

skólar og námskeið

FIMMTUDAGUR 25. ÁGÚST 2011



FRÉTTABLAÐIÐ

NORDICPHOTOS/GETTY

ZONE - nesti fyrir námsmenn! *Perfect*

Hollar, bragðgóðar og ódýrar máltíðarstangir



Fruited



Dark



Classic

 **Abbott**
Nutrition

F Fjarnámskeið í ljósmyndun

Lærðu öll undirstöðuatriðin í ljósmyndun

Myndavélin - myndatökur
tölvuvinnsla - Photoshop
RAW vinnsla - stúdíómyndataka
myndasala - góð ráð
vandamál & lausnir - ofl.

- Þú ræður hraðanum. Einfalt og þægilegt.
- Þú hefur aðgang að námsferlinu í 365 daga.
- Nýju námsferni bætt inn í hverjum mánuði.

Árgjaldlið er núna á tilboði aðeins **9.900 kr.** til 3. sept. (fullt verð er 14.900 kr.)

Skráning á www.fjarnamskeid.is



Betri hegðun barna, minni depurð og meiri félagsfærni

Börn með hegðunarvanda, sem í þrjú ár fengu uppeldi samkvæmt aðferðum PMT-Foreldrafærni, sýndu betri framkomu, voru síður döpur og sýndu meiri félagsfærni en önnur börn sem áttu í sömu erfiðleikum og fengu þá þjónustu sem sveitarfélögin almennt veita.

„Þetta er úrræði til að meðhöndla hegðunarvandamál barna,“ byrjar Margrét Sigmarsdóttir sálfræðingur, spurð hvað PMT-Foreldrafærni sé. Hún opinberaði nýlega fyrstu niðurstöður úr stórra rannsókn á árangri þessa úrræðis hér á landi og sýna þær að hann er verulegur. Börn sem höfðu fengið meðhöndlun samkvæmt aðferðum sem þar er beitt sýndu betri hegðun, voru síður döpur og höfðu aukið félagsfærni sína verulega á rannsóknartímanum sem var þrjú ár. Þau höfðu þar yfirburði miðað við samanburðarhóp sem hafði notið þjónustu fagfólks sveitarfélaganna og hafði einnig tekið framförum.

PMT stendur fyrir Parents Management Training og er bandarískt meðferðarform sem breiðst hefur út um heiminn. Hafnarfjörður innleiddi verkefnið hér á landi árið 2000. Fleiri sveitarfélög hafa tileinkað sér það og er Akureyri þar framarlega. Margrét er verkefnisstjóri þess hér á landi og vinnur að doktorsritgerð um árangurinn. „Okkur fannst við ekki geta setið með hendur í skauti og beðið eftir að ráðamenn tækju ákvörðun um markviss viðbrögð við þessum hópi. Þess vegna fórum við af stað,“ segir hún.

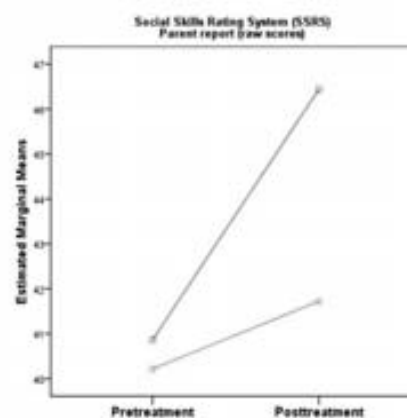
„Rannsóknin tók til 102 fjölskyldna sem höfðu leitað eftir hjálp vegna hegðunarvanda barna. Hún fór af stað 2007. Þá var gerð mæling á vissum hlutum, eins og félagsfærni, hegðun og þunglyndiseinkennum barnanna og færni foreldra. Í framhaldinu var rannsóknarhópnun skipt í tvennt og óháður aðili dró út hvaða fjölskyldur fengju PMT-meðferð og hverjar fengju þá þjónustu sem sveitarfélögin



