

NÁMSVÍSIR

Haustönn 2017



Viska, fræðslu- og símenntunarmiðstöð Vestmannaeyja | s. 488-0115 | www.viskave.is | viska@eyjar.is



LESBLINDUGREINING

Viska er með tengsl við sérfræðinga sem framkvæma lesblindugreiningar. Ráðgjafar Visku leiðbeina og hafa milligöngu fyrir þá einstaklinga sem óska eftir greiningu.

Til að fá nánari upplýsingar er hægt að hafa samband við: Sólrunu Bergþórsdóttur náms- og starfsráðgjafa í síma 4880116 eða solrunb@viskave.is

RAUNFÆRNIMAT

Raunfærnimat hvað er það?

- Ef þú ert orðin 23-25 ára.
- Þú hefur verið að vinna við ákveðið fag yfir nokkur ár.
- Ert komin með góða færni og þekkingu.
- Hefur ekki réttindin.

Þá gæti raunfærnimat verið fyrir þig!

Kynntu þér málið, frekari upplýsingar veitir

Sólrun Bergþórsdóttir náms- og starfsráðgjafi í síma 4880116 eða solrunb@viskave.is

Næsta skref

Viska vill vekja athygli á vefnum Næsta skref. Síðan auðveldar einstaklingum að finna upplýsingar um:

- Störf á íslenskum vinnumarkaði
- Námsleiðir í boði
- Raunfærnimat og leiðir í raunfærnimati
- Náms- og starfsráðgjöf sem þú getur nýtt þér til að átta þig betur á upplýsingunum og skipuleggja næstu skref

Endilega skoðaðu vefinn naestaskref.is og hafðu samband ef eitthvað höfðar til þín.

Framhaldsfræðsla

Á síðunni Framhaldsfræðsla hafa verið teknar saman upplýsingar um nám og leiðir til náms. Frekari upplýsingar er að finna á: <http://framhaldsfrædsla.is/>

NÁMSKEIÐ Á HAUSTÖNN 2017

Glímir þú eða barnið þitt við lestrarvanda eða lesblindu?

Skref til sjálfshjálpar í lestri og ritun

- 60 kennslustundir

Fyrirhugað er að halda námskeið fyrir þá sem eiga í erfiðleikum með lestur og ritun. Námskeiðið heitir: Skref til sjálfshjálpar í lestri og ritun. Það er í allt 60 kennslustundir og eru aðalnámsþættir, stafsetning, lestur, sjálfstyrking og tölvutækni.

- Megináhersla lögð á að styrkja lestrar- og ritunarhæfni
- Auka hæfni til starfs og áframhaldandi náms
- Áhersla er lögð á að efla lesskilning, lestrarlöngun, úthald við lestur og stafsetningarfærni.
- Kennd mismunandi tækni, aðferðir og hjálpartæki, s.s. yfirlestrar og leiðréttingarforrit.
- Námið er metið til allt að 5 eininga í framhaldsskóla.
- Kennt er í litlum hópum

Staður: <i>Húsnæði Visku að Strandvegi 50, Vestmannaeyjum.</i> Verð: <i>13.000</i> Fjöldi: <i>Lágmark 10 manns</i> Kennari: <i>Ýmsir</i>
--

Lífeyrisréttindi við starfslok

Þeir sem nálgast starfslok spyrja sig oft eftirfarandi spurninga:

- Við hverju má ég búast þegar ég hætti að vinna?
- Hverjar verða tekjur mínar?
- Hvaða réttindi á ég og hvar?
- Er einhvers staðar hægt að nálgast yfirlit yfir lífeyrisréttindi mín?
- Get ég minnkað við mig vinnu og verið hluta til á lífeyri?

Reglurnar er mismunandi eftir deildum, svo þú þarft að kanna nánar réttindi þinnar deildar til að fá svar við þessari spurningu. Þann 18. október nk. verða fulltrúar LSR og Brúar (leikskólakennarar og sveitarfélagsfólk) með erindi í Visku Fræðslumiðstöð fyrir einstaklinga í Vestmannaeyjum sem nálgast starfslok.

