Frederikssund
Ungdomsskole

Program

2020/2021



JA

FÅ EN SJOV ANDERLEDES & FANTASTISK FRITID I DIN UNGDOMSSKOLE

Husk at du må tilmelde dig alle hold i ungdomsskolen uanset hvor du bor

INDHOLD

3D film og effekter 22
Bounce 16
Boksebold 15
Brandkadet 27
Cambridge engelsk 6
Cambridge tysk 6
Cross 24
Cykelhold 14
Danceflip 13
Dansk - med anden etnisk baggrund 4
Dansk for udvekslingsstudenter 4
Den søde tand / Kagekokkeriet 23
Droneflyvning 17
DYK Lysekil 2021 19
Dykkerkursus trin 1 "Begynder" 19
Dykkerkursus trin 2 "Advance" 19
Dykkerkursus trin 3 PADI RescueDiver 19
English Club 5
Eventmager 32
Foto og Film 22
Frederikssund UngeRåd 28
Førstehjælp – knallert, bil, mc, traktor 26
Førstehjælpsbevis 26
Gadeteam 34
Glaskunst 21
Grafisk design 23
Herreaften med pizza og lasergames 29
Jagttegn 16
Japansk 5
Kajak 15
Kinesisk 5
Knallertkørekort 25
Livredderkursus 19
Madkundskab / Kokkehuen 23
Mal-selv keramik 21
Motorlære 24
Musical 13
Musical band 13
Musicalteknikkercrew 13
Nails 29
Opfinderværksted 11
Parkour 17
Projektvognen 33
Radio og Podcast 22
Skitur til Amager Bakker 9
Skitur til Kläppen 9
Speedbådskørekort 15
Spiludvikling 23
Sprogskole i Hasting, England 7
SSP 34
Streetbasket 16
Sverige Hytte Hyggetur 8
Syning 21
Sæt spor - get arty 21
Teen yoga og mindfulness 17
Tegneserier 101 20
Tour de Amsterdam 10
Traktorkørekort 25
Turbo matematik 11
Tysk 5
Ungecaféen Kosmos 30
Øvelokale 13



VELKOMMEN

I ungdomsskolen forenes sjov og spændende fritid med masser af ny læring

Du skal gå i skole eller bo i Frederikssund Kommune for at benytte dig af vores tilbud. Kommer du fra en anden kommune vil der være deltagerbetaling. Kontakt os inden du tilmelder dig.

Vi forsøger at have aktiviteter i hele kommunen.
Du kan vælge helt frit, men du skal selv sørge for transport frem og tilbage til aktiviteten i ungdomsskolen.
Over 1000 elever benyttede sig af ungdomsskolens tilbud sidste år, så i ungdomsskolen kommer du til at møde mange nye unge. Det er her, du kan møde andre, der har samme interesse som dig.

Ungdomsskolen starter i uge 38 (14. – 18. september)
Der er ferie i:
Uge 42 (efterårsferie)
Uge 51, 52, 53 (juleferie)
Uge 7 (vinterferie)
Uge 13 (Påskeferie)
Vi stopper sæsonen 29. april 2021.

Endnu engang, velkommen i ungdomsskolen.

Venlig hilsen
Frederikssund Ungdomsskole

Frederikssund
Ungdomsskole

FREDERIKSSUND UNGDOMSSKOLE
ODINSVEJ 4D · 3600 FREDERIKSSUND
TLF: 47 35 26 00
WWW.FUSWEB.DK

Følg os på

De fleste undervisningshold starter i uge 38 (den 14. – 18. september)

HVAD KOSTER DET?

Det er som udgangspunkt gratis at gå i ungdomsskolen. På enkelte hold er der betaling for materialer, hvis du bruger mere end "startpakken". Der er ligeledes brugerbetaling på sprogskolerejser og lign. Det vil fremgå i programmet, hvis der er betaling på holdet. Kommer du fra en anden kommune vil der være deltagerbetaling.

TRANSPORT

Du skal selv sørge for transport til og fra ungdomsskolen.

HVEM MÅ KOMME?

Går du i 7. klasse eller derover, er du velkommen. Aldersgrænsen er 25 år. Enkelte undervisningstilbud er kun for bestemte klassetrin. Det vil fremgå via tilmeldingen Der kan også kræves en minimumsalder. F.eks. skal du være 15 år, for at du kan tage knallertkørekort. Klasse / alderskrav fremgår også af programmet.

TILMELDING

Tilmeld dig på www.fusweb.dk
Nogle hold har begrænset deltager antal og bliver hurtigt fyldt.
Det er "først til mølle" princippet, der gælder.

KONTAKT OS

Du er altid velkommen til at ringe, maile eller komme ind til os, hvis du har spørgsmål.
Tlf: 47 35 26 00
Mail: ungdomsskolen@frederikssund.dk
Se kontorets åbningstider på fusweb.dk

SPROG

#



Dansk for udvekslingsstudenter

As an exchange student in Denmark you can learn Danish at the youth school. We work with grammar, texts and especially the vocal language. We also read Danish literature. Furthermore you have an opportunity to strengthen your network with other exchange students.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Dansk med anden etnisk baggrund

Undervisningen er for dig med anden etnisk baggrund, der gerne vil lære mere om danske samfundsforhold og det danske sprog. Din hverdag og hverdagens udfordringer inddrages i undervisningen, og vi tager på mindre ekskursioner, ser film m.m.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



Tysk

Du bliver kun bedre til tysk, hvis du taler sproget. Det kommer du til her i trygge og sjove rammer. I tysk på ungdomsskolen vil vi lave sjove øvelser, hvor vi får snakket en masse tysk på forskellige måder. Vi starter der hvor du er og arbejder sammen på at gøre dig bedre. Formålet med undervisningen er, at du stifter bekendtskab med det tyske sprog i både talt og skreven form og skaber et grundlag for at kunne klare dig i hverdagssituationer. Vi taler også om tysk kultur, historie og samfundsforhold. Faget tysk er ikke et prøveforberedende fag.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



English Club

Du bliver kun bedre til engelsk ved at tale sproget. Dette kommer du til i trygge rammer i English Club. Der er ikke en plan vi skal nå. Undervisningen tager udgangspunkt i dig, og hvordan du bliver bedre og mere sikker i engelsk. English Club er for dig, der har brug for lidt ekstra hjælp til at forbedre din karakter i engelsk, eller gerne vil oplever engelskundervisningen på en ny og sjov måde. Du kan her få tid og hjælp til at lave dine lektier i engelsk. Come join us – this is your chance to improve the English you have.