„Í stuttu máli sagt komu börnin sem fóru í gegnum meðferð PMT-Foreldrafærni marktækt betur út en samanburðarhópurnir,“ segir Margrét.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

MAT FORELDRA; FÉLAGSFÆRNI



Línur sem sýna framfarir í félagsfærni hjá samanburðarhópunum tveimur.

bjóða, sem er dálítið mismunandi. Alger tilviljun réði í hvorum hópnunum hver fjölskylda lenti. Í hópnunum sem fékk PMT-meðferðina voru 28 stúlkur og 74 drengir, 20 voru í leikskóla og 80 í grunnskóla. Öll sýndu hegðunarfrávik. Í stuttu máli sagt komu börnin sem fóru í gegnum PMT-Foreldrafærni-meðferðina marktækt betur út en samanburðarhópurnir. Einkum jókst félagsfærni þeirra mikið, bæði að mati foreldra og kennara.“

Margrét segir hegðunarvanda vera algengustu ástæðu þess að

börnum er vísað til sérfræðinga. „Auðvitað óhlýðnast öll börn einhvern tíma en þegar þau fara yfir öll mörk og ástandið verður viðvarandi getur það þróast út í að verða eitt stærsta vandamál samfélagsins,“ segir hún og hefur áhyggjur af mikilli lyfjanotkun íslenskra barna. Hún er líka gagnrýnin á of mikla áherslu á greiningar á vanda barna og segir mikilvægt að fjármagni sé varið í úrræði til að meðhöndla vandann.

gun@frettabladid.is

NÁMSKEIÐ FYRIR VERÐANDI BYGGINGASTJÓRA - 3. SEPTEMBER

Ábyrgð byggingastjóra

Þetta námskeið er nauðsynlegt fyrir alla þá sem ætla sér að starfa sem byggingarstjórar og stýra byggingaframkvæmdum í samræmi við samþykktir, lög og reglur.

Fjallað er um byggingarleyfi og önnur samskipti sem byggingarstjóri þarf að eiga við byggingayfirvöld. Farið yfir hlutverk byggingastjóra við verkframkvæmdir og meðhöndlun uppdráttar, lög, reglugerðir, tryggingar og tryggingaslit. Kynnt gildi og framkvæmd úttekta, s.s. áfanga-, foheldis, stöðu- og lokaúttektir.

Á námskeiðinu er kynnt og afhent Byggingarstjóramappa, en hún er visir að gæðakerfi fyrir byggingarstjóra. Í nýjum mannvirkjalögum er gert ráð fyrir því að byggingarstjórar hafi gæðakerfi vegna starfa sinna. Námskeiðið er haldið í samvinnu við Mannvirkjastofnun og byggingarfulltrúa Reykjavíkur.

Kennarar verða Magnús Sædal byggingarfulltrúi og Gunnar Pétursson lögfræðingur.

Kennt verður í húsnæði IÐUNNAR fræðsluseturs að Skúlatúni 2 í Reykjavík, laugardaginn 3. september frá kl. 9.00 – 16.30.

Skráning á www.idan.is og í síma 590 6400



IÐAN
fræðslusetur

Skúlatún 2 - 105 Reykjavík
Sími 590 6400 - www.idan.is

Guðmundur Tyrfingsson ehf

Skólaferðir - Óvissuferðir - Starfsmannaferðir



Söguferðir

Rattleikir

Línudans

Gönguferðir

Skólaferðir

Leikir og fjör

Hellaskoðun

Hvað langar ykkur að gera?
Hafðu samband og við sérsníðum ferð fyrir þinn hóp.