Fólk er beðið að skrá sig til þátttöku hjá Visku í síma 488 0115 og 488 0103 eða í netfangið viska@eyjar.is og geta þess þá hvaða lífeyrissjóði það tilheyrir. Erindið er frá 13:00-16:00 þó misjafnt eftir sjóðum. Það verður nánar gefið út til hópanna.

Súrkál í öll mál

Við ætlum að bjóða upp á hið vinsæla súrkálnámskeið sem kennt hefur verið víða um land, en í vor komumst færri að en vildu. Námskeiðin eru haldin af Dagnýju Hermannsdóttur í samvinnu við Garðyrkjufélag Íslands. Dagný Hermannsdóttir mun kenna þátttakendendum að sýra sitt eigið grænmeti. Kennslan verður bæði í formi fyrirlesturs og sýnikennslu. Boðið verður upp á smakk af 15 – 20 sortum af sýrðu grænmeti og þátttakendur fá bækling þar

sem tekin eru saman helstu atriði sem hafa þarf í huga, auk nokkurra uppskrifta. Til að sýra grænmeti er engin þörf á sérstökum tækjum eða tólum. Í flestum eldhúsum er að finna það sem til þarf. Skurðarbretti, hnífur, grænmeti, salt og stór glerkrukka er nóg til að koma sér af stað. Fyrir þá sem vilja vera stórtækir verður líka bent á leiðir til að sýra í stórum stíl. Að námskeiði loknu ættu þátttakendur að vera tilbúnir að leggja af stað í sína eigin súrkálsvegferð fullir sjálfstrausts. Mjólkursýring er ævagömul náttúruleg leið til að geyma grænmeti. Mjólkursýrubakteríur eru náttúrulega til staðar á grænmeti og aðferðin gengur út á að skapa réttar aðstæður til að þær nái yfirhöndinni og koma af stað gerjun. Flestir kannast við súrkál en hægt er að sýra allt grænmeti með þessari aðferð og gera óendanlega margar útgáfur af ljúffengu meðlæti sem geymist fram að næstu uppskeru. Grænmetið verður auðmeltanlegra, vítamín og næringarefni varðveitast og aukast jafnvel. Að auki er mjólkursýrt grænmeti fullt af góðgerlum sem bæta og kæta þarmaflóruna.

Garðyrkjufélag Íslands stendur fyrir námskeiði í að sýra grænmeti miðvikudaginn 7. nóvember frá kl. 18:30 til 22:00 í sal Visku Strandvegi 50.

Almennt verð er krónur 10.900,- en við ætlum að bjóða þátttakendum að greiða sama verð og félagsmenn í GÍ eða kr. 8.000,-
<i>Skráning er í gegnum netfangið: viska@eyjar.is eða í síma 4880103 og 4880115</i> <i>Boðið verður upp á létt snarl.</i>

Spænska

Spænska fyrir byrjendur
Vilt þú geta bjargað þér á spænsku næst þegar þú ferð í frí til Spánar? Ef svo er, þá er þetta námskeið tilvalið fyrir þig. Námskeiðið er ætlað þeim sem hafa litla sem enga undirstöðu í spænsku. Áhersla verður lögð á framburð, málfræði og að byggja upp orðaforða ásamt nytsamlegum orðum og frósum sem gagnast í ferðalaginu.

Staður: Húsnæði Visku að Strandvegi 50 Kennari: Bryndís Stefánsdóttir BA í spænsku Fjöldi: lágmark 8 manns Tími: samtals 40 kennslust. þegar næg þátttaka hefur náðst Verð: 35.000 kr.
--

Spænska 3

Í haust mun Viska bjóða upp á 40 klst. spænskunámskeið, sem haldið verður á mánudögum og miðvikudögum frá kl: 18:00-20:00. Námskeiðið er framhald af spænskunámskeiðinu sem lauk í vor, en er einnig ætlað þeim sem hafa farið í spænskunám áður en vilja ná betri tökum á málinu. Á námskeiðinu verður aðaláhersla lögð á að nemendur læri að tjá sig á spænsku, að mynda setningar og að byggja upp orðaforða, fremur en að bæta við enn frekari málfræði.