FREDERIKSSUND # TIRSDAG KL. 19.00 – 21.30
SKIBBY # TORSDAG KL. 19.00 – 21.00
SE FUSWEB.DK



Kinesisk

Kinesisk er verdens mest talte sprog. Her har du muligheden for at lære det grundlæggende ved sproget. Du lærer at læse og skrive kinesiske tegn, og du vil lære at tale og forstå mindre kinesiske sætninger. Vi ser også på den kinesiske historie. Vi skal lave kinesisk mad og spise med pinde. Kina er dominerende på mange områder og sproget er allerede uundgåeligt i relation til handel og produktion. I en verden med stadig større international konkurrence, vil det at kunne tale og forstå kinesisk - eller "mandarin" som det kinesiske hovedsprog hedder - være en kæmpe fordel. Tænker du i retning af en uddannelse indenfor international handel, kontor el. produktion, og er du interesseret i denne fremmede kultur og de potentialer som Kina besidder og dominerer, så kan du starte din videns base her. Underviseren taler dansk og kinesisk.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



Japansk

Har du lyst til at prøve kræfter med et helt anderledes sprog. Her bliver du introduceret til sproget og den japanske kultur. Vi starter selvfølgelig på begynderniveau og arbejder os roligt frem. Du lærer nogle dagligdagssætninger, skrifttegn og en masse om den specielle japanske kultur. Du vil få en masse spændende viden om et sprog og en kultur, der ligger langt fra den danske.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

CAMBRIDGE

Bliv endnu bedre til engelsk eller tysk og få et internationalt eksamensbevis





Cambridge English

Cambridge English as a Second Language giver dig mulighed for at få en international certificering i engelsk som fremmedsprog. Der undervises målrettet efter, at du i foråret kan tage Cambridge IGCSE, som er anerkendt af universiteter og virksomheder over hele verden, som bevis på akademiske evner for engelsk. Certificeringen vil derfor i høj grad pynte på dit CV.

Undervisningen foregår udelukkende på engelsk og holdet er sammensat af elever fra alle kommunens skoler. Du skal derfor have mod på at tale engelsk med andre unge, som du ikke kender så godt. Vi træner både lytte-, læse-, skrive-, og talefærdigheder for at gøre dig klar til eksamen i foråret. Niveauet ligger lidt højere end i 9. klasse, så holdet passer godt til dig, der ikke synes engelsk er svært, og savner udfordringer i den daglige engelskundervisning.

Undervisningen koncentrerer sig primært om at træne eleverne til at klare den afsluttende eksamen bedst muligt. I løbet af året afleveres alle opgaver skrevet i hånden, da det er, hvad der kræves til eksamen.

Det afsluttes med en mundtlig og skriftlig eksamen så du afslutter skolen med et anerkendt certifikat i engelsk, der kan bruges verden over.

Du skal være opmærksom på at eksamensdatoer bliver meldt ud fra Cambridge organisationen og de ikke kan ændres. Datoerne plejer først at være offentlige i november måned

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK
MIN. 9. KL.

Cambridge Tysk

Niveauet svarer til det danske afgangsniveau; men den afsluttende eksamen foregår ikke på samme måde. Den mundtlige eksamen indeholder flere forskellige dele, bl.a. et rollespil. Undervisningen i løbet af året vil være fokuseret på eksamenstræning, og tilbuddet retter sig til de elever, som ikke har svært ved tysk.

Undervisningen koncentrerer sig primært om at træne eleverne til at klare den afsluttende eksamen bedst muligt. I løbet af året afleveres alle opgaver skrevet i hånden, da det er, hvad der kræves til eksamen.

Det afsluttes med en mundtlig og skriftlig eksamen så du afslutter skolen med et anerkendt certifikat i tysk, der kan bruges verden over.

Du skal være opmærksom på at eksamensdatoer bliver meldt ud fra Cambridge organisationen og de ikke kan ændres. Datoerne plejer først at være offentlige i november måned

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK
MIN. 9. KL.

SPROGREJSE

#



Sprogskole i Hastings, England

Ungdomsskolen tilbyder 10 dage i England med 8 dages sprogskole i Hastings, England. Her kombinerer vi intensiv engelskundervisning med gode oplevelser i lokalområdet, så du bliver bedre til sproget og får større kendskab til England. Vi skal selvfølgelig også besøge London.
Der er undervisning hver formiddag i 4 timer, og om eftermiddagen vil vi lave forskellige aktiviteter. Vi skal bo på et hotel tæt på vandet og den berømte Pier, så en masse gode oplevelser vil vente forude. Meld dig i god tid, så vi kan forberede en rigtig god tur for dig og dine rejsekammerater.

Forældremøde tirsdag den 19. januar 2021, kl 19.00
English Breakfast lørdag den 20. marts 2021, kl 08.30
English Afternoon Tea søndag den 30. maj 2021, kl 14.00

Tilmeld dig og kom og hør nærmere på vores Infomøde for dig og dine forældre.

SPROGREJSEN: TIRSDAG 29. JUNI – TORSDAG 8. JULI 2021
SE FUSWEB.DK

OPLEVELSER

#



Sverige Hytte Hyggetur

Hvem har lyst?

Vi tror på, at det er muligt at samle en flok unge mennesker en hel weekend i Sverige, i en lækker hytte, i flotte omgivelser. Det eneste de har med, er deres tøj, dyne, toiletting og måske en god bog?

De skal snakke med andre unge, de kan snakke med de voksne, de skal selv lave den gode mad, de skal selv rydde op, de skal selv finde ud af, at få tiden til at gå?

Hvad så med deres mobil, tablets og computere? Dem har de inde i sovesalen:-)

Muligheder for: Kano, bue og pil, brætspil, en gåtur i skoven, smagelege (surstrømning-spisning), hygge omkring bålet, styrkeprøver, gyserfilm, konkurrencer og vi kan også kigge forbi Godis flyet på vejen.

Kan du?

Har du lyst?

Tør du indrømme det?

Tag en ven eller veninde med.

Ren hygge og afslapning uden afbrydelse.

En hel weekend med wififree zone i stue og spisesal

SE FUSWEB.DK







Skitur til Kläppen, Sverige i vinterferien

Gør vinterferien til noget helt særligt sammen med en masse andre unge. Om du er nybegynder eller øvet gør ingen forskel. Ski, Snowboard, alle kan være med. Du vil forbedre din teknik, viden og mærke suset i fællesskab med andre unge. 5 dage på ski.
Vi informerer nærmere når alle praktiske foranstaltninger er på plads. Begrænset antal pladser. Prisen er excl. skileje.

Infoaften for elever og forældre på CampusU10 fællesrum

VINTERFERIEN UGE 7 # SE FUSWEB.DK



Skitur til Amager Bakke

Vi tager til Amager og står på ski.
Nyd udsigten over byen mens du står på ski ned af den nye skibakke.
Amager Bakke er et enestående projekt, som for første gang nogensinde kombinerer et moderne og miljørigtigt forbrændingsanlæg med en skibakke på toppen. "Fritidsmekkaet" er 85 meter højt, 320 meter langt, og varierer fra 45 % hældning på den sorte ujævne pist til 14 % hældning på den grønne piste i slutningen. Midten af bakken er en blå pist, hvor to forskellige liftsystemer forbinder grøn, blå og sort piste med et rullebånd og en T-lift.

