

NÝ OG NÝLEG NÁMSKEIÐ HJÁ FJÖLMENNT HAUST 2019





Boðið í brunch-stutt námskeið

Það er gaman að bjóða í brunch og veitingarnar geta verið fjölbreyttar. Aðalatriðið er góður félagsskapur og að njóta.

Á námskeiðinu velja þátttakendur í samstarfi við kennara rétti til að bjóða upp á.

[Les meira](#)



Bollakökur, gómsæt litagleði - stutt námskeið

Á þessu námskeiði læra þátttakendur að baka nokkrar gerðir af bollakökum. Þær geta verið alls konar. Bollakökur geta verið sætar og fallega skreyttar en þá má líka gera í hollari kantinum. Fer allt eftir áhuga hvers og eins.

[Les meira](#)



Sushi - stutt námskeið

Langar þig að læra að gera sushi? Á þessu námskeiði verða tekin fyrstu skrefin í átt að verða sushi meistari. Gerðar verða nokkrar tegundir af sushi, borðað saman og haft gaman.

[Les meira](#)



Vegan matreiðslunámskeið - stutt námskeið

Vegan lífsstíll er að verða vinsælli með hverju árinu og ýmislegt gómsætt hægt að elda sem er vegan. Á þessu námskeiði verður farið yfir hvað er vegan og hvernig er hægt að elda vegan mat.

[Les meira](#)

[Fleiri námskeið í Heimilisfræði](#)



Gítar

Námskeið í gítarleik.

Á námskeiðinu er unnið með eftirtalda þætti:

- Kennt er eftir nótum, bókstöfum, táknum, litum og/eða heyrn eftir því sem hentar hverjum og einum.
- Hugtök og grunnþætti tónlistar.

[Lesið meira](#)



Snjallbandið

Snjallbandið er hljómsveit fyrir fólk sem hefur áhuga á að skapa sína eigin tónlist í iPad eða með öðrum rafmögnum hljóðgjöfum. Á námskeiðinu er unnið með tónsköpun, hlustun og tæknivinnu.

[Lesið meira](#)



Tónlist frá framandi heimum

Markmið námskeiðsins snýst fyrst og fremst um upplifun og reynslu, virkni og tjáningu. Áhersla er lögð á að njóta tónlistarinnar, og hafa tækifæri til að velja og hafa áhrif á framvindu námskeiðsins.

[Lesið meira](#)



Tónlist og trix

Á námskeiðinu er unnið með tónlist á fjölbreyttan hátt og þátttakendur fá tækifæri til að finna sinn innri tónlistarmann. Unnið verður með söng, hljóðfæraleik, fræðslu og hlustun með stöðvavinnu.

[Lesið meira](#)

[Fleiri námskeið í Tónlist
og leiklist](#)



Að nota augnstýringu í tjáningu og leikjum

Tilgangur námskeiðsins er að gefa fólki með litla hreyfifærni og takmarkaða tjáningu tækifæri til að prófa að nota augnstýribúnað til tjáningar og leikja með einföldum tjátöflum og leikjum í tölvu.

[Lesið meira](#)



Stærðfræði í daglegu lífi

Námskeið í hagnýtri stærðfræði. Unnið verður með fjölbreytt myndræn stærðfræðiverkefni, ásamt verkefnum í spjaldtölvu sem öll reyna á notkun stærðfræði í daglegu lífi.

[Lesið meira](#)



Vítt og breitt— mál málanna

Þetta er námskeið fyrir þá sem hafa áhuga á samfélagsmálum og réttindum fatlaðs fólks.

Á námskeiðinu er fjallað um það sem er efst á baugi í samfélaginu hverju sinni eins og fram kemur á fréttu- samfélags- og ljósvakamiðlum með áherslu af fréttum um fatlað fólk. Sérstaklega verður skoðað nýlegt efni þar sem fólk með þroskahömlun tjáir sig um réttindi, líf og störf.

[Lesið meira](#)

[Fleiri námskeið í Mál og samfélag](#)



"Hygge" Huggulegt í húsi og huga

Að tileinka sér hinn vinsæla danska lífsstíl hvað varðar "hygge". Þetta er hugsun sem hefur rutt sér til rúms víða í heiminum á síðustu árum. Þessi gullna stund getur verið heima við, á vinnustað eða í skóla, eða úti í náttúrunni til dæmis í lautarferð.

[Lesað meira](#)



Sjálfsstyrking og valdefling

Þetta er námskeið fyrir þá sem vilja auka vellíðan og að efla vald á eigin lífi.

Í hverjum tíma verður fræðsla og verkefni tengd henni. Markmiðið er að veita innsýn í ýmsar leiðir og æfingar til að auka vellíðan og efla vald á eigin lífi.

