# Eikholt kurskatalog 2022

INNHOLDSFORTEGNELSE

[OM OSS 3](#_Toc82509258)

[Nasjonal møteplass 3](#_Toc82509259)

[For hvem? 3](#_Toc82509260)

[eikholt.no 4](#_Toc82509261)

[Hva koster det? 4](#_Toc82509262)

[FASILITETER 4](#_Toc82509263)

[KURSTILBUDET 5](#_Toc82509264)

[INDIVIDUELLE KURS 5](#_Toc82509265)

[INTRODUKSJONSKURS 5](#_Toc82509266)

[Kartlegging og optimalisering av syn 5](#_Toc82509267)

[Kartlegging og optimalisering av hørsel 6](#_Toc82509268)

[Punktskrift (braille) 6](#_Toc82509269)

[Kommunikasjon 6](#_Toc82509270)

[Mobilitet / ledsaging 6](#_Toc82509271)

[ADL – aktiviteter i dagliglivet 6](#_Toc82509272)

[PC / Mac 6](#_Toc82509273)

[Smarttelefon / nettbrett 6](#_Toc82509274)

[Tilbud til par og familier 6](#_Toc82509275)

[Suppleringskurs 7](#_Toc82509276)

[GRUPPEKURS 8](#_Toc82509277)

[Temakurs - i tre deler 8](#_Toc82509278)

[Musikkdager for personer med ervervet døvblindhet 9](#_Toc82509279)

[Kurs om lys, blending og filter 10](#_Toc82509280)

[Forskning og brukermedvirkning 11](#_Toc82509281)

[Sanselig mat 12](#_Toc82509282)

[Haptisk med førerhund 13](#_Toc82509283)

[Søskengruppe - tid for meg 14](#_Toc82509284)

[Musikkdager for personer med medfødt døvblindhet 15](#_Toc82509285)

[Kommunikasjon med alle sanser - sommer og vinter 16](#_Toc82509286)

[Nærpersonkurs 17](#_Toc82509287)

[Familiekurs: Livet med Usher 18](#_Toc82509288)

[Høstaktivitet for personer med medfødt døvblindhet 19](#_Toc82509289)

[Aktivitetsuker 20](#_Toc82509290)

[Å leve med visuelle hallusinasjoner på grunn av Charles Bonnet syndrom (CBS) 21](#_Toc82509291)

[Din tekniske hverdag 22](#_Toc82509292)

[Yrkesaktiv med nedsatt syn og hørsel 23](#_Toc82509293)

[Terminliste gruppekurs VÅR 2022 24](#_Toc82509294)

[Terminliste gruppekurs HØST 2022 25](#_Toc82509295)

# OM OSS

Landsdekkende kompetansesenter

Eikholt er et nasjonalt ressurssenter for personer som har kombinert syns- og hørselsnedsettelse/døvblindhet. Vi er en ideell stiftelse lokalisert i Drammen, og har ca 30   
ansatte innen ulike fagområder. Fagstaben består av medarbeidere med spisskompetanse innen syn, hørsel, kommunikasjon, mobilitet, helse, IKT, pedagogikk, psykososialt arbeid og IFOU (innovasjon, forskning og   
utvikling). Eikholt ble 40 år i 2020 og er i kontinuerlig utvikling. Hvert år mottar ca. hver tredje person med kombinert syns – og hørselsnedsettelse/døvblindhet ulike tilbud fra oss.

# Nasjonal møteplass

Vi legger stor vekt på å skape en levende arena for alle som bruker Eikholt.

Mange gir uttrykk for at de har stort utbytte av å møte andre i lignende situasjon. Utveksling av erfaringer og sosialt samvær med andre med brukererfaring er en verdi i seg selv.

Vi ser også at personer som er i ulike livsfaser og med ulike erfaringer knyttet til den doble sansenedsettelsen har nytte og glede av å møte hverandre.

