

ET TILBUD TIL DIG MED UDVIKLINGSHANDICAP FORÅR 2023



BISPENSGADE 7, 3. SAL - 9000 AALBORG - TLF: 98 13 80 66

VELKOMMEN TIL FORÅRSSÆSON 2023



Anita Weje

Skoleleder

Tlf: 25 54 85 98

anita@sindskole.dk



Marianne Værge-Rasmussen

Kursusansvarlig

Tlf: 40 50 80 32

mariannev@sindskole.dk

LOFTET

Bispensgade 7, 3.sal - 9000 Aalborg

Tlf: 98 13 80 66

kontor@sindskole.dk

www.sindloftet.dk





2023

2023 BYDER PÅ NYE OPLEVELSER

Det er med stolthed Vi igen byder velkommen til en ny sæson med aftenskolen LOFTET. Vi har samlet holdene om mandagene, og håber derved at I vil møde en masse nye venner.

LOFTET er et forholdsvis nyt tiltag, hvor vi håber at kunne byde en masse mennesker med udviklingshandicap velkomne! Vi tager rigtig gerne imod ønsker og gode input, da vi er under konstant udvikling og ønsker at opnå gode resultater i form af glade og tilfredse kursister, som trives godt og vokser som mennesker.

Kreative værksteder - Samvær & sammenhold er i fokus og forventningens glæde er stor.

BESØG VORES HJEMMESIDE PÅ WWW.SINDLOFTET.DK

LAD DIG INSPIRERE

MADLAVNING

Underviser: Benita Nørgård Michelsen

Her kan du lære alt om madlavning! På dette hold skal vi sammen lave vores egen aftensmad. Det bliver nemme, men lækre opskrifter og Benita hjælper, hvis det er lidt svært. Vi vil arbejde med at bekæmpe madspild og øve os i at bruge diverse ingredienser. Vi slutter hver gang af med at spise vores egen mad. Materialepris kr. 15,- pr. gang er inkl. i prisen.

Mandage kl. 16.00-18.45

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L100

17 mødegange á 3 lektioner

Pris: kr. 1275,- +255,- til materiale.



IPAD & TABLET

Underviser: Matthias Aurelian

Her kan du lære alt om iPad og tablet! Har du en iPad eller tablet og har du brug for hjælp til at bruge den? Vi arbejder med de forskellige standardprogrammer og du kan få hjælp til at finde spil, tage billeder og bruge dem til noget sjovt. Matthias hjælper dig med lige netop det, du gerne vil bruge din iPad/ tablet til.

Mandage kl. 16.00-17.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L101

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,-

MUSIK

Underviser: Jesper Hansen

Her kan du lære en masse om musik! På dette kursus vil vi skabe en nogle fælles oplevelser gennem musik. Vi vil skabe sjove og skæve versioner af kendte og klassiske sange, som du garanteret kender i forvejen! Du kan blive dygtigere til sang, men også lære at spille på forskellige instrumenter. Fællesskabet danner rammerne for den musikalske oplevelse og på dette hold er der plads til alle!

Mandage kl. 16.00-17.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L102

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,-

TØSETID

Underviser: Charlotte Viksnins

Her skal vi lære alt om at lægge makeup, putte neglelak på og sætte hår! Vi skal ud og kigge på hvilket tøj, der gør en glad og måske lidt lækker. Vi skal snakke om tøjseting, vende stort og småt og gøre alle de ting, som pige-grupper gør. I er velkomne til at komme med masser af ideer.

Mandage kl. 16.00-17.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L103

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,- +100,- til materialer.

KREA-HOLD

Underviser: Mette Thryssøe

Her kan du lave alt i håndarbejde! Du kan lære at sy på maskine, strikke et tørklæde eller hækle en klud. Vil du hellere male et billede, er der også mulighed for det. Du kan lave perler, knytte armbånd og ellers gå på opdagelse i det kreative værksteds mange forskellige muligheder.

Mandage kl. 16.00-17.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L104

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,- +100,- til materialer.



