ett ämne att samtala om eller pratar fritt utifrån det som kommer upp. Därefter gör vi iordning en gemensam lunch alternativt vi tar med oss picknickkorg. Denna grupp passar alla, vi anpassar tempo efter gruppen.