

TUFF Våren 2026

ÖNNESTADS FOLKHÖGSKOLA

Allmänt om TUFF i Önnestad

Innehåll i kurserna

Förutom teckenspråk så informerar vi om tolkanvändning och om teckenspråksanvändare = dövrealia och dövkultur.

Kostnad

Undervisning, barnomsorg, kost och logi är gratis.

Förlorad arbetsinkomst

Du får ersättning från CSN.

Resor

CSN beviljar resekostnadsersättning för en tur-och returresa mellan hemort och studieort per hel kurs.

Mål

Du ska kunna känna dig trygg i din egen produktion och avläsning av teckenspråket så att du kan kommunicera med ditt barn i olika vardagssituationer. Vi vill ge dig möjligheten att bli en språklig förebild för ditt barn.

Hur hjälper vi dig att nå målet?

- Vi uppmuntrar dig till att hitta och använda olika språkliga strategier för att stödja kommunikationen och lösa problem när språkkunskaperna inte räcker till.
- Vi använder oss mycket av praktiska övningar tagna från en familjs vardag t.ex. baka, snickra och bygga med lego utifrån instruktioner.
- För att locka fram lusten och glädjen till att använda språket spelar vi spel och har frågesport.
- För att få kunskap om teckenspråksanvändarna berättar våra döva lärare och andra inbjudna om sin livshistoria.

- Förutom den naturliga avläsning som det blir i klassrummet med en döv lärare använder vi oss också av digitalt material i vår avläsningsträning.
- Vid inläring av nya tecken förflyttar vi oss gärna in till stan där vi praktiserar utemetoden/direktmetoden för att få en konkret anknytning till verkligheten. Aldrig förr har det väl varit så kul att fönstershoppa.

Självklart anpassar vi utbildningen efter dina önskemål, behov och nivå.

Nivåindelning

Alla utbildningsanordnare har samma benämningar på sina kurser.

Bas= 3 veckor Fortsättning= 4 veckor Fördjupning= 3 veckor

Bas

- Teckenförråd utifrån föräldrarnas aktuella behov och barnens ålder.
- Avläsning
- Konversation
- Språkstrategi
- Produktion tex sagoberättande
- Kunskap om teckenspråksanvändare

Fortsättning

- Teckenförråd utifrån föräldrarnas aktuella behov och barnens ålder.
- Avläsning
- Konversation
- Produktion tex faktatexter
- Språkstrategi
- Översättning
- Beskrivning
- Kunskap om teckenspråksanvändare

Fördjupning

- Teckenförråd utifrån föräldrarnas aktuella behov och barnens ålder
- Konversation
- Avläsning
- Produktion text nyheter
- Översättning
- Argumentation
- Kunskap om teckenspråksanvändare

Hur gör jag?

På din ansökan kryssar du i den nivå du tycker passar dig.

Tips och idéer

Har du några tips eller idéer på hur TUFF kan passa dig så hör gärna av dig till mig.

Ingegerd Nyborg:

070-5662225 Mail: ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se

Vårt kursutbud

Helgkurs 25-26/4

Läggervecka i miniformat: barnomsorg, kost och logi, syskonundervisning
Plats: Önnestads folkhögskola

[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 1/4 - eller via vår hemsida



Tuff-temadag för er som har ungdomar i puberteten

Tid: 9/5

Plats: Önnestads folkhögskola

Vi fokuserar på våra ungdomar med allt vad det innebär: ungdomstecken, svordomar, sex m m. Syskon är välkomna att delta i syskonundervisning hela dagen.

[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 15/4 - eller via vår hemsida

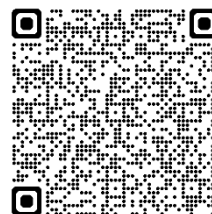


*Har ni en idé om Temadag så hör gärna av er till mig.
Det kan vara tema Sport, Grammatik m m.*

Kvälls-Tuff

TUFF i studiecirkelform. Vi träffas en gång i veckan, totalt 10 gånger. Innehållet anpassas efter dina önskemål. Kvälls-Tuff:en är ett bra sätt att hålla igång ditt teckenspråk. Syskon får gärna vara med om de klarar att "sitta still".

Klicka här för att anmäla dig eller scanna QR-koden, senast 12/1 - eller via vår hemsida, i anmälningsformuläret väljer du ort enligt nedan



Kvälls-Tuff i Malmö

Tid: Onsdagar 17.30-19.00

Plats: ABF

Start: 21 januari

Kvälls-Tuff i Lund

Tid: Tisdagar 17.30-19.00

Plats: Medborgarskolan

Start: 20 januari

Kvälls-Tuff i Helsingborg

Tid: Tisdagar 17.30-19.00

Plats: Meddelas senare

Start: 20 januari

Kvälls-Tuff i Kristianstad/Hässleholm

Tid: Onsdagar 17.30-19.00

Plats: Meddelas senare

Start: 21 januari

TUFF på Distans

Välj TUFF på Distans Avläsning, Konversation eller Blandat när du anmäler dig.