Staður: Viska Símenntunarmiðstöð, þriðja hæð. Kennari: Bryndís Stefánsdóttir Tími: Auglýst þegar lágmarkspátttöku er náð Verð: 35.000 kr. Lágmarks fjöldi: 8 manns.

Tölvunámskeið grunnur

- 30 kennslustundir

Þetta er frábært námskeið fyrir þá sem eru að stíga sín fyrstu skref og hafa litla sem enga reynslu af tölvunotkun en vilja fá góðan grunn undir frekara nám. Lögð er áhersla á að kenna gagnleg grunnatriði sem nýtast við tölvunotkun heima og í vinnu. Lögð er áhersla á gagnleg atriði varðandi tölvuna, Windows stýrikerfið og Internetið. Markmið Að þátttakandinn öðlist nægilega þekkingu til að nota tölvu af öryggi hvort sem er heima við eða í vinnu og leita sér frekari þekkingar á notkun ýmiss konar forrita s.s. Excel, Word og Outlook.
Tími: Tvö kvöld eða síðdegi í viku tíu skipti samtals
Staður: Húsnæði Visku að Strandvegi 50
Verð: 20.000
Fjöldi: Lágmark 10 manns
Kennari: Vel menntaðir kennarar okkar sem hafa mikla reynslu og þekkingu á námsefninu.

Excel - grunnur (dagsdagleg notkun)

Námskeiðið er fjögur skipti þar sem þátttakendur fá að vinna með og spreyta sig á þeim námsþáttum sem teknir eru fyrir.

- Almenn kynning á excel, aðgerðum og eiginleikum.
- Hvernig hægt er að sérsníða og stilla hnappavalmynd.
- Formúlur og reikniaðgerðir (t.d sum, if, lookup, sumif o.sv.fr.)
- Hvernig hægt er að vinna með texta og tölur
- Format reita, dagsetningar, textagildi.
- Línurit og töflur
- Röðun gagna, Síun gagna og afritun gagna.
- Flytihnappar aðgerða
- Goal-Seek (nálgun)
- Scenario (sviðsmyndir)
- Consolidate (samantekt)
- Stutt kynning á pivot töflum (veltitöflur)
- Kynning á macroum í excel

Kennari: Örvar Omrí Ólafsson Tími: Þegar þátttaka hefur náðst. Staður: Viska Símenntunarmiðstöð. Verð: Kr. 19.000 Lágmarksfjöldi: 8 manns

Excel – gagnavinnsla fyrir lengra komna

Námskeiðið er fjögur skipti þar sem þátttakendur fá að vinna með og spreyta sig á þeim námsþáttum sem teknir eru fyrir.

- Pivot töflur
- o Uppsetning gagna fyrir pivot töflur
- o Virkni og format (sniðmát) pivot taflna
- o Notkun sía (filtera) og sneiðara (slices) í pivot töflum.
- Föll sem gott er að nota við vinnslu gagna
- o Dagsetningaföll, if-formúlur, vlookup formúlur, trim-formúlur o.sv.fr.
- o Gögn formuð sem töflur (range vs table)
- o Umfjöllun um verklag og skipulagningu í tengslum við gagnavinnslu
- Aðrar aðgerðir
- o Skilyrt útlit (Conditional formatting)
- o Sparklines
- Afritun gagna yfir í excel
- o Textaskrár

- o Gögn af netinu
- o Aðrar tengingar
- o Pdf í excel
- Pivot myndirt og dashboards
- Varsla gagna og læsingar
- Macroar
- o Hvernig á að taka upp macro
- o Hvernig hægt er að aðlaga og vinna með macro

Kennari: Örvar Omrí Ólafsson Tími: Þegar þátttaka hefur náðst. Staður: Viska Símenntunarmiðstöð. Verð: Kr. 19.000 Lágmarksfjöldi: 8 manns

FJÖLMENNT

Sterkari starfsmaður

Námsleiðin Sterkari starfsmaður – upplýsingatækni og samskipti er hönnuð með hliðsjón af þörfum fólks með stutta skólagöngu sem vill auka færni sína til að takast á við breytingar.