Et tilbud på Eikholt gir mulighet for fellesskap, utvikling og økt livskvalitet.

# For hvem?

Kombinert syns- og hørselsnedsettelse / døvblindhet

Det finnes ingen enkel fasit for hvor stor en syns- eller hørselsnedsettelse må være for å kunne   
motta tjenester fra Eikholt. Vi vurderer alle søknader individuelt, og innhenter i den forbindelse alle relevante medisinske opplysninger. Følgende er et utdrag fra den nordiske definisjonen av   
døvblindhet:

«Kombinert syns- og hørselsnedsettelse/døvblindhet begrenser en persons aktiviteter og hindrer full deltakelse i samfunnet. For den det gjelder, familie og øvrig nettverk, kan dette innebære store praktiske og psykososiale utfordringer. Det er derfor behov for at samfunnet støtter med særlig tilrettelagte tjenestetilbud, tilpasning av omgivelsene og/eller tekniske hjelpemidler»

En person med dobbel sansenedsettelse kan ha ulik mulighet for deltakelse i aktiviteter. Varierende mulighet for deltakelse i en aktivitet er ofte påvirket av forhold i omgivelsene i tillegg til individuelle personlige forhold.Ved tilrettelegging av tjenestetilbud og tilpasning av omgivelsene er det behov for en tverrfaglig   
tilnærming, samt spesifikk kunnskap om den doble sansenedsettelsen. Eikholt gir veiledning og   
opplæring både til personen selv, pårørende, andre nærpersoner og til det profesjonelle nettverket.

# eikholt.no

Vi ønsker at det skal være enkelt å komme i kontakt med oss.

Vår hjemmeside har søknadsskjema for kurs, og kontaktinformasjon til hver enkelt rådgiver.

Telefon: 32 88 90 50 alle hverdager fra kl 8:30 -15:30

E-post: post@eikholt.no

Mobiltelefon: 456 14 404

Du kan også sende e-post direkte til inntakskoordinator, eller fagsjef:

[ragnhild.bjorgum@eikholt.no](mailto:ragnhild.bjorgum@eikholt.no) (inntakskoordinator)

[thomas.overby@eikholt.no](mailto:thomas.overby@eikholt.no) (fagsjef)

# Hva koster det?

Kursene våre er gratis for brukere. Utgifter til kurs for familie, slektninger og andre nærstående personer kan også dekkes. Reiseutgifter dekkes av NAV og yrkesaktive kan søke om sykepenger, opplæringspenger og dekning av tapt arbeidsfortjeneste.

NAV dekker kostnader for ledsager når personer med medfødt døvblindhet skal delta på tilpasningskurs. Du henvender deg til NAV- tolketjeneste i hjemfylket for bestilling av tolk/ledsager til kursoppholdet og reisen. Det er også anledning til å bruke privat ledsager. Privat ledsager får dekket reise og opphold på samme måte som kursdeltaker.

Spesialisthelsetjenester dekkes etter egne regler. Dette får du opplysning om når det er aktuelt.

# FASILITETER

For alle kurs som strekker seg over flere dager tilbyr vi overnatting i moderne leiligheter med egen stue og bad. Frokost, lunsj og middag er dekket i oppholdet og serveres til faste tider i fellesområdet. Alle lokaler på Eikholt er tilrettelagt med god akustikk, teleslynge, mikrofoner, gode kontraster og ledelinjer. Basseng og treningsrom er også tilgjengelig for fri benyttelse i løpet av oppholdet. Det skal være godt å komme til Eikholt.

# KURSTILBUDET

Personer med kombinert syns- og hørselsnedsettelse/døvblindhet og deres pårørende – familie, slektninger og andre nærstående personer har rett til tilpasningskurs etter   
Lov om folketrygd § 10-7. Eikholt har et nasjonalt ansvar for disse kursene.