[Lesað meira](#)

[Fleiri námskeið í
Sjálfsstyrking / Valdefling](#)



Grafík - að þrykkja myndir

Á þessu námskeiði er unnið með undirstöðuaðferðir grafíkur. Nýttir verða hlutir úr umhverfinu til að búa til mynd sem er síðan prentuð á pappír, unnið verður með mismunandi áferð og mynstur og hvernig hægt er að yfirfæra það í þrykk.

[Lesu meira](#)



Að styrkja sjálfsmyndina í gegnum sköpun

Námskeið þar sem myndræn vinna verður tjáningarleið þar sem þátttakendum gefst tækifæri til þess að tjá sig á sinn einstaka hátt í gegnum liti, leir og annan myndlistarefnivið.

[Lesu meira](#)



Vatnslitamálun - haustlitirnir

Á þessu námskeiði fylgjumst við með því hvernig litirnir breytast í náttúrunni og málum vatnslitamyndir í haustlitunum.

[Lesu meira](#)

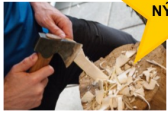


Draumafangari og vegghengi

Draumafangarar eru fallegir til skrauts og geta verið í öllum regnbogans litum. Sagan segir að þeir fangi góða drauma. Einnig er búið til einfalt vegghengi úr borðum, böndum og perlum.

[Lesu meira](#)

[Fleiri námskeið í Myndlist og handverk](#)



Tálgunarnámskeið

Námskeiðið byggir á grunntækni við tálgun og því er ekki gerð krafa um kunnáttu né færni í tálgun. Boðið er uppá fjölbreytt og ólík verkefni annað hvort í gerð nytjahluta eða skrautmuna.

[Lesu meira](#)



Silfursmíði

Námskeiðið er fyrir byrjendur og þá sem vilja læra að nota logann til að breyta formi silfurs með ýmsum hætti. Námskeiðið byggir á hönnun og smíði á skartgripum sem þátttakendur hanna og smíða eftir sínu höfði.

[Lesu meira](#)

[Fleiri námskeið í Myndlist
og handverk](#)



Tölvu og upplýsingatækni



Pitt eigið podcast/hlaðvarp

Podcast eða hljóðvarp eru stuttar hljóðupptökur á netinu eða útvarpsþættir um hin ýmsu mál, svo sem íþróttir, baráttumál, menningu og spjallþættir.

Á þessu námskeiði fá þátttakendur að gera sína eigin þætti og birta þá.

[Lesu meira](#)



Að halda dagbók í tölvu eða snjalltæki

Dagbókarskrif er góð leið til að skrá hugsanir sínar og atburði lífandi stundar. Þær hvetja til innihaldsríkrar samræðu, varðveita minningar og veita mikla gleði þegar frá líður.

[Lesu meira](#)

[Fleiri námskeið í Tölvu og
upplýsingatækni](#)



Kvöldnámskeið



Podcast

Á námskeiðinu verða kynntir möguleikar Podcast forritisins svo sem að leita að efni og merkja upphaldspætti til þess að hlusta á.

[Les meira](#)



Snjall á netinu

Á þessu námskeiði verður farið yfir hvað hægt er að gera skemmtilegt á netinu t.d. að versla föt, tölvuleiki, öpp eða annað, að eiga samskipti á netinu, að setja myndir á netið o.m.fl.

[Les meira](#)



Spotify

Spotify er tónlistarveita sem býður upp á einfalda leið til að hlusta á tónlist í tölvu og snjalltækjum. Á námskeiðinu verða kynntir möguleikar forritisins, t.d. að leita að tónlist, vista einstök lög og búa til lagalista. Hægt er að leita að tónlist eftir flytjendum, plötum, tónlistarstefnum og stemningu.

[Les meira](#)



Storytel - hljóðbækur

Á námskeiðinu verður prufuaðgangur að forritinu sóttur og möguleikar þess kynntir. Í lokin verður metið í samstarfi við tengla þátttakenda hvort áhugi er fyrir að nota forritið heima og kaupa áskrift.

[Les meira](#)



Örugg fíflalæti í snjalltækinu þínu

Langar þig að læra á skemmtileg smáforrit og samfélagsmiðla í snjalltækinu þínu? Samhliða því að læra hvernig skemmtilegt er að nota smáforrit er áhersla á að upplýsa þátttakendur um ábyrgð sína á samfélagsmiðlum.

[Les meira](#)



FJÖLMENNT

SÍMENNTUNAR- OG ÞEKINGARMÍÐSTÖÐ