Guðmundur Tyrfingsson ehf
gt@gtbus.is www.gtbus.is
S. 482-1210

Skólahúsnæði vígt í Hvalfjarðarsveit

Nýtt skólahúsnæði grunnskólasviðs sameinaðs grunn- og leikskóla Hvalfjarðarsveitar var vígt á þriðjudag. „Þetta var bæði vígsla og skólasetning nýs sameinaðs leik- og grunnskóla í Hvalfjarðarsveit. Hann er svo nýr að hann er ekki einu sinni búinn að fá nafn,“ segir Ingibjörg Hannesdóttir, skólastjóri hins nýja skóla, sem tók við störfum í byrjun júní. „Við athöfnina færðu svo börn úr gömlu skólunum sem sameinuðust skólanum táknaða gjöf. Annars vegar frá Heiðarskóla og hins vegar Skýjaborg. Þeirra innslag var frábært.“

Hvaða áhrif mun sameiningin hafa? „Hjá sveitarfélaginu er hún ekki hugsuð sem niðurskurður eða sparnaður heldur sem faglegur



Nýja skólahúsnæðið hýsir grunnskólasvið sameinaðs grunn- og leikskóla Hvalfjarðarsveitar.

MYND/ARNÞÓR BIRKISSON

ávinningur vegna fámennis,“ útskýrir Ingibjörg og bætir við að nýtt skipurit hafi verið unnið sem snýst um að færa stjórnunarfjármagnið í starfshópin. „Í raun fer það stjórnunarfjármagn sem sparast aftur inn í skólastarfið.“

Ingibjörg segir að lögd sé áhersla á samfellu milli skólastiga. „Við viljum nýta þessa aðstöðu bæði sem leik- og grunnskóla,“ segir Ingibjörg og tekur fram að sér finnst yfirvöld á svæðinu setja börnin í forgang.

-mmf



MÍMIR
símenntun

FULLT AF SKEMMTILEGUM NÁMSKEIÐUM Á

HAUSTÖNN
2011

TUNGUMÁL

ÍSLENSKA FYRIR ÚTLENDINGA

MENNING

GAGN OG GAMAN

MYNDLIST

**HANDVERK
OG HÖNNUN**

**BARNA- OG
UNGLINGANÁMSKEIÐ**

Skráning stendur yfir í síma 580 1808 og á mimir.is

Mímir-símenntun • Ofanleiti 2 • 103 Reykjavík



Tæknifræði (BSc)

Hagnýtt háskólanám í tæknifræði

www.keilir.net/kit



Flugakademía

Einkaflugmannsnám og atvinnuflugmannsnám

www.keilir.net/flug

Hefst 5. september

Hagstætt verð á leiguíbúðum á Ásbrú og fríar rútuferðir milli Ásbrúar og Reykjavíkur

Nánari upplýsingar á: www.keilir.net

Keilir
Miðstöð vísinda,
fræða og atvinnulífs



Óreiðukennt umhverfi getur hindrað að árangur heimalærðóms verði sem skyldi.



Sniðugt er að hafa ílát undir skriffæri glær. Bæði virðist umhverfið þá stærra og auðvelt er að sjá hvað leynist í ílátunum.

Röð og regla í vetur

Það getur gert gæfumuninn fyrir námsárangurinn að hafa námsgögn tiltæk á sínum stað, í snyrtilegu umhverfi heima fyrir og svo á réttum stað í skólatöskunni. Gott er að skipuleggja sig vel í byrjun hausts og koma sér upp ákveðnum vanaverkum.

SKÓLATASKAN:

- Til að námsbækurnar skemmist ekki og þær séu örugglega í skólatöskunni þegar á þarf að halda, sem og önnur námsgögn, er mjög mikilvægt að taka daglega til í töskunni. Gott er að gera ráð fyrir ákveðinni stund á hverjum degi til að fara yfir töskuna, henda nestisumbúðum og þvo ef þarf. Um leið er hægt að raða í hana öllu sem þarf að vera til staðar fyrir kennslustundir næsta dags.
- Á sama hátt er gott að taka íþróttadót og slíkt til að kvöldi.
- Öðru hverju er gott að tæma alveg töskurnar og hrista úr þeim úti á svölum og þvo ef það má og þarf.
- Gott er að nota tösku sem hefur nokkur hólf fyrir minni hluti og er ekki eins og allar hinar töskurnar. Sumir eru með svartar töskur sem týnast auðveldlega og því er gott að skreyta töskuna einfaldlega með skærslitum límmiða eða binda litsterkan borða á haldið.