Tilpasningskursene kan skje på Eikholt, hjemme hos bruker, eller på brukers arbeidsplass/ eller studieplass. Eikholt har tilbud til både personer som er født med, eller har fått en kombinert syns- og hørselshemming.Tilpasningskurs gis både som individuelle kurs og som gruppekurs. Gruppekursene er satt opp med fast dato og det tas forbehold om endringer.

# INDIVIDUELLE KURS

• Vi tar imot henvendelser om individuelle kurs gjennom hele året

• Fyll ut skjema på vår nettside: «Individuelle tjenester/tilbud»

• En rådgiver tar kontakt med deg for å høre hvilke kurs du har behov for

• I mai og november planlegger vi individuelle kurs for neste halvår

Individuelle kurs skreddersys og avtales med den enkelte.

I de påfølgende sidene beskrives ulike tema som det kan søkes kurs om.

## INTRODUKSJONSKURS

Introduksjonskurs er rettet mot nye brukere av Eikholt, eller for brukere som har opplevd vesentlige endringer av syns- og hørselsfunksjon. Dette kurset danner et viktig grunnlag for andre kurs/opplæring. En av våre rådgivere tar kontakt med deg for å planlegge introduksjonskurset.

AV-klinikken er et viktig sted for introduksjonskursene. Her tester vi praktiske syns- og hørselsfunksjoner. Vi ser på samspillet mellom syn og hørsel og hvilke konsekvenser ditt kombinerte syns- og hørseltap har for deg i hverdagen. Målet er at du skal få kunnskap om hvordan den kombinerte syns- og hørselsfunksjonen innvirker på det daglige livet.

Kurset inneholder en syns- og hørselspedagogisk kartlegging, samtale med   
sosionom, kartlegging av kommunikasjon, samtale om aktiviteter i det daglige liv. Utprøving og søknad på hjelpemidler kan være aktuelt, og ved behov bistår vi med å knytte kontakt med Regionsenteret i Nasjonal kompetansetjeneste for døvblinde.

## Kartlegging og optimalisering av syn

Vi foretar synskartlegging og vurderer om dine synshjelpemidler er godt tilpasset ditt sansetap og dine behov. Da det er ulike årsaker til sansetap, vil testene og målingene være individuelt tilpasset. På Eikholt har vi mulighet til å optimalisere synssansen opp mot ulike   
aktiviteter, aktiviteter som betyr noe for deg og som du ønsker å delta i.

Vi tilbyr også demonstrasjon og utprøvning av hjelpemidler. Du vil få tid til å bli kjent med de ulike hjelpemidlene og selv vurdere hva som vil være hensiktsmessig for deg.

## Kartlegging og optimalisering av hørsel

Vi foretar hørselskartlegging og vurderer om høreapparater og annet hørselsteknisk utstyr er godt tilpasset ditt sansetap og dine individuelle behov. Vi gjennomfører audiometri og   
hjernestammeaudiometri på personer med medfødt døvblindhet. Vi gir opplæring om den   
enkeltes hørsel og i bruken av hørselstekniske hjelpemidler. Den enkelte får tid til i å bli kjent og fortrolig med funksjonene til høreapparatene og tilkobling til ulike hørselstekniske hjelpemidler.

## Punktskrift (braille)

Opplæring i grunnleggende kunnskaper i punktskrift i dagliglivet, eventuelt også med utprøving av leselist. Kurset gis i flere deler over en periode på 1 ½ år. Vår opplæring skjer i nært   
samarbeid med den lokale voksenopplæringen.

## Kommunikasjon

Opplæring i nye metoder og strategier i kommunikasjonen som støtte for å kommunisere i dagliglivet, for eksempel tegn til tale, taktile tegn og haptisk kommunikasjon.

## Mobilitet / ledsaging

Opplæring i grunnleggende teknikker innen mobilitet og orientering. For eksempel   
ledsagerteknikker, orienteringshjelpemidler, GPS, hvit stokk med mer.

