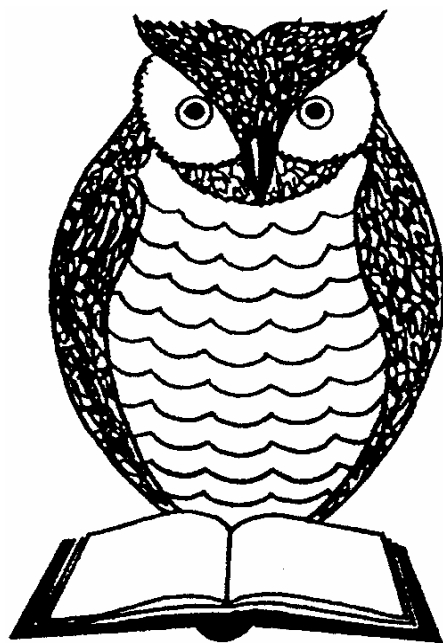


KURSER OCH AKTIVITETER



HÖSTEN 2009 - VÅREN 2010

MIS SUGI US VÄST FSBU



INNEHÅLLS- FÖRTECKNING

Innehåll och Nyheter	sid 2
Information	sid 3
Anmälan/avbokning	sid 3
Kursavgifter	sid 3
SRF-ämnen	sid 4
Aktivitetskurser	sid 5
Funktionärsutbildning	sid 5
Data	sid 5
Språk	sid 6
Musik och sång	sid 7
Allmänkulturella kurser	sid 8
Guidade museibesök	sid 8
Samtal om litteratur	sid 8
Livet förr och nu	sid 8
Gränsländ	sid 8
Hantverkskurser	sid 9
Matlagning	sid 11
Till bords	sid 11
US Väst	sid 12
MIS	sid 13
SUGI	sid 14
FSBU	sid 14

FÖR DIG SOM ÄR UNDER 30

Tillhör du våra yngre medlemmar vill vi speciellt rekommendera följande kurser i höst. Läs mer om respektive kurs inne i programmet:

Oljud eller konst	sid 7
Vävning	sid 9

NYHETER

FN-konventionen	sid 4
Rockhistorien	sid 7
Mobiltelefoni och den nya tekniken	sid 6

Mer information om varje enskild kurs finns i programmet.

INFORMATION

**HÖSTEN 2009
VÅREN 2010**

**KURSSTART HÖSTEN 2009
MÅ 7 SEPT, VECKA 37,
om inget annat anges.**

Skulle du, efter att ha läst igenom programmet, ha frågor eller önskemål om andra ämnen, så ring oss gärna.

I mån av plats får även stödjande medlemmar och seende kamrater delta i vår kursverksamhet.

ANMÄLAN/ AVBOKNING

**SISTA ANMÄLNINGS DAG:
HÖSTEN 2009 - ON 26 AUG
VÅREN 2010 – se
kurskomplement VT 2010**

**GLÖM INTE...
att alla skall ringa och
anmäla/återanmäla sig i
god tid innan kursstart.**

För att starta en kurs måste vi ha tillräckligt antal deltagare. Är du intresserad av någon kurs - ring snarast - då har du störst chans att få plats. Har du redan anmält dig men fått förhinder, **lämna återbud i god tid** så någon annan kan få din plats.

**OBS!
ANMÄLAN TILL EN KURS ÄR
BINDANDE EN VECKA FÖRE
KURSSTART.**

Sker avbokning veckan **före** kursstart uttages en avgift på kr 100,-. Sker avbokning **efter** kursstart uttages hel kursavgift. Vid avbrott på grund av långvarig sjukdom eller flyttning från orten, vilket skall styrkas med intyg, betalar man för de gånger man gått + en avgift på kr 100,-.

KURSAVGIFTER

**Följande kurser är kostnadsfria:
SRF-ämnen**

Priserna i programmet är subventionerade och gäller alla **medlemmar i SRF Göteborg och Unga Synskadade (Gbg)**. **Deltagare, som ej är medlemmar,** betalar full kursavgift + kr 100,- i administrationskostnad.

En studietimme är 45 minuter.
Välkommen med anmälningar
till:

Gun-Britt Lorentzson,
tel 367 98 01

Kursprogrammet finns även på
Daisy och punktskrift och kan
beställas på telefon. Det finns
också på vår hemsida.