Þeir sem vilja ekki fjárfesta í sérstöku skriffærahlutum geta notast við krukku, blómapotta og bakka sem til eru á heimilinu.

glær til að sjá nákvæmlega útlit pennanna og blýantanna og hvort strokleður leynist á botninum.

■ Á borðplötunni sjálfri er þó ekki gott að geyma of mikið af dóti, heldur einungis verkfærin, og hafa þau þá í góðum ílátum sem taka lítið pláss. Almennt er gott að lærdómsumhverfið sé snyrtilegt.

■ Í skúffum, svo sem undir borðplötunni, er betra að geyma pappíra, blöð, plastumslög undir verkefni og annað sem gott er að grípa til.

■ Ekki þarf að kaupa dýr ílát, sultukrúkkur eru til dæmis fyrirtaksílat. Síðast en ekki síst skiptir miklu máli að stóllinn sé góður og á borðinu sé vinnulampi.



SKRIFBORÐIÐ HEIMA:

- Þar sem heimanáminu er sinnt, hvort sem er á sérstöku skrifborði eða við borðstofuborð, skulu öll gögn alltaf vera tiltæk.
- Ef lært er við borðstofuborð er gott að koma sér upp sérstakri skúffu eða hillu þar sem dóti er geymt í röð og reglu á meðan borðið er notað til annarra hluta. Penna, liti og önnur skriffæri er gott að geyma í krukku eða öðrum ílátum. Oft er gott að hafa þau



ÖNNUR GÓÐ RÁÐ FYRIR ÁRANGURSRÍKAN NÁMSVETUR:

■ Finndu út hvaða aðstæður henta þér best fyrir heimalærðóminn. Sumir læra betur við undirleik tónlistar en aðrir þurfa frið og ró.

■ Lestu stundum upphátt og reyndu að sjá mikilvæg atriði í námsbókunum fyrir þér á myndrænan hátt. Notaðu liti og merkingar sem henta þér til að muna hlutina betur.

■ Fáðu nægan svefn og borðu reglulega.

Söngskólinn í Reykjavík 

INNTRITUN INNTÖKUPRÓF

í allar deildir stendur yfir •
fara fram 23-26. ágúst •

- Unglingadeild yngri 11-13 ára
- Unglingadeild eldri 14-15 ára
- Almenn tónlistardeild Grunn-/Mið-/Framhaldsnám
- Háskóladeild Einsöngs-/Söngkennaranám

• www.songskolinn.is

Allar nánari upplýsingar eru veittar á skrifstofu skólans að Snorrabraut 54, sími 552-7366 kl. 10-16 alla virka daga

HLEÐSLA | 100%
ÍPRÓTTADRYKKUR | HÁGÆÐA
MYSUPRÓTEIN



PRÓTEINDRYKKURINN SEM ÍSLENDINGAR FÁ ALDREI NÓG AF NÚ EINNIG MEÐ KÓKOS OG SÚKKULAÐI



HLEÐSLA ER KJÖRIN FYRIR ALLA ÞÁ SEM TREYSTA Á
HOLLA OG UPPBYGGILEGA NÆRINGU EFTIR GÓÐA ÆFINGU,
LANGT HLAUP EÐA MILLI MÁLA. ÞAÐ ER ENGIN TILVILJUN AÐ
HLEÐSLA ER EINN VINSÆLASTI PRÓTEINDRYKKUR Á ÍSLANDI.
HENTAR VEL FÓLKI MEÐ MJÓLKURSÝKURSÓPOL.