## ADL – aktiviteter i dagliglivet

Opplæring i teknikker/strategier for å mestre dagliglivet, for eksempel utprøving av enkle hjelpemidler, matlaging, personlig hygiene og lignende.

## PC / Mac

Kursinnhold kan være å sørge for at riktige innstillinger er valgt, samt opplæring i lagring, mappestruktur, snarveier og grensesnitt. Vi veileder i relevante programmer som   
tekstbehandling, regneark, presentasjon, internett, epost, kalender med mer.

## Smarttelefon / nettbrett

Kursinnhold kan være opplæring i bruk av apper som telefon, meldinger, epost, internett, kalender, kamera, kart, talestyring, skytjeneste, nedlastning av apper, og ikke minst sørge for at riktige innstillinger er valgt, og at disse blir forklart på en god måte. Målet er økt selvstendighet i informasjonsinnhenting og kommunikasjon.

## Tilbud til par og familier

Kurs for et enkeltpar eller sammen med andre par. Vi tilbyr også kurs for hele familien.   
Vi tilpasser kurset etter det enkelt par/den enkelte familie sine behov og ønsker.

Målet er at nærpersoner i familie og nettverk skal få informasjon om kombinert sansetap og de utfordringene det kan gi i dagliglivet. Vi har fokus på muligheter og gode strategier, samt opplæring og øvelser i ulike former for kommunikasjon.

## Suppleringskurs

Kombinert syns- og hørselsnedsettelse/døvblindhet er en progredierende funksjonsnedsettelse. Derfor vil det være behov for oppfølging i form av suppleringskurs som kan spres ut over et lengre tidsrom for å gi nødvendig tid til å tilegne seg ny kunnskap og til å øve eller tilpasse seg det nye som læres.

# GRUPPEKURS

## Temakurs - i tre deler

Foredragsholder Kjell-Henrik Hendrichs fortsetter sine underholdende og lærerike forelesninger. De populære forelesningene handler om aktuell samfunnstematikk og går over tre uker.

Del 1: Uke 06 (08. – 11. februar)

Del 2: Uke 14 (05. - 08. april)

Del 3: Uke 40 (04. – 07. oktober)

Tema/ kursinnhold:

• Aktuelle samfunnstemaer og generell samfunnskunnskap

• “Norge i verden og i forhold til seg selv”

• Aktuelle politiske saker

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Aashild Klopan

[aashild.klopan@eikholt.no](mailto:aashild.klopan@eikholt.no)

## Musikkdager for personer med ervervet døvblindhet

Uke 5 (1. – 4. februar)   
Uke 33 (16. – 19. august)

Søknadsfrist 01. november

Kontaktperson:

Cathrine Timm Sundin

[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Mål:

* Skape en arena for å utvikle og utnytte sitt kreative, kunstneriske og musiske potensiale.
* Skape motivasjon og muligheter gjennom musikk.
* Ny kunnskap om kommunikasjon og musiske aktiviteter.
* Personer med funksjonsnedsettelser skal ha en plass i det kulturelle samfunnet som   
  likestilte utøvere og mennesker.
* Gjennom aktiviteter vil vi få frem den enkeltes ressurser og muligheter. Ved å tilrettelegge for kreative aktiviteter fremmes sosial tilhørighet, verdighet og livskvalitet.

Tema/ kursinnhold:

* Musikkutfoldelse med et stort utvalg av rytme- og klanginstrumenter.
* Kommunikasjon via felles opplevelser, bevegelse, rytme og taktilitet.
* Veiledning fra instruktører og utøvende musikere med fra   
  Dissimilis nasjonale kompetansesenter.
* Inspirasjon og erfaringsutveksling kommunikasjon og musiske aktiviteter.
* I samspill med syns- og hørselstekniske hjelpemidler.

Målgruppe:

For deg som er glad i musikk og ønsker å utvikle ditt kunstneriske og musiske uttrykk.

