

Cirklar höstterminen 13/8 - 14/12 2018

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Målning/ Teckning 1 Studierum, plan 2 09.45-12.00	Historia Konferensrum, plan1 10:00-12:15	Datacirkel 3 Datalalen, plan 2 09.30-11:45	Svenska för invandrare Konferensrum, plan 1 10.00-12.15	Hälsospåret 13:00-15:00
Svenska för invandrare Konferensrum, plan 1 10.00-12.15	Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb.hus 13:00-15:15	Samhällskunskap Konferensrum, plan 1 10:00-12:15	Datacirkel 1 Datalalen, pl 2 12:00-14:15	Enskild data Vi kan erbjuda enskild undervisning i data för deltagare som av någon anledning behöver det och/eller inte vill/kan vara i grupp. Antal timmar, tidpunkter och nivå bestämmer du och vi tillsammans!
Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb. hus 13.00-15.15	Stickning/Broderi 2 Sticket, plan3 13:00-16:00		Engelska konversation Sticket, plan 3 13.00-15.15	
Målning/ Teckning 2 Studierum, plan 2 13.00-16.00	Mobilcirkel Konferensrum, plan1 14:00-16:15		Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb. hus 13.00-15.15	
Stickning/ Broderi 1 Sticket, plan 3 13.00-16.00			Kultur på stan 13.00-16.00	
			Datacirkel 2 Datalalen, pl 2 14:30-16:45	



Studiecirkelna hålls i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Info och kursbeskrivningar på baksidan! >>>

BISTÅND? Tag gärna kontakt med din biståndshandläggare i god tid innan kursstart för att ansöka om bistånd för att få gå på Steg för Steg.

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

Engelska grund (ej HT 2018)

Inga förkunskaper krävs. Vi lär oss glosor, uttal och grammatik i låg studietakt. Vi läser "lätta texter". Vi gör gemensamma övningar enligt uppgiftsblad. Vi lär oss samtala med varandra med lätta ord och fraser samt svarar på frågor.

Engelsk konversation. Engelsk konversationscirkel är till för er som kan bra engelska men vill lära er mer! Vi övar oss på läsförståelse, ordkunskap, parövningar, språkbruk, korsord och diskussionsuppgifter.

Fågelskådning. Vi varvar teori med praktik, lektioner och utflykter till områden med fåglar, t ex Djurgården.

Historia. Världshistoria. Deltagarna väljer själva vad i historien vi ska studera. Ingenting är omöjligt

Hälsospåret. Hälsocirkel för dig som vill hitta din väg till hälsa på ett lustfyllt sätt. Vi utforskar olika teman som till exempel balans i vardagen, stress och stresshantering, vår betydelsefulla sömn och matens betydelse. Tillsammans arbetar vi med uppgifter och reflektionsövningar. Deltagarna uppmuntras att prova små livsstilsförändringar "utan krav och måsten". Möjligheten att finna sin egen väg mot en bättre hälsa är i fokus. Kursbok ingår.

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

Mobilcirkel. Vi lär oss använda våra egna mobiltelefoner och även lite tillhörande data.

Målning/Teckning. 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.

Promenadprat. Vi tar en promenad i takt som passar alla och tränar på ett utegym. Vi får frisk luft och motion samtidigt som vi tar upp olika hälsofrågor. Cirkelledaren berättar om nya forskningsresultat inom mat och hälsa och ger tips.

Samhällskunskap. Följ med i utvecklingen i världen! Denna cirkel studerar utifrån verkligheten vad som just NU sker i det globala samhället! Du väljer själv vad vi ska ta upp och studera/diskutera. Är du diskussionslysten om dagens samhällsfrågor, nationellt som internationellt, är detta cirkeln för dig!

SFU. Studieförberedande undervisning (Hägerstensåsen) sker i svenska och orienteringsämnena samhällskunskap, historia, religion vilka också studeras gemensamt, samt i engelska och matematik som undervisas i på individuell nivå.

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.

Svenska. Kursen riktar sig till dig som har psykisk funktionsnedsättning och redan gått kommunala SFI eller liknande och vill få fördjupade kunskaper i svenska språket; såsom prepositioner, ordföljd, partikelverb, adjektiv/substantiv, pronomina samt övningar efter deltagarnas egna önskemål.

Rev. 2018-08-13