Sterkari starfsmaður – upplýsingatækni og samskipti er 150 kennslustunda nám. Sterkari starfsmaður – upplýsingatækni og samskipti er ætlað fólki á vinnumarkaði, og hér fyrir einstaklinga með fötlun sem vill auka færni til að takast á við breytingar í starfi og auka færni sína í upplýsingatækni, tölvum og daglegu lífi.

Í náminu er lögð mikil áhersla á að námsmenn læri að læra, eflí sjálfstraust sitt og lífsleikni. Námsaðferðir eru aðallega byggðar á hagnýtum viðfangsefnum sem nýtast námsmönnum bæði í leik og starfi.

Kennsla fer fram mánudaga og miðvikudaga frá klukkan 15:30-17:30 og verður dreift á tvær annir.

Námsþáttur í kennslustundum: Kynning 1 Námstækni og símenntun 8 Sjálfsstyrking og samskipti 16 Vinnustaðamenning og liðsheild 8 Skipulag, frumkvæði og efling í starfi 18 Vafri og Netið 8 Rafræn samskipti 8 Myndvinnsla 8 Ritvinnsla 18 Töflureiknir 10 Stærðfræði daglegs lífs 20 Hreyfing 26 Mat á námi og námsleið 1
--

Skráning í síma 4880103 og 4880115 eða viska@eyjar.is

Hagnýtt heimilishald

Lýsing : Þetta námskeið hentar þeim vel sem eru í sjálfstæðri búsetu, sjá um þvottinn, innkaup og elda sjálfir. Kennt verður að flokka, þvo og brjóta saman þvott. Einnig verður lögð áhersla á að þátttakendur læri að útbúa einfaldan, hollan og góðan mat. Þátttakendur hitta kennara fyrir upphaf námskeiðs, velja mataruppskriftir og skipuleggja innkaup sem þeir sjá sjálfir um. Kennt er inn á heimilum þátttakenda eftir samkomulagi.1 klst. á viku í 4 vikur.
Leiðbeinandi: Dóra Guðrún Þórarinsdóttir og Ester Helgadóttir
Verð: 5800 kr.

Mannlegi millistjórnandinn

Lýsing :
Markmið námskeiðsins er að styrkja stjórnendur í störfum sínum. Fjórar 4 klst. námslotur, kenndar á tveimur dögum. Áhersla er lögð á mikilvægustu og hagnýtustu þætti nútímalegrar stjórnunar út frá sjónarhorni hins mannlega stjórnanda, sem leggur áherslu á að laða fram það besta í hverjum og einum starfsmanni.

Lota #1 – Þekktu sjálfan þig: Persónuleg árangursstjórnun
Trúverðugur leiðtogi í nútímaumhverfi þarf að halda mörgum boltum á lofti, ná árangri á mörgum vígstöðvum og helst að vera fyrirmynd starfsmanna sinna í leiðinni. Í fyrstu lotu er farið yfir það hvernig stjórnandinn getur tekist á við aukið álag í lífinu með því að nýta sér sjónarhorn orkustjórnunar. Þannig eykur hún/hann gæði sinnar vinnu, afköst og framlegð, jafnframt því að stuðla að auknu heilbrigði og starfsánægju vinnustaðarins.

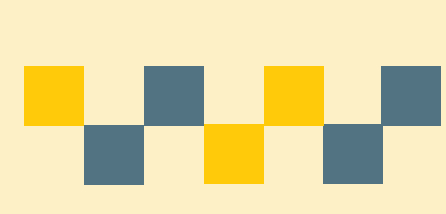
Lota #2 – Kjarninn: Að stjórna fólki
Önnur lotan fjallar um hlutverk millistjórnandans og síbreytileg viðfangsefni hans tengd stjórnun á fólki. Farið er í aðferðir við ráðningar, móttöku og þjálfun starfsmanna auk þess sem lögð er áhersla á frammistöðustjórnun, hvernig stjórnendur geta nýtt endurgjöf og hvatningu til að laða fram það besta hjá sínu fólki. Lögð er áhersla á verkefni og hagnýtar æfingar.