## Kurs om lys, blending og filter

Uke 10 (08. – 11. mars)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Sigrid Midtbø Storkås

[sigrid.midtbo.storkas@eikholt.no](mailto:sigrid.midtbo.storkas@eikholt.no)

Mål:

* Få kunnskap om naturlig og kunstig lys
* Lære om årsak til blending
* Lære om filter og effekten av filterbriller
* Lære om lysets påvirkning på døgnrytmen

Tema/ kursinnhold:

* Undervisning i grupper med vekt på brukererfaring
* Teoretisk kunnskap om lys, blending og filter
* Praktisk utprøving der du får testet ut hvordan ulik belysning påvirker din synsfunksjon
* Målgruppe:
* For deg som ønsker å lære om hvorfor lyset er din beste venn og samtidig en fiende

## Forskning og brukermedvirkning

Uke 11 (15. – 18. mars)

Søknadsfrist: 01. November

Kontaktperson:   
Ann-Britt Johansson

[ann-britt.johansson@eikholt.no](mailto:ann-britt.johansson@eikholt.no)

Forskning er å undersøke noe ved hjelp av vitenskapelig metode for å frembringe ny kunnskap.

Dette gruppekurset skal gi en kort innføring i viktige elementer i forskning generelt og forskning på området døvblindhet spesielt. For de som etter dette gruppekurset har interesse av det, vil kurset kvalifisere for deltakelse i et prosjekt for å utvikle mer kunnskap om hvordan brukere kan ha innflytelse på forskningen på eget område.

Formålet med brukermedvirkning er å bidra til at forskningen har høy grad av relevans og nytteverdi for den aktuelle målgruppen. Brukermedvirkning i   
forskningen handler om dialog og samarbeid mellom forsker og bruker.

Kursledere er forskere ved Eikholt: Ann-Britt Johansson og Rolf Lund.

Det vil i tillegg være bidrag fra andre forskere og medarbeidere på Eikholt.

## Sanselig mat

Uke 12 (22. – 25. mars.)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Ragnhild Bjørgum

[ragnhild.bjorgum@eikholt.no](mailto:ragnhild.bjorgum@eikholt.no)

Mål:

* Mestre planlegging og tilberedning av enkle matretter
* Utvikle (nye) strategier for å oppleve mestring i tilberedning av enkel og god hverdagsmat

Tema/kursinnhold:

* Planlegging, innkjøp og tilbereding av mat
* Sanseopplevelser med mat: lukte, smake, kjenne
* Enkle oppskrifter til daglig bruk
* Hjelpemidler/redskaper i matlaging
* Hvordan gjøre kjøkkenet til en god arbeidsplass for deg

## Haptisk med førerhund

Uke 16 (19. – 22. april)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin  
[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Mål:

* Å skape gode strategier for samarbeid mellom hundefører, ledsager og hund
* Tema/ kursinnhold:
* Teoretisk kunnskap om bruk av haptiske   
  signaler sammen med førerhund
* Rolleavklaringer
* Undervisning i gruppe med vekt på brukermedvirkning og erfaringsutveksling
* Kursholdere fra Hapti-co og Blindeforbundets førerhundskole
* Praktiske øvelser

Målgruppe: For deg som har førerhund

## Søskengruppe - tid for meg

Uke 13 (31. – 02. april)

Uke 37 (15. – 17. september)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson:

Marit Irene Vie

[marit.irene.vie@eikholt.no](mailto:marit.irene.vie@eikholt.no)

Mål:

* Søsken møtes og deler erfaringer om å være søsken.
* Øke søskens kunnskap om kombinert syns- og hørselsnedsettelse /døvblindhet.
* Tema/kursinnhold:
* Hvordan er det å være meg? Erfaringsutveksling om å ha en søster / bror med kombinert syns- og hørselsnedsettelse.
* Praktiske øvelser med nedsatt syn og hørsel.
* Aktiviteter og sosiale møteplasser / lek.

