KURSKATALOG FOR  
EIKHOLT 2023

[OM KURS OG TJENESTER 4](#_Toc114135302)

[INDIVIDUELLE KURS 6](#_Toc114135303)

[INTRODUKSJONSKURS 6](#_Toc114135304)

[Kartlegging og optimalisering av syn 6](#_Toc114135305)

[Kartlegging og optimalisering av hørsel 7](#_Toc114135306)

[Kommunikasjon 7](#_Toc114135307)

[Mobilitet / ledsaging 7](#_Toc114135308)

[ADL – aktiviteter i dagliglivet 7](#_Toc114135309)

[PC / Mac 7](#_Toc114135310)

[Smarttelefon / nettbrett 7](#_Toc114135311)

[Tilbud til familier og nærpersoner 7](#_Toc114135312)

[Suppleringskurs 8](#_Toc114135313)

[GRUPPEURS 9](#_Toc114135314)

[Temakurs - i tre deler 9](#_Toc114135315)

[Haptisk plattform 10](#_Toc114135316)

[Nettverkskurs for unge voksne med kombinert sansetap 11](#_Toc114135317)

[Sanselig mat 12](#_Toc114135318)

[Musikkdager: samspill i band 13](#_Toc114135319)

[Musikkdager: opplevelser gjennom musikk 14](#_Toc114135320)

[Kurs om lys, blending og filter 15](#_Toc114135321)

[Nærpersonkurs: tid for meg 16](#_Toc114135322)

[Kurs for taktile 17](#_Toc114135323)

[Haptisk med førerhund 18](#_Toc114135324)

[Høstaktivitetskurs 19](#_Toc114135325)

[Søskengruppe - tid for meg 20](#_Toc114135326)

[Orientering & mobilitet 21](#_Toc114135327)

[Aktivitetsuker 22](#_Toc114135328)

[Din tekniske hverdag 23](#_Toc114135329)

[Å leve med visuelle hallusinasjoner på grunn av Charles Bonnet syndrom (CBS) 24](#_Toc114135330)

[Nettverksgruppe for talespråklige damer 25](#_Toc114135331)

[Terminliste gruppekurs 26](#_Toc114135332)

[VÅR 2023 26](#_Toc114135333)

[HØST 2023 27](#_Toc114135334)

[KONTAKTINFORMASJON 28](#_Toc114135335)

# OM KURS OG TJENESTER

Denne katalogen beskriver kurs og tjenester ved Eikholt for personer med kombinert syns- og hørselsnedsettelse.

Kurs og tjenester kan gjennomføres på Eikholt, hjemme hos bruker, på brukers arbeidsplass eller studiested.

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.

**KONTAKT**

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:

Inntakskoordinator: ragnhild.bjorgum@eikholt.no

Fagsjef: thomas.overby@eikholt.no

**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 (“Stua“).

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.

# 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 bruk av hørselstekniske hjelpemidler. Den enkelte får tid til i å bli kjent og   
fortrolig med funksjonene til høreapparatene og tilkobling til ulike hørselstekniske hjelpemidler.

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, e-post, kalender med mer.

## Smarttelefon / nettbrett

Kursinnhold kan være opplæring i bruk av apper som telefon, meldinger, e-post, 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 familier og nærpersoner

Vi tilbyr kurs for hele familien og nærpersoner. Vi tilbyr også kurs for par, eller sammen med andre par. Vi tilpasser kurset etter den enkelte familie eller parets behov og ønsker. Målet er at nærpersoner i familie og nettverk skal både få mer kunnskap om kombinert sansetap og de utfordringene det kan gi i hverdagen. Vi har fokus på ressurser og muligheter, samt opplæring og øvelse 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.

# GRUPPEURS

## Temakurs - i tre deler

Kontaktperson: Aashild Klopan

aashild.klopan@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. desember

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 (07. – 10. februar)

Del 2: Uke 16 (18. - 21. april)

Del 3: Uke 40 (03. – 06. oktober)

**Tema/ kursinnhold:**

• Aktuelle samfunnstemaer og generell samfunnskunnskap

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

• Aktuelle politiske saker

## Haptisk plattform

Uke 08 (21. – 24. februar)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

Haptisk kommunikasjon er signaler gitt til en person via berøringssansen.   
Signalene beskriver omgivelsene og formidler visuelle og auditive inntrykk.