Vill du ha hjälp med att beställa
färdtjänst till kurserna - så säg till i
god tid.

Vill du gå i annan
kursverksamhet, utanför SRF,
hjälp vi gärna till med
information om studiematerial på
det media du behöver och övriga
praktiska frågor.

Inför VT 2010 skickar vi ut ett
kurskomplement.

Väl mött till våra kurser!

SRF Göteborg
i samarbete med **ABF**

Gun-Britt Lorentzson
studieorganisatör

Karin Hedén Hessling
Styrelseledamot, i studiefrågor

SRF-ÄMNET

FN-KONVENTIONEN

Elin Forsgren

Vi bjuder in till en kortare utbildning
där vi får möjlighet att diskutera FN-
konventionen kring de mänskliga
rättigheterna och framförallt den nya
konventionen för funktionshindrade.
Vi tar upp FN-systemet, juridiken,
historien och tankarna bakom, samt
hur SRF och vi som enskilda
individer praktiskt kan använda oss
av den.

Vi går också igenom Europa
konventionerna och Europa
domstolen.

Välkomna till en trevlig och lärorik
studiecirkel.

2 tim 5 veckor ingen avgift
måndag 18.30 – 20.15

Start måndagen den 14 september



AKTIVITETS- KURSER

KOMMUNIKATION

PUNKTSKRIFT

Läs- och skriftspråk för dig som inte längre klarar svartskrift. Med hjälp av punktskriften kan du lättare klara det dagliga livets aktiviteter, genom att märka upp t ex kryddor, pärmor, CD-skivor osv.

Nybörjare och fortsättningskurs

2 tim 12 veckor Kr 350,-
måndag 10.00 – 11.45

DAISYSPELAREN

Lär dig att förflytta dig mellan olika kapitel, sidor och början eller slutet av en bok. När du lärt dig manövrera Daisyspelaren, då inser du hur enkelt det är att läsa den nya teknikens böcker.

2 tim 5 veckor Kr 170,-
onsdag 14.30 – 15.45

FUNKTIONÄRS- UTBILDNINGAR

Du som har frågor om funktionärsutbildningar, kontakta Gun-Britt Lorentzson, tel 031 367 98 01

DATA

Våra datorer är utrustade med förstöringsprogram, stor bildskärm, syntetiskt tal och två av datorerna har punktdisplay.

NYBÖRJARKURS I WORD

Det naturliga steget efter tangentbordsträningen. Vi jobbar vidare med utbildning i Word för att lära detta ordbehandlingsprogram ihop med hjälpmedelsprogrammen.

3 tim 5 veckor Kr 350,-

NYBÖRJARKURS I INTERNET

Vi startar med de allra första stegen in i Internetvärlden. Målet är att kunna hantera bl a e-post och förstå lite av hur stort Internet egentligen är.

3 tim 5 veckor Kr 350,-

MOBILTELEFONI OCH DEN NYA TEKNIKEN

Kjell Emanuelsson

I denna studiecirkel lär vi oss att använda alla finesser i våra mobiler. För denna kurs behövs en mobil med talsyntes.

2tim 5 veckor Kr 170,-
onsdag 16.00 – 18.00

Start onsdagen, 23 september



DATAFADDRAR

I SRF finns datafaddrar som kan ge råd och stöd för att underlätta användning av hemdatorer med olika synanpassningar.

Leif Sunesson
tel 031 24 54 49
e-post:
leif.sunesson@bredband.net

Anders Berntsson
tel: 0733 91 09 11
e-post: dr.berntsson@telia.com

SPRÅK

KONVERSATIONS- ENGELSKA

Samhället bygger idag mycket på engelskan som internationellt språk. Det gäller i TV, radio och inte minst inom datavärlden. Vi vill få igång en cirkel i konversationsengelska med syftet att lättare följa med i engelsktalande program, intervjuer osv.

2tim 12 veckor Kr 405,-
onsdag 10.00 – 11.45



MUSIK

MUSIKLYSSNING - KLASSISK MUSIK

Victor Varela

Kursens mål är att uppnå ett aktivare och medvetnare sätt att lyssna på västerländsk klassisk musik och utveckla deltagarnas intresse och kunskaper om konstmusiken. Musiken kommer att placeras i sitt historiska och sociala sammanhang. Höstens kurs kommer att handla om "motströms rörelser", från den italienska barocken till postmodernismen i 2000-talet.