Målgruppe:

* Barn og ungdom mellom 10 og 16 år med en bror eller søster med kombinert syns- og hørselsnedsettelse / døvblindhet.

## Musikkdager for personer med medfødt døvblindhet

Søknadsfrist 01. november

Uke 18 (03. – 06. mai)

Kontaktpersoner:

Cathrine Timm Sundin

[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Marit Irene Vie  
[marit.irene.vie@eikholt.no](mailto:marit.irene.vie@eikholt.no)

Mål:

* Skape en arena for å utvikle og utnytte sitt kreative, kunstneriske og musiske potensiale.
* Skape motivasjon for kommunikasjon og uttrykk gjennom bevegelse, rytme og musikk.
* Ny kunnskap om musiske aktiviteter og kommunikasjon for kursdeltakerne og nærpersoner.
* Personer med funksjonsnedsettelser skal ha en plass i det kulturelle samfunnet   
  som likestilte utøvere og mennesker.
* Gjennom aktiviteter vil vi få frem den enkeltes ressurser og muligheter. Ved å tilrettelegge for kreative aktiviteter fremmes sosial tilhørighet, verdighet og livskvalitet.

Tema/ kursinnhold:

* Musikkutfoldelse med et stort utvalg av rytme- og klanginstrumenter.
* Utprøving av bandinstrumenter.
* Kommunikasjon via felles opplevelser, bevegelse, rytme og taktilitet.
* Veiledning fra instruktører og utøvende musikere fra Dissimilis nasjonale kompetansesenter
* Inspirasjon og erfaringsutveksling musiske aktiviteter og kommunikasjon for kursdeltakerne og nærpersoner.
* I samspill med syns- og hørselstekniske hjelpemidler.

## Kommunikasjon med alle sanser - sommer og vinter

Uke 23 (07. - 10. juni)

Søknadsfrist: 01. mai

Uke 50 (13. - 16. desember)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Aashild Klopan

[aashild.klopan@eikholt.no](mailto:aashild.klopan@eikholt.no)

Tema/kursinnhold:

• Lære nye kommunikasjonsmetoder og strategier

• Opplæring i teknikker knyttet til praktiske og kreative aktiviteter

• Informasjon, demonstrasjon og utprøving av   
 syns – og hørselstekniske hjelpemidler etter behov

• Undervisning i gruppe med vekt på brukermedvirkning   
 og erfaringsutveksling

• Aktivitetene er tilpasset årstiden

Mål:

• Skape en felles arena for sanseopplevelser, opplevelse av   
 mestring og aktiv deltakelse knyttet til årstid og tradisjoner

• Forebygge isolasjon og bygge nettverk

Målgruppe:

• Eldre, enslige og personer som ikke kan benytte andre tilbud

## Nærpersonkurs

Uke 24 (15. – 17. juni)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktpersoner:

Cathrine Timm Sundin

[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Marit Irene Vie  
[marit.irene.vie@eikholt.no](mailto:marit.irene.vie@eikholt.no)

Mål:

* Få økt kunnskap om kombinert sansetap
* Få kompetanse om ulike måter å kommunisere

Tema/kursinnhold:

* Utforske kommunikasjon i alle former
* Praktiske øvelser knyttet til hverdagslivet
* Presentere mulighetene innenfor syn- og hørselstekniske hjelpemidler
* Relasjonens betydning i kommunikasjon
* Kurset er basert på erfaringsutveksling gjennom aktiv deltakelse og   
  dialog mellom fagpersoner og kursdeltakerne.
* Kursdeltakernes behov vil ivaretas i grupper og individuelt

Målgruppe:   
  
Nærpersoner. Personer som er i relasjon med personer med   
kombinert syns- hørselsnedsettelse/døvblindhet enten i privatlivet   
eller personal i andre arenaer.

