

**Kursprogram  
hösten 2023  
För dig med  
Intellektuell  
funktionsnedsättning**

Nya deltagare välkomnas!

Våra studiecirkelar riktar sig till dig **från 18 år** som har **intellektuell funktionsnedsättning**.

Om inget annat anges är cirkelarna **gratis**

**Om du vill anmäla dig till studiecirkelarna,  
eller om du har några frågor**

så hjälper vi dig gärna.

Du kan ringa eller skicka epost till:

**Wilma Jonsson**

018- 19 46 19

wilma.jonsson@studieframjandet.se

Många av kurserna finns också på vår hemsida,  
där kan du anmäla dig själv. Gå in på

[www.studieframjandet.se/uppsala](http://www.studieframjandet.se/uppsala)

och sök på den kurs du vill anmäla dig till

## LEDARUTBILDNING

Kom med på en utbildning  
för dig som är eller vill bli ledare  
i en studiecirkel!

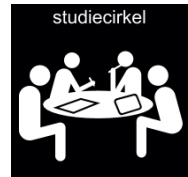


I ledarutbildning funkis jobbar vi i ett lugnt tempo,  
tar pauser  
och använder bilder och texter på lätt svenska som stöd.

Ledarutbildningen ges en gång i terminen.  
*Kontakta oss om du är intresserad!*

## CIRKELSKAPARVERKSTAD

Vill du starta en studiecirkel,  
men vet inte hur man gör?



Välkommen på vår cirkelskaparverkstad!  
Här får du träffa vår personal  
som hjälper dig att planera din cirkel.

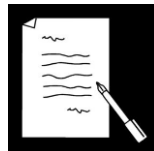
På verkstaden hjälps vi åt att planera  
och ta reda på vad som behövs  
för att du ska kunna hålla i din studiecirkel.

Cirkelskaparverkstad hålls en gång i terminen.  
*Kontakta oss om du är intresserad!*

## ORDA

Är du intresserad av kreativt skrivande? Orda är våra skrivargrupper där ni får prova olika skrivövningar

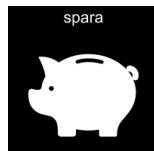
- **Dag:** Tisdagar
- **Tid:** 16.00-17.30
- **Start:** 12 september
- **Ledare:** Sofia Östblom
- **Lokal:** Studieförbundet i Uppsala,  
Ljusbärargatan 2, Tre trappor upp



## SPARA OCH SLÖSA

Kom och var med på vår roliga ekonomikurs!  
Du lär dig om budget, skatt, lån, ränta med mera.

- **Dag:** Torsdagar
- **Tid:** 16.30-18.00
- **Start:** 14 september
- **Ledare:** Ramiro Callisaya och Christopher Lundgren
- **Lokal:** Studieförbundet i Uppsala,  
Ljusbärargatan 2,  
Tre trappor upp



## RELATIONSCIRKEL

Vi pratar om vad relationer är,  
vilka relationer som finns,  
hur det kan vara att ha en relation  
och hur det kan vara att sakna någon relation.



- **Dag:** Tisdagar,
- Varannan vecka, jämna veckor
- **Tid:** 16:00-17:30
- **Start:** 3 oktober
- **Ledare:** Aline Groh och Charlie Moberg
- **Plats:** Stadsbiblioteket Uppsala, Drömfabriken

## HITTA FRITIDSAKTIVITETER

Vilka aktiviteter finns? Hur gör man för att ta sig dit?  
I studiecirkeln tar vi reda på svaren tillsammans.



- **Dag:** onsdagar
- Varannan vecka, jämna veckor
- **Tid:** 16.00-17.30
- **Start:** 20 september
- **Ledare:** Johanna Lindbom och Daniel Johansson
- **Lokal:** Studieförbundet i Uppsala,  
Ljusbärargatan 2, Tre trappor upp

Det är okej att ta med en stödperson,  
men den får inte vara med och bestämma aktiviteter.

## LAGA MAT OCH BAKA

Att laga mat och baka är kul och det finns många enkla och goda recept att lära sig. Vi bestämmer tillsammans vad vi vill laga eller baka. Cirklarna ges i samarbete med FUB.

### BAKNINGSKURS

- **Dag:** Måndagar
- **Tid:** 16.00-18.15
- Var fjärde vecka, 5 gånger
- **Start:** 14 augusti
- **Ledare:** Lotte Sederholm och Cecilia Hornberg
- **Lokal:** Träffpunkt Tinget  
Järnvägspromenaden 19, Uppsala



### MATLAGNINGSKURS

- **Dag:** Måndagar
- **Tid:** 16.00-18.15
- Var fjärde vecka, 5 gånger
- **Start:** 28 augusti
- **Ledare:** Lotte Sederholm och Eleonor Belin
- **Lokal:** Träffpunkt Tinget  
Järnvägspromenaden 19, Uppsala



## FUNKISHISTORIA

Funkishistoria handlar om hur personer med funktionsnedsättningar hade det förr i tiden.

Vi kommer tillsammans att leta på bibliotek och i arkiv, läsa historiska texter, diskutera det vi hittar och se på dokumentärer och andra filmer om ämnet

- **Dag:** Lördag
- **Tid:** 13.00-15.15
- En gång i månaden
- **Start:** 16 september
- **Ledare:** Hjalmar de Jong
- **Lokal:** Uppsala Stadsbibliotek, Ljudrummet



## För dig med intellektuell funktionsnedsättning i Tierp

### SPARA OCH SLÖSA

Kom och var med på vår roliga ekonomikurs!  
Du lär dig om budget, skatt, lån, ränta med mera.

- **Dag:** Tisdagar
- **Tid:** 18.00-19.30
- 4 gånger
- **Start:** 19 september
- **Ledare:** Ramiro Callisaya och Christopher Lundgren
- **Lokal:** Kulturhuset Möbeln, Tierp



## **Nya deltagare välkomnas!**

Våra studiecirkelar riktar sig till dig **från 18 år** som har **intellektuell funktionsnedsättning**.

Om inget annat anges är cirkelarna **gratis**

**Om du vill anmäla dig till studiecirkelarna,  
eller om du har några frågor**

så hjälper vi dig gärna.

Du kan ringa eller skicka epost till:

**Wilma Jonsson**

018- 19 46 19

wilma.jonsson@studieframjandet.se

Många av kurserna finns också på vår hemsida,  
där kan du anmäla dig själv. Gå in på

[www.studieframjandet.se/uppsala](http://www.studieframjandet.se/uppsala)

och sök på den kurs du vill anmäla dig till