MJÓLKURSAMSALAN

WWW.MS.IS



Linda D. Ólafsdóttir á vinnustofu sinni þar sem hún skapar litrík ævintýr barna í hefðbundnum teiknistíl og þar sem handbragð listamannsins nýtur sín hvað best. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Útilokað að plata krakka

Í dag opnar sýningin Leikandi lestrarhestar í Ráðhúsinu. Þar má sjá myndskreytingar Lindu D. Ólafsdóttur úr Lestrarlandinu, nýútkominni lestrarbók Námsgagnastofnunar sem kennd verður fyrstu bekkjum grunnskóla landsins í vetur.

„Það er mikill heiður að fá að skapa myndir í lestrar kennslubók komandi kynslóða. Áhugi minn á myndskreytingum kviknaði þegar ég sjálf lærði að lesa og lá yfir myndunum í Við lesum, á milli þess sem ég klóraði mig fram úr orðunum,“ segir Linda sem var farin að teikna um leið og hún hafði vald á blaði og blýanti og stefndi barnung að því að starfa við myndskreytingar.

„Í hverjum bekk er ávallt einn teiknari og ég var hann. Kennarinn lét okkur myndskreyta skóla-ljóðin og ég hafði strax mikinn metnað í því. Þá fékk ég mikla hvatningu frá foreldrum mínum og endalausir staflar blaða og lita til taks heima. Það skiptir miklu fyrir þá sem langar að verða betri í teikningu; að æfa sig oft og teikna það sem er í kringum þá hverju sinni,“ segir Linda sem man eftir sér átta ára á myndlistarnámskeiði barna í MHÍ.



Myndirnar vann Linda með akríl-, tré- og olíulitum. Á sýningunni í Ráðhúsinu má sjá áhugavert sköpunarferli myndanna og hvernig Linda vann þær stig frá stigi.

„Í dag sé ég hvað mamma lagði mikið á sig til að ég kæmist í það sem mér þótti skemmtilegast, en hún taldi aldrei eftir sér að dröslast með mig og litlu tvíburasystkini mín í strætó eldsnemma á morgnana til að koma mér á námskeiði,“ segir Linda þakklát.

Linda útskrifaðist með BFA-gráðu frá Listaháskóla Íslands 2001 og MFA-gráðu í myndskreytingum frá Academy of Art University í San Francisco 2009.

„Ég nýt þess að myndskreyta barnabækur því ég hef svo gaman af falletum sögum og að sjá þær myndrænt fyrir mér. Myndskreytingar barnabóka eru ekki síður fyrir fullorðna, því foreldrar eru líka gagnrýnendur þegar þeir lesa með börnum sínum. Á sama tíma

þurfa myndskreytingar fyrir börn að vera raunsæjar og útilokað að plata þau. Þau rýna í minnstu smáatriði og taka eftir því ef sögupersóna skiptir um sokk,“ segir Linda sem teiknaði 38 myndir í Lestrarlandið frá febrúar til júní.

„Ég naut þess láns að heim-sækja skólabörn í Austurbæjar-skóla, en af þeim tók ég myndir sem ég studdist við svo teikningarnar yrðu trúverðugri með raunverulegum stellingum barna, fatnaði og svipbrigðum við ólíkan starfa og leik. Hin raunverulegu börn eru þó ekki í bókinni en andlit sitt í sögupersónum.“

Sýningin opnar í Ráðhúsi Reykjavíkur í dag og stendur til 4. september. -plg



NORDPLUS

Nordplus styrkir menntasamstarf og tungumálaverkefni

Aukaumsóknarfrestur í Nordplus Sprog október 2011
Frestur fyrir undirbúningsheimsóknir í Nordplus Junior í október 2011

www.nordplus.is



Regnbogafuglinn fær fugla í mismunandi litum og stærðum til að leika saman.

Börn læra um margbreytileika

Sigrún Arna Elvarsdóttir hefur gefið út barnabókina **Regnbogafuglinn**. Bókin nýtist vel til þess að opna umræðu um margbreytileikann með börnum í leikskóla.