2 tim 10 veckor Kr 340,-
tisdag 14.00 – 15.30

ROCKHISTORIEN

Björn Lundquist

Vi lyssnar på allt från de klassiska epokgörande evergreenlåtarna till de bortglömda obskyra doldisarna, från femtiotalet och framåt. Sedan diskuterar och analyserar vi, eller lyssnar igen och bara njuter.

2 tim 10 veckor Kr 340,-
tisdag 17.30 – 19.15

OLJUD ELLER KONST?

Björn Lundquist

Vi lyssnar på och diskuterar artisterna och banden som försöker skruva till rockmusiken så långt det bara går, harmoniskt, tempomässigt och innehållsmässigt. Udda uttryck utlovas!

2 tim 10 veckor Kr 340,-
tisdag 19.30 – 21.15

SVENSKA VISOR

Låtta Bergstrand

Vi botaniserar i den svenska visskatten bland sånger och schlagers som får oss att minnas våra smultronställen och lyckostunder.

2 tim 12 veckor Kr 405,-
onsdag 14.00 – 15.45

UKULELE

Ann-Britt Löfqvist

Tycker du om att sjunga och spela. Varför inte pröva George Formbys instrument - ukulelen. En kurs med mycket glädje och skratt.

2 tim 14 veckor Kr 480,-
torsdag 14.00 - 15.45

ALLMÄNKULTURELLA KURSER

GUIDADE MUSEIBESÖK

Under HT 2009 och VT 2010 planerar vi att fortsätta med museigruppen och fler besök för er som är intresserade.

Föregående säsong besökte gruppen olika museer i och runt Göteborg där guiden också syntolkade. **Nya deltagare är varmt välkomna.** Det finns ett brett urval att välja ur. Allt från arkeologi, historia och framtid till design, konstverk och sjöfart. Vi anpassar efter dina önskemål. Vi träffas en torsdag i månaden och första gången blir en planeringsträff i slutet av augusti, där vi också fördelar ansvaret i gruppen (vi hjälps åt att boka besöken). Museibesöken pågår ca 2 tim med fikapaus, mellan kl 12.00-14.00. Tiden kan justeras efter önskemål i gruppen.

Kostnad: inträde, ev guide, resa och fika vid varje tillfälle.

Några ledsagare ingår.

Om du vill veta mer, kontakta Anders Josby tfn 031 367 97 57 eller e-post anders.josby.srfgbg@telia.com

SAMTAL OM LITTERATUR

Vi får tips på kända, mindre kända och nya författare.

Varje gång väljer vi en genre, deckare, skönlitteratur eller historia.

2 tim 5 veckor Kr 340,-
onsdag 12.00 – 13.45
(varannan vecka)

LIVET FÖRR OCH NU

Med böckerna Ung på 50-talet och Svenska öden i ångans sekel fortsätter vi samtal om livet förr och nu. Egna berättelser och erfarenheter har stor betydelse i denna studiecirkel.

2 tim 12 veckor Kr 405,-
måndag 12.00 – 13.45

GRÄNSLAND

Åke Hertzberg

Vi läser om 1600-talets Göteborg, den nya handels- och sjöfartsstaden.

2 tim 10 veckor Kr 340,-
tisdag 10.00 – 11.45
tisdag 12.00 – 13.45

Start tisdagen den 15 september

HANTVERKS- KURSER

Utveckla den skaparlusta som finns inom dig och välj en kurs där du får arbeta praktiskt. Vi har tillgång till specialutrustning och hjälpmedel för synskadade i våra kurslokaler.

VÄVNING

Skapa nya textilier till ditt hem i färger och material du själv väljer med hjälp av våra duktiga ledare. Undervisningen utformas efter dina kunskaper och önskemål.

VÄVNING

Ann-Marie Kågebäck

3 tim 14 veckor	Kr 745,-
måndag	09.00 – 11.30
måndag	12.00 – 14.30
onsdag	09.00 – 11.30
onsdag	12.00 – 14.30

VÄVNING

Kerstin Carlson

3 tim 14 veckor	Kr 745,-
torsdag	11.00 – 13.30
torsdag	14.00 – 16.30
torsdag	17.00 – 19.30

VÄVNING

Kerstin Carlson

Denna cirkel riktar sig till dig som är ung. Prova på vävning. Det är roligare än ni tror. Varför inte pigga upp ditt rum med en trasmatta gjord av dina gamla jeans och en kudde på sängen i någon rolig teknik.