Distans-Avläsning och Distans-Konversation får du tillgång till kursen via Classroom och Meet. Vi träffas på Meet och konverserar inom olika områden.

Distans-Blandat får du tillgång till kursen via Classroom och Meet. Vi träffas på Meet och utökar vårt teckenförråd, tränar avläsning och konversation.

[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 19/1 - eller via vår hemsida



TUFF-taktilt

Vi erbjuder en kurs i taktilt teckenspråk.

Anmäl ditt intresse till: ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se

Läger på sportlovet vecka 8

Kursen pågår i 5 dagar men du kan själv välja hur många dagar du vill/kan delta. Medan du tränar teckenspråk tar vi hand om barnen. Förutom undervisning i teckenspråk till syskonen så ordnar vi olika aktiviteter beroende på ålder och intresse. Personalen som tar hand om barnen är teckenspråkskunniga. Undervisning, internat, kost och barnomsorg är gratis.

Tid: Vecka 8, 16-20 februari

Plats: Önnestads folkhögskola

[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 30/1 - eller via vår hemsida



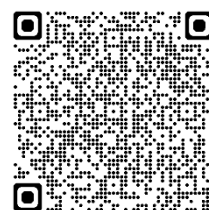
Sommarläger vecka 32

Kursen pågår i 5 dagar men du kan själv välja hur många dagar du vill/kan delta. Medan du tränar teckenspråk tar vi hand om barnen. Förutom undervisning i teckenspråk till syskonen så ordnar vi olika aktiviteter beroende på ålder och intresse. Personalen som tar hand om barnen är teckenspråkskunniga. Undervisning, internat, kost och barnomsorg är gratis.

Tid: Vecka 32, 3-7 augusti

Plats: Önnestads folkhögskola

[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 21/6 - eller via vår hemsida



Teckenspråk för dig som inte har svenska som första språk **TUFF-i**

Vi har TUFF-i i Malmö, Växjö, Helsingborg, Kalmar, Karlskrona och Kristianstad. Vi jobbar med bilder och enklare svenska. Lugnt tempo!

Tid: 9.00-12.00

Malmö:

Onsdagar varannan vecka, Start 28/1

Växjö:

Onsdagar var 3:e vecka, Start: 28/1

Helsingborg:

Tisdagar varannan vecka, Start: 27/1

Kristianstad:

Måndagar 1 gång/ månad, Start: 4/2

Kalmar:

Torsdagar var 3:e vecka, Start: 29/1

Karlskrona:

Onsdagar var 3:e vecka, Start 28/1

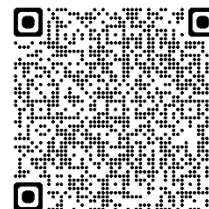
[Klicka här för att anmäla dig](#) eller scanna QR-koden,
senast 19/1 - eller via vår hemsida



TUFF på Hemmaplan

Tid: 09:00-16:00 om inget annat anges

**Klicka här för att anmäla dig eller scanna QR-koden,
senast 12/1 - eller via vår hemsida,
i anmälningsformuläret väljer du ort enligt nedan**



Västervik *(sista anm.dag 23/2)*

Datum: 11/3

Plats: Sjukhuset alternativt på distans

Lund

Datum: 27 januari
Därefter bestämmer vi nya datum, totalt 4 gånger.

Plats: Medborgarskolan

Kalmar

Datum: 22 januari
Därefter bestämmer vi nya datum, totalt 4 gånger.

Plats: Meddelas senare

Karlskrona

Datum: 29 januari
Därefter bestämmer vi nya datum, totalt 4 gånger.

Plats: Meddelas senare

Helsingborg

Datum: 28 januari
Därefter bestämmer vi nya datum, totalt 4 gånger.

Plats: Medborgarskolan

Växjö

Vill du gå TUFF i Växjö så meddela Ingegerd.
Ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se
Tid: 9.00-15.00

Kristianstad

Vill du gå TUFF i Kristianstad så meddela Ingegerd.
Ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se
Tid: 9.00-15.00

Trelleborg

Vill du gå TUFF i Trelleborg så meddela Ingegerd.
Ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se
Tid: 9.00-15.00

Saknar du din ort? Hör av dig så försöker vi lösa det!

Ingegerd Nyborg:
070-5662225 Mail: ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se

OBS! Du behöver inte kunna delta alla datum!

Om du behöver hjälp, kontakta:

Ingegerd Nyborg:
070-5662225 Mail: ingegerd.nyborg@onnestadsfolkhogskola.se