Lota #3 – Leysum hnúttinn: Árangursrík samskipti
Farið er yfir ábyrgð einstaklinga þegar kemur að samskiptum og mikilvægi þess að vera meðvitaður um eigin samskiptatækni, áhrif tilfinninga og viðbrögð. Farið er yfir mikilvægi sjálfstrausts þegar kemur að stjórnun og samskiptum almennt. Þátttakendur eru efdir í að taka á erfiðum starfsmannamálum og farið yfir árangursrík leiðir til að takast á við erfið mál s.s. samskiptavanda, agamál og óánægju, meðal annars í gegnum æfingar.

Lota #4 – Leiðtogahlutverkið og þjónandi forysta
Fjórða og síðasta lotan fjallar um leiðtogann og mismunandi nálganir. Þátttakendur skoða mismunandi tengsl við undirmenn sína og hvernig megi nýta þau til að auka árangur heildarinnar með því að laða fram það besta hjá hverjum og einum. Fjallað er um mikilvægi mótunar og miðlunar framtíðarsýnar, farsæla breytingastjórnun og þjónandi forystu.

Tvær heilsdags vinnustofur, unnið með Lotur #1 og #2 á fyrri deginum og Lotur #3 og #4 á þeim seinni. Hver lota tekur 4 klukkustundir.
Kennsla fer fram í Visku dagana 1. og 2. nóvember
Leiðbeinandi er: Guðjón Svansson
Verð: 95.000 kr.



utan sviðsljós fjölmiðla. Margrét Blöndal skrifaði ævisögu Ellyjar Vilhjálmss sem kom út haustið 2012. Bókin varð að kveikju að leikritinu Elly sem sýnt var fyrir fullu húsi í Borgarleikhúsinu fyrr á þessu ári og verður aftur tekið til sýningar í haust.
Fimmtudag 25. október kl. 19:30
Leiðbeinandi: Margrét Blöndal útvarpskona
Verð: 7.000

Að virkja golfstrauminn

Þann 7 nóvember nk. ætlar Ívar Atlason að flytja okkur erindi um nýja aðferð við upphitun á húsum hér í eyjum. Við köllum þetta erindi Að virkja golfstrauminn og verður það haldið kl. 19:30-21:00. Erindið er þátttakendum að kostnaðarlausu, sem er liður í viku símenntunar. Fólk er hins vegar beðið að skrá sig til þátttöku hjá Visku.

Það geta allir bakað flatkökur, bæði konur og karlar

Laugardaginn 28. október stendur til að kenna flatkökugerð. Flatkökurnar eru bakaðar með kósangasi. Námskeiðið er þátttakendum að kostnaðarlausu sem er liður í viku símenntunar. Fólk er hins vegar beðið að skrá sig til þátttöku hjá Visku.

Hnýtingar macramé

Á námskeiðinu verður farið yfir grunnaðferðina í macramé og þátttakendur munu svo nýta aðferðina í að búa til sitt eigið blómahengi. Þátttakendur geta komið með sína eigin blómapotta og notað sem viðmið en það er ekki nauðsynlegt. Allt efni er innifalið í námskeiðinu.

Leiðbeinandi er Þórunn Jónsdóttir og fer kennsla fram í húsnæði Visku að Strandvegi 50. Námskeið fer af stað um leið og næg þátttaka hefur náðst og er þátttakendum að kostnaðarlausu.

Tvöfaldir kaðlar

Þátttakendur þurfa að kunna að þrjóna. Þeir hafi með sér garn og þrjóna sem hæfir því. Það er tilvalið að nota í þetta afganga og hæfilegt að það sé ca. hálf dokka af garni í fleiri en einum lit.
Kennari er María Pálmadóttir og fer kennsla fram í Visku þegar næg þátttaka hefur náðst og er þátttakendum að kostnaðarlausu.