3 tim 7 veckor	Kr 375,-
tisdag	17.00 – 19.30



SÖMNAD

Lillemor Jonsson

Sy moderiktiga kläder till dig själv i säsongens nya tyger eller ändra dina "garderobsspöken". Du får all hjälp du behöver med modellval och provning. Eller varför inte förnya hemmet med att sy nya gardiner, kuddar eller stolsöverdrag!

3 tim 14 veckor	Kr 710,-
tisdag	10.00 – 12.30
tisdag	13.30 – 16.00

STICKNING/VIRKNING

Kerstin Petersson
ABF, Angered Centrum

Det perfekta handarbetet hemma.
Skapa modeller efter egna förslag
och känn glädjen att jobba från
idé till färdigt plagg.

3 tim 14 veckor	Kr 710,-
onsdag	12.00 – 14.30
torsdag	13.00 – 15.30



TENNSLÖJD

Catarina Buadu

Vackra fruktfat, vaser,
vattenkannor och kaffeburkar,
ja - listan kan göras lång på
bruksföremål och prydnadssaker
som arbetas fram i det alltid lika
aktuella materialet.

3 tim 14 veckor	Kr 710,-
onsdag	11.00 - 13.30
torsdag	10.00 - 12.30

MÅLNING

Olja - akvarell - teckning

Eva Nilsson

Är du nybörjare eller vill förnya dina
gamla kunskaper?

Alla är lika välkomna att uttrycka sig
genom att måla eller teckna. Vi
arbetar i konstnårsateljén på

Södra Allégatan 1.

3 tim 14 veckor	Kr 710,-
måndag	13.00 – 15.30

MATLAGNING

OBS!

För all matlagning gäller att man måste lämna återbud om man inte kan närvara vid någon träff. Har man inte lämnat återbud måste man ändå betala maten.

MATLAGNING

Sara Holm

Vi lagar och äter en måltid tillsammans.

Lär dig påverka din egen hälsa genom att laga rätt sorts mat och inte fastna i socker- och fettfällorna. Ledaren inspirerar till nya smakupplevelser men med hälsosammare ingredienser.

3 tim 12 veckor Kr 400,-
tisdag 18.00 – 20.30
Start tisdagen, 15 september

3 tim 12 veckor Kr 400,-
måndag 17.00 – 19.30
Start måndagen, 14 september
(Annan ledare)

TILL BORDS

VINETS HISTORIA

Mats Hedström

Vi fortsätter att fördjupa oss i vinets kulturella och historiska betydelse. Nya viner och nya vindistrikt, hela tiden finns nya kunskaper att erövra i detta populära ämne.

3 tim 5 veckor Kr 305,-
måndag 18.30 – 21.00
(varannan vecka)

Start måndagen den 26 oktober
OBS! Åter på Slottskogsgatan 10



UNGA SYN- SKADADE VÄST

Riksorganisationen Unga Synskadade (US) är Sveriges intressepolitiska organisation för synskadade i åldern 12-30 år. Organisationen arbetar intressepolitiskt för att tillvarata intressen för ungdomar med synnedsättningar. US bildades 1975 och medlemmar finns idag över hela Sverige.

US Göteborg är föreningen för US:are som bor i Göteborg med omnejd. Vi gör sociala aktiviteter och bevakar våra frågor ur ett lokalt perspektiv. Våra budskap sprider vi gärna till politiker och allmänhet via massmedia. Mer om vad som händer under 2009 går att läsa på:

www.usvast.se

US Väst är US-distriktet som innefattar hela Västra Götaland och Hallands län. Information om det senaste från distriktets påverkansarbete och sociala aktiviteter, finns på www.usvast.se

Kontakta US Göteborg och Väst på
Tfn: 031-29 87 88
Fax: 031-769 04 44
Medlemsombudsman
Frida Craft nås på
Tfn: 031-29 87 33
eller e-post: medomb@usvast.se
Politisk ombudsman
Josefin Bergstrand nås på
Tfn: 031-29 87 88
Eller e-post: polomb@usvast.se