SE FUSWEB.DK

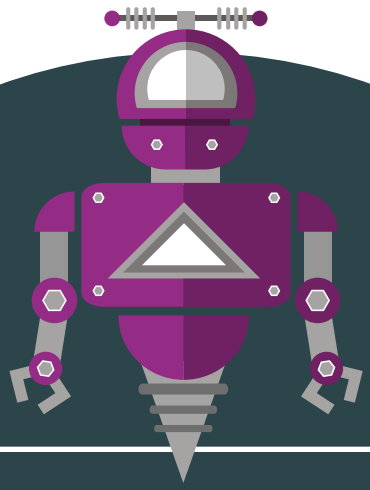
Tour de Amsterdam 2021

Tour de France kommer til Danmark i 2021, det bliver en del af årets tur.
Har du lyst til en udfordring, opdage nye muskler, frisk luft og måske en øm bagdel?
Tour de Prag 9 gange - Tour de London 1 gang - Tour de Berlin 2 gange.
I 13 år har Frederikssund Ungdomsskole cyklet til en storby.
Vi starter træning i starten af marts 2021.
Du behøver ikke at cykle som Bjarne Riis eller være en sand mester i sadlen, det skal vi nok sørge for at du bliver.
Tour de ? 2021, består af en masse dejlig træning og sjove timer sammen med gode kammerater.
Det bliver en oplevelse for livet.
Vi starter langsomt op med små "hyggeture", der stille og roligt bliver længere og længere.

Til sidst vil en tur rundt om fjorden være "det rene barnemad". Der vil også være en træningstur med overnatning i St. Heddinge i foråret 2021, hvor du vil opdage, hvad 2 dage i sadlen kan betyde.
Mangler du en cykel, har ungdomsskolen et antal cykler til udlån.
Der afholdes infomøde for interesserede unge og deres forældre , tilmeld dig og du får besked.
Hvis du er blevet nysgerrig, så kom og hør mere om turen.
Dato for dette møde vil tilkomme på vores hjemmeside og Ungdomsskolens FB side.
Der er et begrænset antal pladser og en venteliste for dem, der er for langsomme.

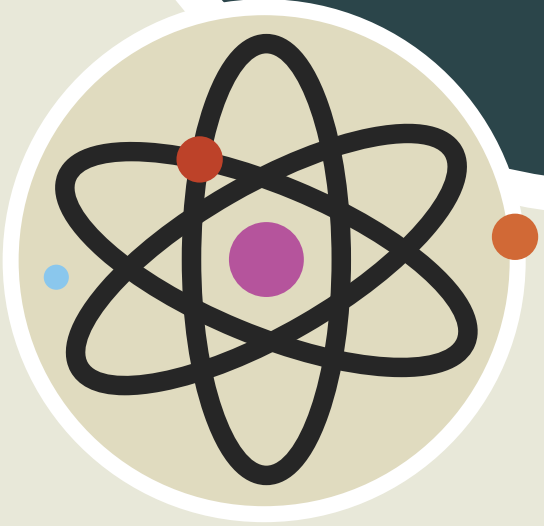
SE FUSWEB.DK





NATUR VIDENSKAB

#



Opfinderværkstedet

Kom og programmer, kreer og konstruer!
Med Arduino og Micro:bit kan du skabe mange forskellige elektriske kredsløb med og styre det ved hjælp af kodning. Du kan også lege med Lego Mindstorm, som bl.a. er oplagt til kreativ robotbygning og til at udvikle dine vildeste idéer, som ingen vil tro er mulige.
Hvis du vil lære om open source-styresystemet Linux, er der en verden af gratis tilgængelige opfinderprogrammer, som du kan fordybe dig i.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Turbo Matematik

Skal karakteren i matematik lige have et ryk op? Vil lidt hjælp til opgaverne være godt? Driller det med tal, formler og funktioner dig? På matematikholdet er der hjælp at hente for alle. Vi griber matematikken an på forskellige måder, og arbejder også med dine opgaver fra skolens hverdag. Du får hjælp og støtte på alle niveauer. Skal du op til prøve, træner vi målrettet relevante opgaver, så du kan klare dig bedst muligt. Matematik er og skal være sjovt. Det vil vi gøre vores bedste for, at du også synes, når du går på holdet.Matematisk kunnen er en forudsætning for at blive optaget og klare sig godt på en ungdomsuddannelse. Matematik er også en del af hverdagen f. eks. det at kunne lave et hurtigt overslag, at kunne omregne priser når du er på ferie, samt beregne længden eller et areal.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK
FORVENTET OPSTART JANUAR 2021



TEATER
MUSIK
DANCE

#



Vær med i årets musical

Vær med i årets teaterforestilling på ungdomsskolen!
Er du musiker, danser, sanger, skuespiller, gøgler, nørd eller bare helt almindeligt tosset, og har du lyst til at stå på en scene, så meld dig på holdet!

Musicalholdet eftersøger netop dig med lyst til at optræde! Kan du lide at bevæge kroppen? Elsker du at spille musik? Er du vild med teater? Så er det dig, der skal være med i Ungdomsskolens musikalske forestilling! Der er plads til alle!

Musicalholdet er kendt for at være stedet, hvor du møder nye gode venner og hvor sammenholdet et stort.

I undervisningen udforsker vi, hvad kroppen og stemmen kan udtrykke gennem fysisk teater, taleteater, musik og sang.

Vi arbejder med idégenerering og tekstskrivning og producerer vores eget materiale, der bliver grundlaget for den endelige forestilling.
Vi skal både lege os frem og fordybe os. Her er der plads til alt fra det store grineflip til dyb koncentration. Tilsammen bliver det hele til en musikalsk, bevægende, morsom og frem for alt underholdende forestilling.

Underviser og instruktør: Rasmus Cundell
Underviser og kapelmester: Jens Søbæk

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK
FORVENTET OPSTART JANUAR 2021





Musical Band

Ingen musical uden musik. Ingen musik uden musikere. Bag enhver musical succes er der god musik leveret af dygtige musikere. Du kan blive en del af ungdomsskolens musical succes. Du skal selvfølgelig kunne spille et instrument. Er du let øvet eller hamrende god, så kan du indgå i musicalorkestret. Jens Søbæk er orkesterlederen, der får jer alle til at spille fint sammen.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Musical teknikkercrew – Lys og lyd

Vi har brug for dig, der har lyst til at være en del af hele "teatercrewet".
Har lyst til at lege med lys og lyd. Styre mixerpulten, hænge lamper op, trække ledninger, opfinde løsninger til scenografien og alt det andet, der får forestillingen til at hænge sammen. Hvad enten du er nybegynder eller har erfaring i lyd og lys, så meld dig. Måske er det ikke dig at stå i scenes spotlight, men i stedet dig at være med til alt det andet sjove, der skaber en flot musical.
Du bliver en central del af hele musicalholdet.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Øvelokale

Mangler du et øvelokale til dig selv eller dit band, så har ungdomsskolen lækre øvelokaler i Frederikssund.
Du har nu muligheden for at have et fast øvelokale, hvor du ikke generer familien, naboer og andre. Du kan booke faste tider, så du/I altid ved hvornår I kan øve.