KERAMIK

Underviser: Charlotte Viksnins

Her kan du lære alt om keramik! Der er muligheder både for dig som er begynder og dig som gerne vil udforske nye teknikker. Charlotte hjælper gerne med alt fra støbning i forme til drejning på drejebænk. Alle kan lave ler, så det er kun fantasien, der sætter grænser. Materialer: kr. 35,- pr. kilo ler. OBS: Der er kun en trappe op til lokalet.

Mandage kl. 16.00-18.20

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L105

17 mødegange á 2,5 lektioner

Pris: kr. 1060,- + materialer.



YOGA

Underviser: Tine Højstrup

Her kan du lære alt om yoga og afspænding! Yoga er godt for dig og din sundhed – det styrker både krop og sjæl. Vi arbejder med smidighed i kroppen, laver rolige udstrækninger og arbejder med vejrtrækning så vel som muskler. Tine vil slutte hver undervisning med beroligende lydbad, mens du slapper godt af og mediterer.

Tirsdage kl. 16.00-17.50

Periode: 31/1-20/6

Holdnr.: L106

19 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 950,-

DANS OG DRAMA

Underviser: Tine Højstrup

Lær alt om dans og drama. På dette hold skal vi bevæge os og have det sjovt! Vi skal lære forskellige danse, spille forskellige roller og lege forskellige lege – alt imens vi bruger kroppen på en dejlig og sjov måde. Har du en dansestjerne eller skuespiller gemt i dig? Så er dette holdet for dig.

Mandage kl. 19.00-20.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L107

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,-

TRÆVÆRKSTED

Underviser: Brian Nielsen

Her kan du lære alt og at fikse ting og arbejde med træ! Har du noget, som er i stykker? Vi limer, lodder, skruer, samler, skifter og lapper så dine ting kan få et nyt liv. Du kan også lære at lave ting i træ – her kan drejes, saves og slibes til den store guldmedalje.

Mandage kl. 19.00-20.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L108

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,- +100,- til materialer.

ALT I KREA!

Underviser: Charlotte Viksnins

Her kan du lære alt muligt kreativt! Der vil være rig mulighed for at male, klippe-klistre og lege med farver på sten, glas, porcelæn og meget mere. Der er også mulighed for at lave perler og smykker, male billeder eller lære at strikke. Her slipper vi kreativiteten fri og giver den gas.

Mandage kl. 19.00-20.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L109

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,- +100,- til materialer.

SANG / KOR

Underviser: Jesper Hansen

Her kan du lære en masse om sang og kor! Vi vil synge kendte og klassiske sange, som du garanteret kender i forvejen! Du kan blive dygtigere til sang og kor og finde ud af, hvilke snage der gør dig særligt glad. Fællesskabet danner rammerne for den musikalske oplevelse og på dette hold er der plads til alle!

Mandage kl. 19.00-20.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L110

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,-

ALT I STRIK OG HÆKLING

Underviser: Mette Thrysøe

Her kan du lære alt om håndarbejde! Strikning, hækling og broderi er meget oppe i tiden og her kan alle være med. Dette er både for dig, som aldrig har hæklet, broderet eller strikket før, og for dig, som allerede har erfaring. Mette hjælper dig godt i gang med dine projekter og følelsen af at skabe noget med hænderne er en rar oplevelse.

Mandage kl. 19.00-20.50

Periode: 30/1-19/6

Holdnr.: L111

17 mødegange á 2 lektioner

Pris: kr. 850,-



A F T E N S K O L E N

LOFTET

HVEM ER VI

På 3. sal i Bispensgade 7 i Aalborg C. har Sind Skolerne Nordjylland fået en række lyse og lækre lokaler, som vi kalder LOFTET. Her er plads til udfoldelse i alt lige fra bevægelse, træsløjd og fordybelse i farver og form. Vi ser meget frem til at slå dørene op og byde jer indenfor.

LOFTET er en skole for mennesker med udviklingshandicap.

Vi ser et kæmpe potentiale i lokalerne og vil gerne favne endnu flere målgrupper – så sidder du i en patientforening eller lignende, som har et behov og ønske om målrettet undervisning til særlige grupper, er du meget velkommen til at kontakte os med idéer til brug af lokalerne!

LOFTET vil bruge brugt til workshops, debatarrangementer og kulturtilbud, så kontakt os endelig, hvis du er nysgerrig herpå!