## Familiekurs: Livet med Usher

Uke 32 (10. – 14. august)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktperson:

Line Hovland

[line.hovland@eikholt.no](mailto:line.hovland@eikholt.no)

For familier som har barn/ungdom med Usher.

Mål:

* Å bli kjent med andre familier i samme situasjon
* Å finne håp og inspirasjon i gode eksempler
* Få gode opplevelser gjennom aktivitet og deltakelse sammen med andre

Tema/kursinnhold:

* Å leve i en familie med Usher, som foreldre, søsken og som barn/ungdom med diagnosen
* Nytt innen forskning
* Hvordan syn og hørsel virker inn i aktiviteter
* Møte med en ung voksen som lever med Usher
* Lek og moro

## Høstaktivitet for personer med medfødt døvblindhet

Uke 35 (30. – 02. september)

Søknadsfrist 01. november

Kontaktersoner:

Cathrine Timm Sundin

[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Marit Irene Vie  
[marit.irene.vie@eikholt.no](mailto:marit.irene.vie@eikholt.no)

Mål:

* Skape en arena for å utvikle og utnytte egne fysiske, kreative, og kognitive muligheter.
* Utvikling av kommunikasjon, språk og mestringsfølelse gjennom meningsfulle aktiviteter.
* Overføre kunnskap om kommunikasjon, sosiale rammer, kultur og fysisk aktivitet til deltakers nettverk / personell / nærpersoner.
* Tema/kursinnhold:
* Sansestimulering gjennom ulike aktiviteter ute og inne
* Opplæring og veiledning i ulike aktiviteter som padling, turløype, aktiviteter i vann (basseng), forming / leire mm.
* Kompetanseoverføring / kurs for deltakernes nettverk / personell / nærpersoner

Sted: Eikholt og nærområdet

## Aktivitetsuker

Uke 43 (24. – 28. oktober)

Uke 45 (07. – 11. november)

Søknadsfrist: for begge ukene 01.mai

Kontakterson:

Cathrine Timm Sundin

[cathrine.t.sundin@eikholt.no](mailto:cathrine.t.sundin@eikholt.no)

Praksisuker for alle landets tolkestudenter

Mål:

* For kursdeltagerne er målet å ha en uke med mye fysisk aktivitet. Vi ønsker å legge til rette for aktiviteter som mange ikke har prøvd tidligere.
* For tolkestudentene er målet å bli dyktige tolk/ledsagere gjennom en god og variert praksisuke.

Tema/kursinnhold:

* Aktivitetene varierer fra år til år. Eksempler på aktiviteter kan være;   
  sjakk, hvordan bruke tolk/ledsager, linedance, løpekurs, yoga, turdag,   
  styrke og balansetrening, klatring, bowling, dans, crossfit, sykling,   
  forelesninger osv.
* Kurset er ikke et tilpasningskurs. Eikholt dekker utgiftene for reise og opphold.
* Tolkestudentene dekker behovet for tolk/ledsagning under hele oppholdet.

## Å leve med visuelle hallusinasjoner på grunn av Charles Bonnet syndrom (CBS)

Uke 44 (01. – 04. november)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktperson:   
Line Hovland

line.hovland@eikholt.no

Mål:

* Lære om CBS
* Å kunne leve bedre med CBS
* Tema/ kursinnhold:
* Undervisning i gruppe med vekt på brukermedvirkning og erfaringsutveksling
* Betydning av CBS for aktiviteter i hverdagen
* Stressmestring

## Din tekniske hverdag

Uke 46 (15. – 18. november)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktpersoner:

IKT-teamet  
[ikt@eikholt.no](mailto:ikt@eikholt.no)

Tema/kursinnhold:

* Trenger du å lære mer om tekniske muligheter? Vil du bli bedre kjent med begreper som brukes i din tekniske hverdag? Vi vil ta for oss nyheter og trender, ord og uttrykk, og gå gjennom konkrete produkter og tjenester.
* Hva er nytt av telefoner, datamaskiner, abonnementstjenester, hva er   
  forskjell på wifi og mobildata, hva er skylagring, med mer?
* Se nye muligheter med teknologi.
* Dette er et informasjonskurs om teknologi som er og kommer. Det vil bli anledning til noe utprøving og veiledning på eget utstyr.