Vi har også udstyr til indspilning og lign. Der er computer, lydkort, musikprogram, keyboard, mikrofoner, højtalere, mv

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Danceflip – Showdance, Hiphop, Jumpstyle

Det handler om dance. Vi prøver det hele og især meget af det, I har lyst til at danse. Vi mikser sværhedsgraderne, så holdet er for begyndere såvel som øvede. Alle kan være med

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

SPORT MOTION

#



Cykelholdet – sommer/efterår/forår "Jeg er så glad for min cykel"

Holdet er for dig, der elsker at cykle, cykeltræne - eller tror du vil elske det. For dig der gerne vil være med i et dejligt fælleskab, hvor vi kombinerer gode oplevelser, god kondition, frisk luft, sjov og måske lidt anstrængende træning, med godt kammeratskab, weekendture og meget meget mere.
Vi lægger stille ud med korte ture og træner os langsomt op, så vi efterhånden kan klare længere træningsture.
Vi cykler så lang tid vejret er OK. Vi holder en mindre vinterpause, hvorefter vi igen fortsætter cykeltræningen, så snart der er lidt "forår i vejret".

Bliver du "bidt" af cykling, så har vi Tour de Amsterdam 2021.

SE FUSWEB.DK
FORVENTET OPSTART AUGUST 2020





"Boksebold"

Her får du motion på en sjov og anderledes måde.
Hvis humøret er til boldspil eller andet sjov motion, så gør vi det. Er humøret til at bokse lidt og få sved på panden, så gør vi det. Der foregår ikke rigtig boksekamp - kun de gode teknikker og konditionen, som boksningen giver.
Hver træning starter med opvarmning, så vi undgår skader. Der trænes balance, styrke og koordination.

SKIBBY # SE FUSWEB.DK

Kajak

Lær at sejle havkajak. Vi træner på stranden ved Frederikssund Lystbådehavn, hvor du bliver introduceret til havkajakken under trygge forhold. Herefter fortsætter undervisningen i den skønne natur på Roskilde Fjord.
Du lærer de basale teknikker og opbygger fortrolighed med dette fantastiske transportmiddel. Alle kan deltage, også erfarne kajakroere! Vi følger skolernes feriekalender og ror fra maj-juli og august-oktober.
Medbring: badetøj/skiftetøj, håndklæde, drikkedunk og lidt at spise.

FREDERIKSSUND # KL. 16-19 # SE FUSWEB.DK

Speedbåds certifikat

Vil du sejle speedbåd og motorbåd, kræver det et speedbådscertifikat. Kurset afholdes over to måneder og afsluttes med en prøveaflæggelse med en ekstern censor, godkendt af Søfartsstyrelsen. Du lærer at sejle hurtiggående speedbåd, binde knob, søfartsregler og redning til havs. Et super sjovt og spændende kursus, som er kompetencegivende.
Selve kurset er på ca. 50 undervisningstimer, som er gratis, men du skal selv betale afgiften til censor for prøveaflæggelse på 400 kr.
Prøvedeltagere til prøve i speedbådsbevis skal være fyldt 16 år eller være ældre.

FREDERIKSSUND LYSTBÅDEHAVN # SE FUSWEB.DK



Streetbasket

Streetbasket spilles overalt i Danmark: I skolegårde, legepladser, offentlige pladser mv. Vi prøver at samle en gruppe, som vil træne sammen og danne et hold som evt. kan deltage i nogle turneringer. Til træningen sørger vores coaches for, at du lærer spillets grundlæggende teknikker. Vi spiller selvfølgelig også kampe, hvor du kan afprøve det du lærer. Som udgangspunkt spiller vi ude. Vi spiller på banen på Campus Frederikssund.
Er der interesse for at skabe hold andre steder så sig til, og vi prøver at oprette et hold.

FREDERIKSUND # SE FUSWEB.DK

Jagttegn

I Danmark kræves jagttegn for at gå på jagt. På kurset lærer du at færdes i naturen, iagttage den og udnytte dens spisekammer. Kurset forbereder dig til jagttegnsprøven gennem teori og praktiske øvelser, bl.a. på skydebane.
Der indgår et par weekenddage i løbet af foråret.
Husk at du skal være 16 år for at få jagttegn, men dog må starte som 15-årig, og at du selv betaler prøveaflæggelse.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Bounce

Free Jump area, Big Bag, The Wall, Free Run, Slam Dunk og meget andet
Hop i Danmarks sjoveste hoppehav. Lav diverse øvelser og spring, mens du hopper fra trampolin til trampolin i den gigantiske Free Jump Arena.
Her er masser af sammenkoblede trampoliner, som vinkler sig op ad væggene – alt sammen for at du kan teste tyngdeloven og hoppe uden begrænsninger!
Trampolinhop er højintensiv træning for hele kroppen, selvom det føles mere som en leg end en sport, men det betyder ikke, at det ikke er effektivt. Har du prøvet parkour eller freerunning? Det her er lettere, blødere – men mindst lige så sjovt. Kom og prøv!
Bagefter går vi en tur igennem Fields, finder noget at spise, hvis du har lyst til det.

SE FUSWEB.DK



Droneflyvning

Må du ikke flyve med din drone hjemme i stuen og er dit værelse for småt. Så meld dig til her og vi vil finde en hal, hvor du og de andre kan øve uden at vinden blæser.
Når du er god nok, så kan du kæmpe mod de andre.
Vi finder på nogle konkurrencer.

SE FUSWEB.DK

Teen yoga & Mindfulness

Holdet er for absolut begyndere og dig, der har prøvet det før. Sagt af sidste års deltagere: "Det er meget afslappende at lave yoga, men også lidt hårdt med styrkeøvelserne. Vi snakker lidt om hverdagen først og laver yoga til musik, som vi selv vælger. Tilsidst ligger vi bare og slapper af til blid musik og tager på en meditationsrejse. Jeg var slet ikke klar over, at yoga var så mega vildt!" Du styrker din smidighed, koncentrationsevne og får ro i hoved og krop, så du kan holde ud at sidde stille længe eller dyrke din sport uden skader. Vidste du, at planken er en yogaøvelse, og at det nemmeste er at træne sin smidighed op? Namasté - jeg hilser dig og glæder mig til at se dig til en prøvetime.

SE FUSWEB.DK

Parkour

I parkour er der kun løsninger. Hvis vejen ikke fungerer, finder man en ny! Hvis labyrinten er lukket, laver man et "hul", så man kan komme igennem. Et træningspas består altid af opvarmning, styrketræning og teknisk træning, samt udstrækning. Vi vil også arbejde med psyken og tale om tilgangen til idrætten. Så vil du lære parkour fra bunden og rigtigt, så ses vi i FUS. Vi vil ikke kun være på FUS, tværtimod så skal vi ud på parkour baner og selvfølgelig bruge de "naturlige parkour baner" i omgivelserne. Kort sagt de steder, hvor vi kan finde en udfordring i forhold til parkouren.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK







DYKNING

#

Dykkerkursus trin 1 "Begynder"

PADI OWD. Dette er grundkurset for alle nye dykkere. Kurset består både af teori og en række dyk i svømmehal og i åbent vand. Efter endt uddannelse er du certificeret til dykning ned til 18 meter. Undervisningen er opbygget således, at du skal læse et kapitel i teoribogen til hver undervisningsgang. Teksten gennemarbejdes i teorilokalet. Herefter skal du afprøve og øve dine færdigheder i svømmehallen. Det hele ender med 4 dyk i åbent vand, hvor vi prøver det hele en gang til, blot under "danske forhold i havvand". For at deltage i kurset skal man have forældres eller værges accept, normalt helbred og kunne svømme 200 m. Kurset veksler hver uge mellem teori og praksis i svømmehal.