Sigrún Arna hefur undanfarin fjögur ár starfað sem sérkennslustjóri á leikskólanum Sólborg á Ísafirði. Hún er nú nýflutt til Noregs þar sem hún mun vinna sem leikskólakennari auk þess sem hún vinnur að því að ljúka masters-ritgerð sinni í sérkennslufræðum við Háskóla Íslands.

„Regnbogafuglinn var gæluverkefni sem ég vann meðfram mastersnámi mínu,“ segir Sigrún Arna. Hugmyndin að bókinni vaknaði í leikskólanum. „Ég var að vinna með nokkrum drengjum og vantaði sögu sem fjallaði um að við værum öll ólík og hefðum ólíka hæfileika en gætum öll verið vinir og leikið saman. Ég fann enga bók

á bókasafni leikskólans og settist því niður og skrifaði þessa sögu,“ segir hún en söguna hélt hún áfram að þróa á námskeiði í háskólanum. „Þá las ég hana fyrir börnin í leikskólanum. Út frá því urðu til umræðupunktur sem finna má á hverri síðu í bókinni.“

Sigrún Arna hlaut styrk úr Þróunarsjóði námsgagna til að ljúka við bókina. Hún fór þá á fésbók og komst þar í samband við Jelenu Jóhannsson sem býr á Ísafirði og hún tók að sér að teikna myndir í bókina.

Sigrún Arna segist hafa fengið mjög góð viðbrögð við bókinni. Hún hafi til að mynda kynnt hana fyrir leikskólastjóranum í Noregi sem strax hafi keypt tvær bækur á íslensku.

Innt eftir efni mastersverkefni hennar segir Sigrún Arna það einnig tengjast starfi sínu í leikskólanum. „Ritgerðin fjallar um skóla án aðgreiningar á leikskóla. Ég breytti starfsháttum mínum þannig að ég hætti að taka börn út af deildum í einkatíma heldur vann ég allfarið að sérkennslu í hópavinnu. Það gekk rosalega vel og ég myndi ekki sinna sérkennslu á annan hátt í dag,“ segir hún glæðlega. -sg



Sigrún Arna Elvarsdóttir

Inntökupróf að hefjast

Inntökupróf í Drengjakór Reykjavíkur verða í Hallgrímskirkju miðvikudaginn 31. ágúst. Þá er 9-11 ára drengjum boðið að koma í stutta prufu þar sem þeir syngja lag og tónskala og tónheyrn er prufuð.

Drengjakór Reykjavíkur var stofnaður árið 1990 og starfar í Hallgrímskirkju. Stjórnandi kórsins er Friðrik S. Kristinsson sem einnig stjórnar Karlakór Reykjavíkur. Í kórstarfinu felast æfingar

tvísvar í viku. Þá er farið í kórferðalag innanlands annað hvert ár og kórferðalag til útlanda hitt árið. Æfingabúðir eru yfir eina helgi að hausti og vori og bæði jóla- og vortónleikar. Þá syngur kórinn við messu að jafnaði einu sinni í mánuði yfir vetrartímann. Drengirnir kynnast öflugum tónlistarstarfi og hefur það sýnt sig að margir fyrrverandi kórfélagar halda áfram tónlistarnámi.



Margir drengjanna halda áfram tónlistarnámi eftir að kórstarfinu sleppir.

Allir í dans

Kennsla hefst mánudaginn 5.sept.

ZUMBA
Zumba fitness 2x í viku. 8 vikna námskeið

Samkvæmisdansar
Barna- og unglingahópar
Hjóna- og keppnishópar
Byrjendur og framhald

Barnadansar
3. - 4. ára

Break - Freestyle
Barna- og unglingahópar.

Innritun á www.dih.is
sími: 565-4027 / 861-6522
kl. 13:00 - 19:00

Kennslustaðir:
Haukabraun 1 og Íþróttahúsið Setbergsskóla, 220 Hafnarf.

