



4. Kunst og Håndverk: Vil du tegne, male, lime og forme? Sammen skal vi jobbe kreativt og skape en fantastisk utstilling av alt arbeider vårt. Vi jobber sammen på langbord, og har med oss mange modeller og ideer som du kan gjenskape eller bli inspirert av. Du kan selv velge hva du vil lage, og det du lager tar du med hjem når helgen er slutt. Vi gleder oss til å treffe dere.



5. Musikkgruppe: Alle i bandet får mulighet til å musisere sammen med andre og øve på låter som bandet kommer til å spille på konserten på søndag.

Du trenger ikke forkunnskap i det å kunne spille instrumenter for å være med i band, men om du har spille-erfaring og vet på forhånd hva du vil bidra med er det bare en fordel. Vi har gitar, bassgitar, keyboard, trommesett og et stort utvalg av rytmeinstrumenter. Det blir lagt til rette for at du skal kunne spille i band ut fra dine egne forutsetninger.



6. Musikkterapi: Dette er en gruppe for deg som liker musikk. Vi tilpasser utførelsen slik at du kan synge, spille og bevege deg akkurat slik du selv ønsker og kan. Målet er å skape fin musikk i fellesskap. På lørdag har vi fokus på deltagelse, samspill og glede. På søndag forbereder vi oss på fremføring for de andre deltagerne



7. Medietrening med TV BRA

TV BRA er en TV kanal av og for Utviklingshemmede i Norge. Hva betyr det? Det betyr blant annet at vi skal gjøre utviklingshemmede synlige i samfunnet, en gruppe som politikere og andre med makt i samfunnet må ta hensyn til og respektere.

Å være reporter eller bli intervjuet av en TV-kanal er noe som krever

opplæring og trening.

På kurset får du bli kjent med TV BRA og sendingene våre.

Du får være med å planlegge en nyhetssak, trene på å være reporter og trene på å bli intervjuet.

På kurset lærer du også hvordan du kan ta kontakt med TV BRA om du har tips til en nyhetssak du mener vi bør lage.



8. Brannvern: Dette er et kurs for deg som vil lære om brannvern. Hva skal man passe på slik at det ikke begynner å brenne. Det blir også praktiske oppgaver i hvordan man kan slukke hvis det begynner å brenn

Påmeldingsfrist 01.10.2022 (1.oktober) ett skjema pr. person.

Registrering fra kl. 10 lørdag den 29.oktober, programoppstart kl. 11.

Du kan også melde deg på digitalt via nettsiden til NFU:

Deltager

Fra NFU lokallag melder meg herved på Kultursamlingen:

Navn

Fødselsdato

Adresse

Post nr.

Telefon nr.

E-post

Faktura adresse(e-post)

Jeg ønsker å dele rom med:

Opplysninger om allergier, HC-rom eller lignende:

Jeg melder meg herved på følgende kurs (sett kryss):

☐

1. Enkeljympa

☐

5 Musikkgruppe

☐

2. Bli ny

☐

6. Musikkterapi

☐

3. Dans

☐

7. Medietrening med TV Bra

☐

4. Kunst og håndverk

☐

8. Brannvern

Hvis det ikke er plass på det
kurset jeg helst vil på, vil jeg på

...

Skriv tallet her i ruten

Ledsager (sett kryss)

JA

☐

NEI

☐

Ledsager 1

Ledsager for
fra NFU lokallag melder meg herved på Kultursamlingen:

Navn

Fødselsdato

Adresse

Post nr.

Telefon nr.

E-post

Jeg ønsker å dele rom med:

Opplysninger om allergier, HC-rom eller lignende:

Det forventes at ledsager er aktivt med i gruppen, støtter og oppmuntrer deltaker slik at han/hun kan være mest mulig aktiv med

Ledsager 2

Ledsager for
Fra NFU lokallag melder meg herved på Kultursamlingen:

Navn

Fødselsdato

Adresse

Post nr.

Telefon nr.

E-post

Jeg ønsker å dele rom med:

Opplysninger om allergier, HC-rom eller lignende:

Fylkeslaget vil bestille rom til deg, og sender ut faktura etter påmelding.

PRISER OG BESTILLING:

Ingen kursavgift for medlemmer av NFU

Kursavgift, ikke NFU-medlem: kr 500,-

☐

Overnatting på enkeltrom per person: kr. 2100,- **

☐

Overnatting på dobbeltrom per person: kr. 1800,- **

☐

Overnatting på trippelrom per person kr 1600,- **

☐

Dagpakke lørdag kr. 800,- ***

☐

Dagpakke søndag kr. 600,- ***

☐

Middag lørdag kveld (uten overnatting): kr. 630,-

☐

Ekstra overnatting fra kr 1000

☐☐

Jeg godkjenner at bilder/reportasjer som blir tatt under Kultursamlingen kan brukes i media

☐

Jeg godkjenner ikke at bilder/reportasjer som blir tatt under Kultursamlingen kan brukes i media

** Overnattingsprisene inkluderer lunsj og middag på lørdag, frokost og pizzabuffet på søndag, og kaffepauser begge dagene.

*** Dagpakken dekker kun lunsj lørdag, pizzabuffet søndag og kaffepauser.

Fyll ut skjema og send til:

Evy Knutsen
Holsbergstien 40
5918 Frekhaug
Tlf. 48154196

evy.utne.knutsen@outlook.com