SE FUSWEB.DK

DYK Lysekil 2021

Et af Skandinaviens skønneste dykkersteder. Vi bor på et lækkert vandrehjem midt på Lyskils havnefront, hvor vi bl.a. laver natdyk. Er du ikke natdykker, har du mulighed for at tage et natspeciale. Derudover skal vi dykke i Gulmarsund, som har et helt unikt økosystem og et fantastisk undervandsliv. Og fik vi nævnt sommer, sol, vand, grill, is, "en morfar", gak og gøgl?
Du han forvente 6-8 dyk, med mulighed for god dybde og masser af flotte oplevelser.
Natcertifikatet koster 400,-

DATO OG PRIS KOMMER SENERE # SE FUSWEB.DK

Dykkerkursus trin 2 "Advance"

PADI AOWD. Efter grundkurset er det næste skridt i dykkeruddannelsen: Advancekurset. Her stifter du bekendskab med de 5 specialiteter: Navigation, dybde, Bouyance, naturalist og nat, og dine færdigheder bliver virkeligt pudset af. Men i ungdomsskolen går vi flere skridt videre og uddanner dig i mere dybdegående teori og styrker de brede dykkerkundskaber. Der indgår også en 1.hjælps-uddannelse i relation til dykkerulykker.
Kurset veksler hver uge mellem teori og praksis i svømmehal. Efter bestået kursus er du uddannet til 21 meter, hvis du er under 15 år, og 30 meter, hvis du er over 15 år.
Er du allerede uddannet Advance-dykker, kan du med fordel deltage i kurset, da du får masser af nye færdigheder gennem ungdomsskolens dykkersystem.

SE FUSWEB.DK





Dykkerkursus trin 3 "PADI RescueDiver"

RescueDiver-kurset er det sjoveste og mest spændende dykkerkursus. Gennem de to foregående kurser har du opbygget gode dykkerfærdigheder og efter dette kursus, er du klar til at kunne bestå og hjælpe andre dykkere der er i problemer. Er ulykken allerede sket, kan du iværksætte eftersøgning, redning, førstehjælp og evakuering. Det er sjovt, intents og super lærerigt! Som rescuediver har man opnået et meget kompetent dykkerniveau,og på ungdomsskolens kursus går vi langt ud over standardpensum.Der indgår et obligatorisk førstehjælpskursus i undervisningen.

SLANGERUP SVØMMEHAL + ÅBENT VAND
SE FUSWEB.DK

Livredderkursus

Livredderkurset er et kompetencegivende kursus, hvor du lærer førstehjælp, livredning i svømmehal, samt de gældende love og regler for det at arbejde som livredder i en svømmehal. Kurset afsluttes med en prøve og et bevis.

SLANGERUP SVØMMEHAL # SE FUSWEB.DK

KREATIV

#



Tegneserier 101

Elsker du at tegne? Kan du også lide at fortælle historier? Så er du måske tegneserieskaber, uden du selv ved det!
På holdet, "Tegneserier 101", laver du dine egne tegneserier helt fra bunden. Du lærer at overraske, glæde, formidle og underholde gennem det fremadstormende grafiske medie. Vi vil læse en masse tegneserier – både de korte (Steen & Stoffer, Cyanide & Happiness), de lidt længere og klassiske (Anders And, Valhalla) og de lange såkaldte "graphic novels" (Kick Ass, I morgen bliver det bedre, Glimt) – for at forstå hvilke virkemidler, man bruger, når man laver en tegneserie.
Vi besøger – hvis I vil det – både en tegneseriefestival og en tegnestue for at snakke med professionelle tegneserieskabere, og så kigger vi på, hvilke digitale instrumenter, du bedst kan bruge, når du skaber dine egne serier.
Men først og fremmest tegner og fortæller vi en masse! Så hvis du kan lide det, er "Tegneserier 101" holdet for dig!

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Sæt spor – get arty

Maling, kul, kridt, blyant og Posca tusch. Sæt spor er et tilbud til dig, der gerne vil arbejde med billedkunst.
Interesserer du dig for at tegne, male, lave grafik, eller måske street art, vil holdet være noget for dig.
Sæt spor handler om, at du får mulighed for at sætte de spor, du har lyst til og interesserer dig for. I fællesskab finder vi frem til, hvad timerne skal indeholde, og undervejs vil du blive præsenteret for forskellige teknikker, redskaber og materialer.
Er du godt i gang med dine egne projekter/værker, har du også mulighed for at få vejledning og sparring, hvad enten det drejer sig om foto, computergrafik eller måske udsmykning. Har du lyst til at blive bedre til billedanalyse, eller er det noget helt andet du brænder for, så prøver vi også at favne det.
Sæt spor har base på Willumsens Museum i Frederikssund, hvor vi selvfølgelig skal benytte os af de fantastiske muligheder der er, for at være helt tæt på stor kunst. Derudover vil vi opsøge inspiration i byen og i naturen, hvis det er det, vi har brug for. Har du en god ide til en tur ud af huset, finder vi også ud af det.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



Mal Selv Keramik

Har du lyst til at male dit eget keramik m/sjove teknikker? Udfold din fantasi og kreativitet og hyg dig med at male dine egne designs på f.eks. smykke/morgenmad skåle, lækre krus, tallerkner, fade, julepynt eller nogle af de mange andre keramikgenstande der er at vælge mellem. Vi fortæller om farver og har keramik med til inspiration. Du vælger de farver du vil male med og lærer forskellige sjove maleteknikker, så som sæbebobler, silk screen, out liner, flextape, tegning/skabelon og abstrakte teknikker så du får dine helt egne unikke mesterværker. Vi hjælper og kommer med individuelle fif undervejs. Der er mulighed for ekskursioner (1-3 gange) til KREAmik cafeen i Sigerslevvester, hvor i kan udvælge keramik og være med til at efterbehandle det malede keramik. (glasering & brænding mm). Ellers tager vi keramikken med hjem og glaserer & brænder i specialovn, så farverne fremmes og keramikken kan tåle opvask.
Hvis I har lyst, kan vi slutte timerne af med en kort afslappende meditation.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Glaskunst

Kunne du tænke dig at lære at lave glaskunst?
Så er det her du skal melde dig til.
Du lærer at arbejde med glasset og sætte det sammen til fade, små figurer eller smykker. Og du bliver guidet hele vejen.
Så spring ud i glaskunstens verden.
Det vil du ikke fortryde.
5 lektioner a 3 timer.

SKIBBY # SE FUSWEB.DK

Syning

Har du lyst til at trylle med stof, garn og andre materialer? Her lærer du de forskellige syteknikker, så du får et professionelt resultat.
Du lærer at tegne et mønster, tilrette og sy et beklædningsstykke, så det passer præcist til dig. Synes du at din garderobe er kedelig, eller trænger dit tøj til et pift, så ser vi også på det.
Her kan du kreere, klippe og sy dig et nyt stykke tøj eller lave om på noget af det gamle, du har. Sy en sej bluse, en fest- eller sommerkjole, en fed taske, lækre puder til dit værelse eller noget helt andet, som ingen andre har.
Undervisningen foregår i et professionelt miljø omgivet af hundredevis af stoffer.