Dansíþróttafélag
Hafnarfjarðar

Domus vox – Söngskóli

Vetrarstarfið hefst 12. september

Innritun virka daga kl. 13:00 – 18:00 í síma 511 3737 · 861 7328 · 893 8060

Listhús raddarinnar Margrét J. Pálmadóttir
Allegro ma non troppo Skólastjóri

Franz Schubert

Einsöngsdeild for-, grunn- og miðnám · Cantabile kvennakór á ferð og flugi

Stúlnakór Reykjavíkur 6 - 8 ára · 9 - 12 ára · 13 - 15 ára · 16 - 25 ára

Vox feminae fullskipaður

NÝTT! Strákar kórskóli 6 - 8 ára og 9 - 12 ára · Karlmenn einkatímar og hóptímar

Domus vox

Laugavegur 116, 105 Reykjavík · sími 511 3737 · www.domusvox.is · domusvox@domusvox.is

FRÉTTIR
VIÐSKIPTI
ÍÞRÓTTIR
LÍFID
UMRÆÐAN

ÞAÐ ERU ENGIN HÖFT Í VIÐSKIPTUM Á VÍSI

Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.

Meiri Vísir.

● **MARGIR KAUPA NEMAKORT** „Sala nemakortanna fer vel af stað, enda geta námsmenn sem nota strætisvagna reglulega sparað umtalsverðar fjárhæðir yfir veturinn með þeim. Nú þegar hafa yfir 2.000 námsmenn lagt inn pöntun,“ segir Júlía Þorvaldsdóttir, sviðsstjóri farþegaþjónustusviðs Strætó bs. Kort sem gildir eina önn kostar 11.000 krónur en fyrir allan veturinn 20.000.

Námsmenn í framhaldsskólum eða háskólum á höfuðborgarsvæðinu, með lögheimili í sveitarfélagi sem á aðild að Strætó bs., eiga kost á að kaupa nemakortið.

Hægt er að panta nemakort á vefsvæði Strætó, <https://www.straeto.is>.



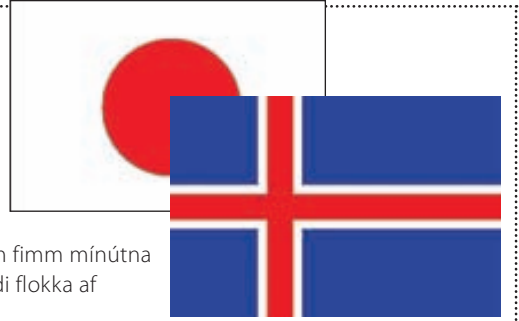
● **ÁTTUNDA JAPANSKA RÆDUKEPPNIN** Sendiráð Japans, í samvinnu við Hugvísindadeild Háskóla Íslands og Japan Foundation, mun standa fyrir árlegri japanskri ræðukeppni í áttunda sinn.

Keppnin verður haldin 10. september frá kl. 13.00 í Odda 101, Háskóla Íslands.

Þátttakendur keppinnar verða flestir námsmenn á háskólastigi. Keppnin er opin öllum em treysta sér til að halda um fimm mínútna ræðu á japönsku. Þátttakendum verður raðað niður í viðeigandi flokka af aðstandendum keppinnar.

Til að skrá sig í keppnina, er áhugasömum vinsamlegast bent á að senda tölvupóst til Sendiráðs Japans á Íslandi, á pósthfangið japan@itn.is, til að fá sent umsóknareyðublað. Útfylltri umsókn skal svo skilað aftur til sendiráðsins fyrir 2. september.

Sigurveggarar í hverjum flokki fá verðlaun tengd Japan sem veitt eru af Japan Foundation.



Ásta Kristín Ragnarsdóttir stýrir Nemaforum.

● **NEMAFORUM Á NÝJUM STAÐ**

Nemaforum hefur verið opnað á nýjum stað og er nú til húsa í Hafnarhvoli, Tryggvagötu 11 á fjórðu hæð. Fólkið að baki Nemaforum eru þau Ásta Kristrún Ragnarsdóttir námsráðgjafi og Valgeir Guðjónsson, tónlistarmaður og félagsráðgjafi.