Námskeið í skyndihjálp

Námskeiðið er ætlað öllum þeim sem vilja læra skyndihjálp og endurlífgun með það markmið að öðlast færni og þekkingu í að veita nærstöddum aðstoð í bráðatilfellum. Eftir að hafa setið námskeiðið fá þátttakendur viðurkenningu frá Rauða krossinum á Íslandi og velferðarráðuneytinu. Mælt er með endurmenntun annað hvert ár. Námskeiðið er 8 klukkustundir eða 12 kennslustundir. Tvö skipti mánudag og miðvikudag 4. og 6. desember kl. 17-21
Leiðbeinandi: Hildur Vattnes hjúkrunarfræðingur
Verð: 16.000 kr.

Sár og sárameðferð

Fjallað verður um líffræði húðar, gróningu sára, helstu tegundir sára, meðferð, umbúðir og eiginleika þeirra. Verkleg kennsla í umbúðalögum. Farið í áhættuþætti sem tengjast blóðsmiti og loks fjallað um það hvernig andlegir þættir geta haft áhrif á bata sjúklings. 100% mætingarskylda og virk þátttaka á námskeiðinu
Leiðbeinandi: Linda Björnsdóttir hjúkrunarfræðingur á LSH
Tími: Föstudag eða mánudag í nóvember
Verð: 18.000 kr,-

Punglyndi aldraða

Fjallað verður um áhættuþætti fyrir þróun þunglyndis og hvernig hár aldur hefur áhrif á greiningu og meðferð. Hagnýtar leiðbeiningar verða veittar vegna starfs með þunglyndum öldruðum í heimahúsum annars vegar og á stofnunum hins vegar. Eins verður fjallað um hvernig starfsfólk

getur búið sig andlega undir álag sem fylgir umönnun mjög þunglyndra einstaklinga. 100% mætingarskylda og virk þátttaka á námskeiðinu

Leiðbeinandi: Líney Úlfarsdóttir sálfræðingur hjá Þjónustumiðstöð Laugardals og Háaleitis og á Droplaugarstöðum. Haldið föstudaginn 1. desember
Verð: 13.000 kr

Meðferð matvæla - grunnur

Fjallað verður um geymslupól matvæla, örverur og gerlamyndun. Helstu einkenni og merkingar á algengum ofnæmis- og óþolsvöldum. Notkun algengra hreinsiefna með tilliti til innihalds og umhverfisverndar.

Markmið námskeiðsins er að þátttakendur hafi gert sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis og helstu áhættu varðandi örverur, þrif og umgengni matvæla.

Tími: Nóvember, nánar auglýst síðar.
Kennari: Klemenz Sæmundsson næringar- og matvælafræðingur
Verð: 12.000 kr.

Fyrirtæki geta sótt styrk allt að 75% fyrir námskeiðsgjaldi. Viska getur aðstoðað við að sækja um styrk.

Skráning á námskeið og nánari upplýsingar á **viskave.is** **viska@eyjar.is** eða í síma **488-0115** (Valgerður) eða **488-0116** (Sólrún)

Viska er líka á **facebook**



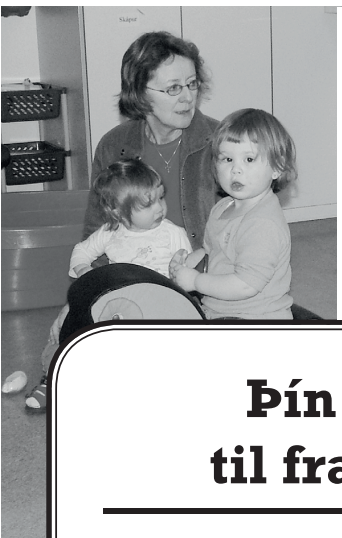


Styrkur þinn til náms

- Landsmennt er fræðslusjóður samtaka atvinnulífsins og verkafólks á landsbyggðinni.
- Sjóðurinn styrkir starfsmenntun beint til fyrirtækjanna sjálfra.
- Sjóðurinn veitir styrki til einstaklinga og sjá stéttarfélögin um afgreiðslu þeirra í umboði Landsmenntar.
- Kynntu þér rétt þinn á www.landsmennt.is