Målgruppe:

* Kurset egner seg for den som er nysgjerrig på ny teknologi og som ønsker å bli mer selvstendig og tryggere i hverdagen ved bruk av ny teknologi.

Forutsetninger:

* Det kreves ingen tekniske forutsetninger, men har et ønske om å forstå begreper, se muligheter og mestre din tekniske hverdag.
* Det vil bli god tid til spørsmål.

## Yrkesaktiv med nedsatt syn og hørsel

Uke 47 (22. – 25. november)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktperson:

Victoria Falen

[victoria.falen@eikholt.no](mailto:victoria.falen@eikholt.no)

Mål:

* Deltakerne skal få innsikt i egen situasjon og   
  egne behov på arbeidsmarkedet.
* Få kunnskap om arbeidsmarkedets utvikling   
  og hvilke rettigheter man har.

Tema/ kursinnhold:

* Kunnskap om ulike støtteordninger   
  i forbindelse med arbeid.
* Kartlegging av behov for tiltak på arbeidsplassen
* Kunnskap om bruk av tekniske hjelpemidler.
* Tilrettelegging for å kunne holde seg   
  i fysisk og psykisk god form.
* Likemannsarbeid

# Terminliste gruppekurs VÅR 2022

Søknadsfrist for alle vårkurs: 01. November

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| UKE | DATO | KURS |
| 5 | 01. - 04. februar | Musikkdager (ervervet døvblindhet) |
| 6 | 08. - 11. februar | Temakurs / samfunnslære 1A |
| 10 | 08 . - 11. mars | Kurs om lys, blending og filter |
| 11 | 15. - 18. mars | Forskning og brukermedvirkning |
| 12 | 22. - 25. mars | Sanselig mat |
| 13 | 31 . - 02. april | Søskengruppe - tid for meg, del 1 |
| 14 | 05. - 08. april | Temakurs / samfunnslære 2A |
| 16 | 19. - 22. april | Haptisk med førerhund |
| 18 | 03. - 06. mai | Musikkdager for personer med medfødt døvblindhet |
| 23 | 07. - 10. juni | Kommunikasjon med alle sanser |
| 24 | 15. - 17. juni | Nærpersonkurs |

# Terminliste gruppekurs HØST 2022

Søknadsfrist for alle høstkurs: 01. Mai

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| UKE | DATO | KURS |
| 32 | 10. - 14. august | Familiekurs: Livet med Usher |
| 33 | 16. - 19. august | Musikkdager for personer med ervervet døvblindhet |
| 35 | 30. - 02. september | Høstaktiviteter for personer med medfødt døvblindhet |
| 37 | 15. - 17. september | Søskengruppe - tid for meg, del 2 |
| 40 | 04. - 07. oktober | Temakurs / samfunnslære 3A |
| 43 | 24. - 28. oktober | Aktivitetsuke |
| 44 | 01. - 04. november | Å leve med visuelle hallusinasjoner: CBS kurs |
| 45 | 07. - 11. november | Aktivitetsuke |
| 46 | 15. - 18. november | Din tekniske hverdag |
| 47 | 22. - 25. november | Yrkesaktiv med nedsatt syn og hørsel |
| 50 | 13. - 16. desember | Kommunikasjon med alle sanser |

Helen Kellers vei 3, 3031 Drammen

Telefon: 32 88 90 50

Mobil: 456 14 404

Epost: post@eikholt.no

www.eikholt.no

Org nr.: 971 461 098