Í Stofunni í Nemaforum, bjóða þau upp á námskeið í námstækni og áhugasviðsgreiningu. Fyrri námskeiðið þjálfar markvissar lestraraðferðir sem byggja á kerfi sem Ásta Kristrún hefur þróað en hið síðara byggir á NEMAcóde-áhugasviðsgreiningu sem gefur skýra mynd af því hvaða námsleiðir og starfs svið eru vænlegar fyrir hvern og einn. Boðið er upp á námskeið fyrir fólk á öllum skólastigum.

Stofan er jafnframt til leigu fyrir smærri veislur, fundi og önnur mannamót enda er stofan hlýlegt menningarathvarf.

Nánari upplýsingar um Nemaforum og Stofuna er að finna á www.nemaforum.com.

● **MYNDAVÉLIN MUND-UD**

Margir eiga í dag finar og dýrar myndavélar. Fæstir kunna þó að nýta alla þá kosti sem í boði eru í svo flóknum vélum. Því hafa allir gott af því að fá fagmenn til að segja sér aðeins til. Á vefsíðunni ljósmyndari.is er til að mynda boðið upp á nokkur námskeið bæði fyrir byrjendur og lengra komna. Námskeiðin eru haldin í Stangarhyl 7 en meðal námskeiða má nefna: Þriggja daga CANON ljósmyndanámskeið, photoshopnámskeið og fjarnámskeið í ljósmyndun á netinu.



Er kominn tími til að gera eitthvað?

Námskeið sem opna þér nýjar leiðir



Hringsjá býður úrval af öðruvísi og spennandi námskeiðum sem hafa hjálpað mörgum að komast aftur eða í fyrsta sinn af stað til meiri virkni, meiri lífsgæða og fleiri valkosta í námi eða starfi.

Námskeiðin eru sniðin fyrir einstaklinga, 18 ára og eldri sem hafa verið frá vinnumarkaði eða námi vegna slysa, veikinda, félagslegra erfiðleika eða annarra áfalla. Námskeiðin geta líka hentað þeim sem hafa litla grunnmenntun eða hafa átt erfitt með að tileinka sér hefðbundið nám. **Hringsjá býður einnig fullt nám í 1,5 ár.**

Um er að ræða eftirfarandi námskeið:

Bókhald	Grunnur í bókfærslu fyrir þá sem vilja vinna við bókhald eða færa eigið bókhald.	Stærðfræði fyrir byrjendur	Beitt er nýjum aðferðum til að skapa áhuga og jákvætt við horf til stærðfræði.
Excel grunnur	Farið er í góð vinnubrögð og fjölmörg hagnýt reiknidæmi í þessu vinsæla forriti.	Sjálfstyrking	Styrkir nemendur í að tjá sig, sýna öruggari framkomu og almennt vera til!
Enska fyrir byrjendur	Beitt er nýjum aðferðum fyrir þá sem hafa átt erfitt með að læra ensku / önnur tungumál.	Tölvubókhald NÝTT!	Dýpkar þekkingu á bókhaldi almennt og kynnir tölvufært bókhald.
Fjármál	Fjármál einstaklinga á mannamáli! Eykur skilning á fjármálum, bæði eigin og almennt.	Tölvugrunnur	Tölvunotkun fyrir byrjendur og lengra komna. Unnið á eigin hraða með aðstoð.
Minnistækni	Kennd er tækni til þess að efla og bæta minnið. Hentar þeim sem eiga við gleymsku eða skert minni að stríða.	Að ná fram því besta með ADHD NÝTT!	Eykur skilning á ADHD (athyglisbresti / ofvirkni) og hvernig hægt er að ná betri tökum á ADHD.
Úr frestun í framkvæmd NÝTT!	Farið yfir ástæður frestunar, einkenni og afleiðingar. Fyrir þá sem vilja hætta að fresta og fara að ná árangri í lífinu.		



Frekari upplýsingar og skráning hjá Hringsjá í síma 510-9380 eða á hringsja.is