○ unga ○
synskadade ○ väst
○ ○ ○



MIS

MOTIONS OCH IDROTTSFÖRENING FÖR
SYNSKADADE I GÖTEBORG

HÖSTPROGRAM

**Samtliga aktiviteter beräknas
komma igång V 37, med start
måndag 7 september.**

Måndagar:

Gymnastik,
KI 18.00 – 19.00
Dalheimers hus

Curling,
KI 19.00 - 21.00
Dalheimers hus

Tisdagar:

Elektroniskt,
KI 16.00 - 21.00
Lerum

Onsdagar:

Simning,
Sörredsbadet
KI 09.00 - 11.00

Torsdagar:

Promenader, Skatås,
Ugår från MIS-stuga nr 7
Ledsagare finns
KI 18.00 - 20.00

Söndagar:

Promenader, Skatås,
Utgår från MIS-stuga nr 7
Ledsagare finns
KI 11.00 – 13.30

I MIS-stugan - nr 7 i Skatås - finns
kaffe och dricka att köpa. Medtag
smörgåsar eller kaffebröd.

Anmälan till samtliga aktiviteter görs
till Berit Sandsjö,
tel 367 98 29
0706-29 45 79

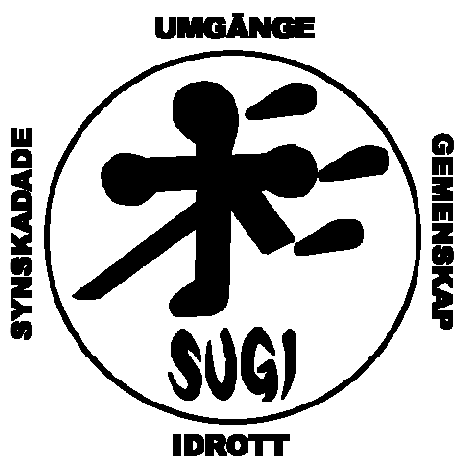
SUGI

SYNSKADADES UMGÄNGE GEMENSKAP
OCH IDROTT

SUGI är en förening som erbjuder en aktiv fritid för sina medlemmar. Vi organiserar endagsaktiviteter, utlandsresor, veckoaktiviteter, kortare resor och trivselkvällar. SUGI vill erbjuda synskadade barn, ungdomar, vuxna och synskadade föräldrar en aktiv fritid med möjlighet till gemenskap, resor, idrott och trivsel. Vi är synskadade som styr föreningen, som organiserar aktiviteterna och som deltar i dem. Vi tar även hjälp av duktiga ledsagare på de aktiviteter där dessa behövs.

Gå gärna in på vår nya fina hemsida och läs om oss vad vi gör!

www.sugi.se



FSBU

FÖRÄLDRAFÖRENINGEN FÖR
SYNSKADADE BARN OCH UNGDOMAR

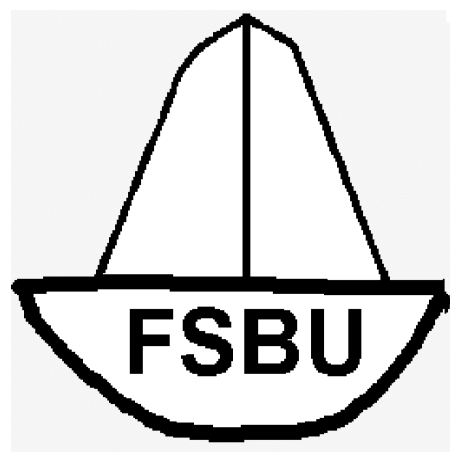
Friddrotts SM

Nu laddar våra ungdomar för höstens friddrotts SM.

Cannon Cup

FSBU bjuder, för andra året i rad, in till Cannon Cup, en internationell barn och ungdomsturnering i goalball den 27-29 november 2009.

Vill du ha mer information om vad som händer i FSBU, gå in på vår hemsida: www.fsbu.org eller e-posta till: ledare@fsbu.org



AKTIVITETSTELEFONEN

12 93 83

Glöm inte att ringa och
anmäla dig inför kursstart,
även om du sagt ja till
återanmälan!

Detta underlättar
studieorganisatörernas
arbete!

Synskadades Riksförbund Göteborg, Slottsskogsgatan 10, 414 53 Göteborg

Tfn: 031-367 97 50

E-post: kansli.srfgbg@telia.com

Hemsida: www.srfgoteborg.se