SYHJØRNET FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Foto og film

På foto- og filmholdet foreviger vi øjeblikke. Igennem valg af lys, skygge, farver, former og komposition skaber vi de historier vi ønsker at fortælle.
Du lærer at tage bedre billeder med din mobil, men du lærer også at benytte avancerede spejlrefl ekskameraer.
Vi tager natur-, kunst- og portrætbilleder og vi redigerer efterfølgende vores billeder i Photoshop.
Vi filmer også - eksempelvis kortfilm og musikvideoer. Du får et indblik i idéudvikling, fremstilling af story board, filmiske virkemidler og efterfølgende videoredigering.

SE FUSWEB.DK

Radio & Podcast

Drømmer du om at blive radiovært? Eller at have din egen podcast? Så skal du tilmelde dig dette hold.
Du kommer til at arbejde med emner som interesserer dig, og derigennem udfolde din indre journalist gennem både radio og podcast.
Derudover arbejder vi med interview teknik, opbygning af et radioprogram, samt strukturen i den perfekte podcast og redigering af lyd.
Der vil i løbet af året komme spændende gæster forbi, som vil udfordre dig og dele ud af deres erfaring. Samtidig vil vi henover året udgive de forskellige podcast, samt være live fra studiet, så dine venner og familie kan høre det du producerer.
Holdet er for alle

SLANGERUP # SE FUSWEB.DK

3D film og effekter

Drømmer du om at blive instruktør, animator, make-up artist eller noget andet inden for film eller tv? Så er det her helt sikkert holdet for dig.
Lær at lave animation og tegnefilm,vilde og blodige speciel effects, forskellige klippe-teknikker og redigering, green screen arbejde, scene-opsætning, lyddesign samt meget meget mere.
Der vil i løbet af året være fælles projekter i form af forskellige små tema film, men hovedsageligt er det dine ideer, vi arbejder med og udvikler på.

SKIBBY # SE FUSWEB.DK





Grafisk design

Er du interesseret i at blive grafisk eller web-designer, kom og vis dine skjulte talenter og opgrader dine skills.
Udvikling fra skitse til et færdigt projekt.
Lær at lave det perfekte logo, eller lav en brugervenlig webside, hvor du lærer sammensætning af farver og reglerne for det perfekte websidedesign.
Ideen med dette hold er netop, at du har mulighed for at få flere færdigheder og udvikle dit talent for design og udvikling af en hjemmeside.

SKIBBY # SE FUSWEB.DK

Spiludvikling

Kender du spillet Heartstone, Pokémon Go eller Angry Birds Disse spil er lavet i Unity3D, som er det program, vi skal arbejde i. Du vil ende med at få gode kompentancer til at lave dine egne spil.
Holdet er for alle uanset hvor meget eller lidt, du kender til spiludvikling.Sammen sørger vi for at du kan lave spil, for der er mulighed for at udgive sit spil på GooglePlay, AppStore eller endda STEAM!!! Ses vi?
Du skal medbringe din egen computer, hvor du har installeret Unity3D, som er gratis.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Den søde tand / Kagekokkeriet

Her trylles der med de søde sager, så tænderne virkelig løber i vand.
Du lærer at lave kager og desserter, og får alle fiduserne til at lave de lækreste ting af vores konditor.Du vil lære at overtrække, pynte og smøre kager op. Vi skal arbejde med sprøjteteknik, fondant og forskellige farver. Du kan selv have indflydelse på, hvad vi skal kaste os ud i af lækkerier. Efter en sæson på Den søde tand, er en pandekage pludselig ikke bare en pandekage... Holdet er både for drenge og piger.

FREDERIKSSUND # FORVENTET OPSTART JANUAR 2021
SE FUSWEB.DK

Madkundskab / Kokkehuen

Det er dejligt at lave mad. Lækker mad, sund mad, festmad og billig mad. At kunne lave mad er dejligt og sjovt. Det er også en vigtig ting at kunne, når du flytter hjemmefra. Vi prøver derfor at tilberede enkle, men sunde og lækre retter, som egner sig til én eller to personer. Du kommer til at prøve kræfter med både basale hverdagsretter og mere eventyrlige festmåltider, så du også kan overraske familie og venner med dine kokke-talenter. Vi arbejder med de grundlæggende teknikker bag madlavningen. Hvad skal en sund kost indeholde? Hvordan laver jeg god og sund mad, som jeg også har råd til på en SU? Vi arbejder også med hygiejnen i et køkken.

FREDERIKSSUND # FORVENTET OPSTART JANUAR 2021
SE FUSWEB.DK



MOTOR



Cross

Har du lyst til at køre stærkt, vildt og sjovt – så er motocross måske noget for dig. Cross er en spændende og udfordrende sportsgren, hvor teknik og fysik spiller sammen. Cross-holdet er for såvel nybegyndere som øvede.
Ungdomsskolens crossafdeling har indtil videre bane ved Hanghøj, Skibby, hvor vi også har vores eget værksted. Banerne er udfordrende, og vi betragter crosskørsel som en seriøs sport. Derfor er der store sikkerhedsmæssige krav til både instruktion og materiel. Vi har 80 cc maskiner og sikkerhedsudstyr, hjelme, panser o.l. til rådighed. Derved giver vi dig mulighed for at dyrke en sjov og spændende sportsgren under trygge forhold, og uden at det koster en "bondegård".
Når du kører cross, er det nødvendigt, at du også lærer at reparere maskinerne, da de udsættes for en stor belastning. Derfor er en del af din tid optaget med at splitte, skrue og samle, således at maskinerne er klar til en ny omgang hop og fræs på banen. Derfor skal du være i værkstedet både onsdage og lørdage. Der indgår også et obligatorisk førstehjælpskursus i løbet af året.

SKIBBY # SE FUSWEB.DK



Motorlære

Kan du godt lide selv at reparerer på din cykel eller knallert/scooter. Er alt med motorer spændende, og er du ikke bange for at få sorte fingre, så er dette hold noget for dig.
I ungdomsskolens værksteder på Hanghøj og på Fioma har vi værktøj, dygtige medarbejdere og hyggelig stemning. Her kan du få hjælp til reparation af alt fra cykel til personbil. Vi har også nogle gamle maskiner du kan skrue på. Du lærer mere om hvordan maskinerne virker, og hvordan du skal vedligeholde og reparere dem. Løbende får du den teoretiske viden og de faglige begreber indarbejdet. Vi arbejder, roder og reparerer på alt fra plæneklippere til biler, og der er altid en god snak om biler, scootere og maskiner. Motorlære er for alle, drenge såvel som piger, der har lyst til at skrue, dreje, file, skifte olie og meget mere sammen med kammeraterne i et godt værkstedsmiljø.

