

# Cirklar vårterminen 11/1 - 18/6 2021

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Promenad i lagom takt 10:00-11:00	Fågelskådning 12.30- 15.00	Datacirkel 3 Datasalen, plan 2 09.30-11:45	Promenad i lagom takt 12.00-13.00	10-12 datasalen är öppen för egen användning!
Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb. hus 13.00-15.15	Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb.hus 13:00-15:15	Samhällskunskap Konferensrum, plan 1 10:00-12:15	Datacirkel 1 Datasalen, plan 2 12:00-14:15	Vedic Art Studierum Plan 2 13.00-15.15
Stickning/ Broderi 1 Sticket, plan 3 13.00-16.00	Stickning/Broderi 2 Sticket, plan 3 13:00-16:00	Vedic Art Studierum, plan 2 13.00-15.15	Engelska konversation Sticket, plan 3 13.00-15.15	10-14 Öppen verksamhet. Boka gärna tid om du har något du behöver hjälp med! Ta en fika! Umgås!
	Mobilcirkel Konferensrum, plan 1 13:00-15:15		Studieförberedande cirkel Hägerstensåsens medb. hus 13.00-15.15	
			Kultur på stan 13.00-16.00	
			Datacirkel 2 Datasalen, plan 2 14:30-16:45	

**Enskild undervisning**  
Steg för Steg erbjuder  
enskild undervisning  
som ett alternativ för  
deltagare som föredrar  
detta framför  
undervisning i grupp.



Studiecirkelna hålls i samarbete med  
Studieförbundet Vuxenskolan.



Info och kursbeskrivningar på baksidan! >>>



Studiecirkarna hålls i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

**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.

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

**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.

**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.

**Promenad i lagom takt.** Vi promenerar en timme i lagom takt.

**Vedic Art.** Vedic art bygger på gamla vediska kunskaper. Den vediska kulturen blomstrade för flera tusen år sen och efterlämnade mängder av skrifter och kunskaper om konst, etik, filosofi, politik och matlagning. Vedic Art är ett redskap som hjälper oss att utforska vårt kreativa uttryck, bortom regler eller bedömningar om rätt eller fel. Ledord är kravlöshet, lekfullhet och lustfyllt!

**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 och 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.

Rev. 2020-11-12