Landsmennt



Þín leið til fræðslu

- Sveitamennt styrkir starfsmenntun beint til sveitafélaga og stofnana þeirra á landsbyggðinni.
- Sjóðurinn veitir styrki í fræðsluverkefni á vegum stéttarfélaganna.
- Sjóðurinn veitir styrki til einstaklinga og sjá stéttarfélögin um afgreiðslu þeirra í umboði Sveitamenntar.
- Kynntu þér rétt þinn á www.sveitamennt.is



Sveitamennt

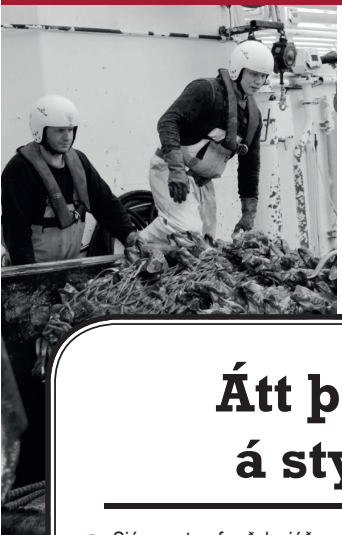


Menntun skapar tækifæri

- Ríkismennt styrkir starfsmenntun beint til stofnana ríkisins á landsbyggðinni
- Sjóðurinn veitir styrki í fræðsluverkefni á vegum stéttarfélaganna.
- Sjóðurinn veitir styrki til einstaklinga og sjá stéttarfélögin um afgreiðslu þeirra í umboði Ríkismenntar.
- Kynntu þér rétt þinn á www.rikismennt.is



Ríkismennt



Átt þú rétt á styrk ?

- Sjómennt er fræðslusjóður sjómanna og útgerðarféлага
- Sjómennt styrkir starfsmenntun sjómanna beint til fyrirtækja í útgerð.
- Sjóðurinn veitir styrki í fræðsluverkefni á vegum stéttarfélaganna.
- Sjóðurinn veitir styrki til einstaklinga og sjá stéttarfélögin um afgreiðslu þeirra í umboði Sjómenntar
- Kynntu þér rétt þinn á www.sjomennt.is



Sjómennt

Guðrúnartún 1 • 105 Reykjavík • Sími 599 1450 • landsmennt@landsmennt.is

NÁMS- OG STARFSRÁÐGJÖF HJÁ VISKU

Hefur þú verið að velta fyrir þér námi og störfum?

Viska býður upp á margvíslega ráðgjöf fyrir einstaklinga, hópa og fyrirtæki. Ráðgjöfin er ókeypis fyrir einstaklinga og þar er aðstoðað við að:

- Finna upplýsingar um nám og störf.
- Kanna áhugasvið og færni - áhugasviðs-próf í boði
- Skoða möguleika á námi og starfi.
- Setja sér markmið.
- Setja upp ferilskrá.
- Taka ákvarðanir um nám og störf.
- Takast á við hindranir.
- Takast á við prófkvíða.
- Takast á við persónuleg málefni.
- Takast á við námsörðugleika (t.d. lesblindu o.fl.).
- Tileinka sér árangursrík vinnubrögð í námi.
- Undirbúa sig undir háskólanám.
- Vinna færnimöppu.
- Meta færni og reynslu í atvinnulífinu fyrir nám

Hægt er að bóka viðtal og fá nánari upplýsingar hjá
Sólrunu Bergþórsdóttur
náms- og starfsráðgjafa
í síma 481-1950 / 866-7837
eða með tölvupósti á solrunb@viskave.is



Skráning á námskeið og nánari upplýsingar á viskave.is viska@eyjar.is eða í síma 481-1950

Viska er líka á [facebook](https://www.facebook.com/viska)