FREDERIKSSUND # SLANGERUP # SKIBBY
SE FUSWEB.DK





Traktorkørekort

Det er tilladt at køre traktor når man er fyldt 16 år og har et traktorkørekort. Du kan tage undervisningen via ungdomsskolen. For at få traktorkørekort skal du have et gyldigt færdselsrelateret 1.hjælpsbevis. Du kan blive afhentet på stationen i Frederikssund. Ungdomsskolens tilbud omfatter teoriundervisning, kørselsundervisning (max 5 lektioner inkl. prøveaflæggelse) inkl. lån af traktor. Yderligere køretimer er for egenbetaling. Færdselsrelateret førstehjælp inkl. prøveaflæggelse samt lån af teoribog.
Traktorkørekort kan være en god genvej til et fritidsjob inden for landbrug, samt nogle byggevare- og entreprenørfirmaer.

Prisen er 3.100,- som indbetales til ungdomsskolen.

Når du har tilmeldt dig, skal du tage kontakt til Tørslev Køreskole for at aftale opstart mm.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Knallertkørekort

Du må køre på knallert/scooter, når du har det lovbefalede knallertkørekort og er fyldt 15 år. Du kan starte til knallertkørekortundervisningen ca. et halvt år inden din 15 års fødselsdag og gå til prøve, så du har dit knallertkørekort den dag du fylder 15 år. Inden du starter på knallertundervisningen, skal du have et gyldigt førstehjælpsbevis. Du kan tage det hele, inkl. førstehjælp i ungdomsskolen. Du skal deltage i hele undervisningen for at få kørekortet. Undervisningen er på i alt 38 timer. 8 timers trafikrelateret førstehjælp, 16 teori og 14 praktiske lektioner, samt prøver. Der er en teoretisk- og en praktisk prøve til sidst.

Tilmeld dig på et hold, så du starter når du er ca. 14½ år.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

FØRSTEHJÆLP

#



Førstehjælp til kørekort knallert – bil – MC – traktor

Kan du din A-B-C? Så kan du redde liv!
Dette kursus kan måske vise sig, at være de vigtigste 8 timer i dit liv. Det er ikke svært, det er faktisk ret nemt at yde førstehjælp. Og førstehjælp hos Ungdomsskolen er sjov og anderledes læring – du kommer ikke til at kede dig.

For at du kan erhverve kørekort til knallert, skal du have et godkendt førstehjælpsbevis i færdselsrelateret førstehjælp. Det kan du tage sammen med dine venner og veninder hos Frederikssund Ungdomsskole.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

Førstehjælpsbevis

Ungdomsskolen tilbyder mange forskellige førstehjælpskurser. Lige fra 4 timers HLR - AED til 12 timers kursus, som du kan bruge til din uddannelse.

Kan du din A-B-C? Så kan du redde liv!
Dette kursus kan måske vise sig, at være de vigtigste 8 timer i dit liv.
Det er ikke svært, det er faktisk ret nemt at yde førstehjælp.
Førstehjælp hos Ungdomsskolen er sjov og anderledes læring - du kommer ikke til at kede dig.
Vi bruger mobil i undervisningen:-)
Du bliver verdensmester i HLR (Hjertemassage) og brug af en hjertestarter.

Se mere om datoer og priser på vores hjemmeside og Ungdomsskolens FB side. Vi opretter hold efter behov.

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

BRANDKADET

#





Brandkadet

Måske drømmer du om at blive brandmand, eller vil gerne lære om brandslukning og redningsopgaver mv. Som brandkadet får du pulsen op og skal være stærkt koncentreret når I er på øvelser.
Du lærer at betjene brandslukningsmateriel, slukke brande, førstehjælp, frigøre personer ved færdselsuheld og meget meget mere. Det hele blandes med realistiske øvelser og spændende udfordringer. Endvidere kommer vi på besøg rundt omkring og ser "beredskabet".

Dette er holdet hvor kammeratskab, respekt, tillid og tolerance er nøglebegreber. Samarbejde er vigtigt, hvis vi skal kunne løse opgaverne tilfredsstillende.

Det hele foregår med udgangspunkt på beredskabsstationen og instruktørerne er alle veluddannede brandmænd med flere års erfaring. Du bliver udstyret med professionelt udstyr og professionel beklædning. Vil du være en af HVERDAGENS HELTE...?

På holdet vil der også være mulighed for at møde unge fra Halsnæs Ungdomsskoles hold.

Uddannelsens indhold:

- Beredskabets organisation og opgaver
- Brandkemi
- Slukningsmidler og deres anvendelse
- Materialelære
- B/C udlægning
- Stiger og stigevogn
- Skadestedlære
- Fyrværkerilære
- Sporbevaring
- Eftersøgning
- Højderedning
- Radiokommunikation
- Knob og stik
- Elementær brandbekæmpelse
- Trafikuheld
- Frigørelse
- Bådredning
- Røgdykning
- Førstehjælpskursus

BRANDSTATIONEN I FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK

LIDT AF HVERT

#





Frederikssund Ungeråd – F.U.R.

Er du vild med politik?
Vil du med til Folkemødet på Bornholm 2020?
Vil du være med til at dele 50.000 kr ud til de andre unge i kommunen?

Meld dig ind Frederikssund Ungeråd og vær med til at gøre Frederikssund kommune endnu bedre! Vil du tættere på det politiske liv? eller er du mere til det sociale liv?

Ungerådet holder møde den sidste torsdag i hver måned kl. 15:30 i Kosmos og har, sammen med Projektvognen, været med til at skaffe CAFE KOSMOS og FREDERIKSSUND SKATEPARK til kommunen. Ungerådet arrangerer politiske debatter og kan også være med til at skabe koncerter, festivaler og alt mulig andet!
I 2017 arrangerede Ungerådet en lagkagedebat, "Flere Lag i en Sag" til kommunalvalget og til Folkemødet på Bornholm 2018 og 2019.

Kom til STORmødet og meld dig ind i Ungerådet.
www.facebook.com/Frederikssundungeraad

SE FUSWEB.DK





Herreaften med pizza og lasergames

Forret: Lasergame
Hovedret: Pizza
Dessert: 2 timers lasergame
Har du prøvet at "pløkke" med laser?
Vi finder et godt sted, hvor vi kan kæmpe mod hinanden ude i det fri.
Vi har inviteret andre ungdomsskoler til kampen

FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



Nails

Har du en indre passion for negle? Eller et ønske om SELV at kunne lave smukke negle? Så skal du tilmelde dig til dette lille og hyggelige neglekursus. Her får du viden om hvordan man laver gelenegle helt fra bunden! Du får selvfølgelig lov til selv at arbejde med produkterne og prøve det af.
Alle produkter er af superkvalitet og er alle EU godkendte.
Kom og vær med til nogle hyggelige timer i et af skønheds-branchens fag, og få en masse ny viden og inspiration, og ikke mindst NYE negle!

SE FUSWEB.DK

UNGECAFÉEN

KOSMOS

DIN CAFE
I FREDERIKSSUND



ÅBENT
mandag – torsdag
kl. 14 – 18
Med mindre du holder det åbent på andre tidspunkter!!?



KAFFEKURSUS
LOPPEMARKED
FILMAFTEN
WHAT EVER!!
KOSMOS

Kom i Cafe KOSMOS!
Snak med dine venner
Mød nye venner
Drik kaffe/the/kakao
Lav lektier
Læs en bog
Lyt til musik
Arranger en koncert.....!!!

ALT HVAD DER SKER I KOSMOS
ER DET DU OG DE ANDRE ARRANGERER

Ungecafeen KOSMOS er en brugerstyret cafe for kommunens unge og lever af deres ideer og energi!
Det er så vildt at Frederikssund har KOSMOS
– alle andre er topmisundelig
– så kom og brug det!

DET ER DIG
DER SKAL UDFYLDE DETTE KOSMOS!

Følg os på

Kosmosungecafe

kosmos_ungecafe

KAFFE-LYNKURSUS

Lær at lav din egen latte på en espressomaskine!!
Find ud af, hvordan en cortado brygges og hvor meget mælk en Cappuccino egentlig skriger på?
- Et lyn kaffekursus til dig!

Hvis du drømmer om at søge job som barista ude i den store, store verden, så er det her lynkursus bestemt stedet at starte.

Planen er, at der skal brygges en masse kaffe!
Derudover bliver der forhåbentlig også tid til blindsmagning, en snak om bønnerne, vores smukke kaffekværn..... etc.

VI HAR KAFFEEKSPERTEN / UNDERVISEREN!
- DU LAVER KAFFEN!







FILOSOFI-CAFÉ

Er det moralsk forkert at få en abort?
Er dødsstraf retfærdigt?
Er det uetisk at spise kød?

Kosmos har skaffet kaffe/the/kakao og filosof
Vi stiller hinanden nogle af livets helt store filosofiske spørgsmål med afsæt i din egen hverdag. Omdrejningspunktet er ikke hvad Platon, Kierkegaard og andre store filosoffer tænkte (selvom vi nogle gange tager dem med på råd), men derimod dine egne erfaringer og tanker omkring, hvad der er rigtigt, forkert og meningsfuldt.

Vær klar til at få udfordret dine standpunkter omkring etik og moral, at vove dig ud i berømte tankeeksperimenter om mening og retfærdighed og indgå i sokratisk dialog med de andre på holdet for at finde ind til, hvad du egentlig mener – og vigtigst af alt hvorfor, du mener det.

Du vil blandt andet blive bedre til:
1) at lytte til og reflektere over andres synspunkter, 2) at tænke mere kritisk og sammehængende,
3) at finde større afklaring omkring dine værdier igennem dialog med andre. Du har direkte indflydelse på kursets indhold, så det matcher dine og dine medkursisters ønsker.

Forbered dig på at opdage nye sider af dig selv, når du bevæger dig ud i filosofien sammen med andre.

ER DU KLAR?

Første gang er der et oplæg om hvad denne filosofi cafe overhovedet går ud på!



Frederikssund Unge Råd holder møde i Kosmos den sidste torsdag i hver måned

EVENTMAGER
EN MINI UDDANNELSE

**HIP HOP KONCERT * FOTOUDSTILLING
DANSEFORESTILLING * OPEN AIR FILM
SKATEKONKURRENCE ..... ???????**

Hvem arrangerer? Hvordan gør du det?
– tilmeld dig EVENTMAGER uddannelsen!

Vi skal lave vores eget event / projekt! Og undervises i hvordan man får den gode ide, finder penge til sine projekter, kommer i medierne og hvordan man afvikler sit projekt! Også skal vi rystes sammen!

Undervisningen, i hvad enhver eventmager behøver at vide, varetages af en masse forskellige undervisere. Derudover skal I sammen lave et event / projekt som en del af undervisningen.

KOSMOS, FREDERIKSSUND # SE FUSWEB.DK



Uddannelsen Eventmager er udarbejdet af PROJEKTVOGNEN



FREDERIKSSUND MOSQUITOS

STREET BASKET
I FREDERIKSSUND

Kom og spil streetbasket,
jo flere vi er, jo sjovere bliver det

**Undervisning er torsdage
på banen ved Marienlyst skolen**

– og det er gratis!



PROJEKTVOGNEN
FREDERIKSSUND PROJEKTKONTOR

ARRANGER – BYG – SKAB

Hvad mangler din by? En filmfestival, en BMX-klub, et tegneserieværksted, en koncert, en danseforestilling, en fotoudstilling.....???

PROJEKTVOGNEN er stedet, hvor dine idéer og drømme skal realiseres!

PROJEKTVOGNEN er kontoret, hvor du kan netværke med andre projektmagere. Kom og få hjælp til dine ideer og projekter af folk med erfaring indenfor projekt-håndtering.

Find PROJEKTVOGNEN på facebook.com eller skriv på info@projektvognen.dk. Eller find PROJEKTVOGNEN ude i byen; på Campus, ved S-togs stationen, ved skateparken eller et helt andet sted!

PROJEKTVOGNEN GI'R KAFFE/THE – DU KOMMER MED DIN IDÉ!

Følg os på



SSP & GADETEAM

Følg os på



SSP

SSP er et samarbejde mellem folkeskolerne, ungdomsuddannelserne, fritids-og ungdomsklubberne, ungdomsskolen, familieafdelingen, ungekontakten, UU-vejledere, sundhedsplejerske, gadeteamet og Nordsjællands Politi.
SSP´s fornemmeste opgave er at forebygge kriminalitet blandt børn og unge.
Det kan enten være børn/unge, der er kommet ud i problemer, der skal hjælpes på rette spor igen. Det kan også være, et potentielt problem skal hindres i at opstå.

Kontakt SSP hvis du:

- Er ude i problemer og har brug for hjælp.
- Ikke har det godt.
- Er bekymret for venner/familie i problemer.
- Har været udsat for vold, trusler, tyveri, krænkelser på nettet m.m.
- Presses til at gøre noget kriminelt.

Man kan ringe helt anonymt, hvis man ønsker det. SSP har tavshedspligt og videregiver som udgangspunkt kun informationer, hvis du er indforstået med det.

Kontakt

E-mail: SSP@frederikssund.dk
Tlf.: 47 35 26 20 eller 47 35 26 06

Gadeteamet

Gadeteamet består af en gruppe professionelle voksne, der til dagligt arbejder med børn og unge på skoler, i klubber og på gaden.
Gadeteamet arbejder op- og forebyggende måske du allerede har mødt dem ved Sillebroen, på Stranden, ved skaterbanen, til fester og/eller i de forskellige tilbud, du benytter.

Gadeteamet er der for at hjælpe, støtte, vejlede og brobygge børn og unge til en bedre vej i livet.

Kontakt Gadeteamet, hvis du:

- Har brug for én at tale med.
- Har brug for råd og vejledning
- Har brug for støtte i en periode i dit liv.
- Har brug for støtte til at snakke med dine forældre eller andre voksne om nogle svære ting.
- Har et misbrug og har brug for vejledning ift., hvad du kan gøre.

Gadeteamet har som udgangspunkt tavshedspligt.

Kontakt

E-mail: gadeteam@frederikssund.dk
Tlf.: 23 48 09 04 eller 47 35 26 20



BRUG LØS AF **UNGDOMSSKOLEN.** DEN ER DIN.

Frederikssund
Ungdomsskole

ODINSVEJ 4D · 3600 FREDERIKSSUND
TLF. TLF: 47 35 26 00
WWW.FUSWEB.DK

FREDERIKSSUND
KOMMUNE

#KJALLDESIGN | 20622264