**Mål:**

• Lære å bruke haptisk kommunikasjon i hverdagen

• Bidra til økt deltakelse i sosiale aktiviteter

**Tema/kursinnhold:**

• Utvikle et godt samarbeid i kommunikasjonen

• Innføring i teknikker brukt i haptisk kommunikasjon

• Praktiske øvelser gjennom aktiviteter både ute og inne

Kursholdere: Hapti-co

**Målgruppe:**For deg som ønsker grunnleggende kunnskap om haptisk kommunikasjon

## Nettverkskurs for unge voksne med kombinert sansetap

Uke 13 (28. – 30. mars)

Kontaktperson: Anne-May Førland

anne.may.forland@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

**Mål:**

* Å bli kjent med andre unge i samme livssituasjon
* Lære av hverandre
* Kursinnhold/tema:
* Aktiviteter og sosiale møteplasser
* Erfaringsutveksling i gruppe
* Faglige temaer og refleksjon

**Målgruppe:**

Unge mellom 18 og 35 år

## Sanselig mat

Uke 15 (11. – 14. april)

Kontaktperson: Ragnhild Bjørgum

ragnhild.bjorgum@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

**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

## Musikkdager: samspill i band

Uke 17 (25. – 28. april)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist 01. november

**Mål:**

• Skape motivasjon og muligheter gjennom musikk

• Utvikle og utnytte kreative, kunstneriske og musikalske potensialer

• Fremme verdighet, sosial tilhørighet og livskvalitet gjennom musikalsk aktivitet

• Mennesker med funksjonsnedsettelser skal ha en plass i det kulturelle samfunnet   
 som likestilte utøvere og mennesker

**Tema/ kursinnhold:**

• Opplæring og videreutvikling av ferdigheter på bandinstrumenter;

piano, gitar, bass og trommer

• Opplæring og utfoldelse gjennom ulike rytme- og klanginstrumenter

• Tilrettelegging for bruk av personlige instrumenter som strenge- og blåseinstrumenter

• Innlæring av nytt repertoar

• Utvikling av arrangementer

• Samspill i band

• Veiledning ved instruktører og musikere fra Dissimilis nasjonale kompetansesenter

• Erfaringsutveksling for kursdeltakere og nærpersoner i samspill med syns- og   
 hørselstekniske hjelpemidler

• Gjennomføring av og planlegging av musikalsk fremføring

**Målgruppe:**

For deg som er glad i musikk og ønsker å utvikle dine musikalske ferdigheter og ditt kunstneriske uttrykk i samspill med andre

Musikkdager: opplevelser gjennom musikk

Uke 19 (09. – 12. mai)

Kontaktperson: Marit Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

Søknadsfrist 01. november   
   
**Mål:**

• Skape en arena for å stimulere musikalske, kreative og kunstneriske ressurser

• Skape motivasjon og muligheter for kommunikasjon og uttrykk gjennom

sang, bevegelse, rytme og spill på instrumenter

• Fremme verdighet, sosial tilhørighet og livskvalitet gjennom musikalsk aktivitet

• Mennesker med funksjonsnedsettelser skal ha en plass i det kulturelle samfunnet som likestilte utøvere og mennesker

• Ny kunnskap om musiske aktiviteter for kursdeltakerne

**Tema/kursinnhold:**

• Musikkutfoldelse gjennom et stort utvalg av rytme- og klanginstrumenter

• Utprøving av bandinstrumenter

• Kommunikasjon via felles opplevelser, bevegelse, rytme og taktilitet

• Veiledning ved instruktører og musikere fra Dissimilis nasjonale kompetansesenter

• Inspirasjon og erfaringsutveksling gjennom musiske aktiviteter og kommunikasjon for kursdeltakerne i samspill med syns- og hørselstekniske hjelpemidler

**Målgruppe:**

For deg som har medfødt døvblindhet og er glad i musikk og ønsker å være i samspill med andre

## Kurs om lys, blending og filter

Uke 21 (23. – 26. mai)

Kontaktperson: Sigrid Midtbø Storkås

sigrid.midtbo.storkas@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

**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

## Nærpersonkurs: tid for meg

Uke 22 (30. mai – 02. juni)

Kontaktperson: Marie Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

**Mål:**

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

**Tema/kursinnhold:**

* Presentere mulighetene innenfor syn og hørsel
* Selvledelse og selvomsorg
* Relasjonens betydning i kommunikasjon
* Livsmestring
* Sosiale aktiviteter
* Gruppesamtaler

**Målgruppe:**

Personer i relasjon med personer med kombinert syns- og hørselsnedsettelse /   
døvblindhet, enten i privatlivet eller nærpersoner i bolig.

## Kurs for taktile

Uke 23 (06. – 09. juni)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin  
cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. november

**Mål:**

* Forebygge isolasjon og bygge nettverk
* Møte andre i samme situasjon
* Skape en felles arena for sanseopplevelser, opplevelse av mestring og   
  aktiv deltakelse

**Tema/kursinnhold:**

* Kurset legger vekt på det sosiale og aktiviteter sammen med andre som benytter taktilt tegnspråk
* Lære hverandre om teknologi og andre hjelpemidler vi bruker i hverdagen
* Undervisning i gruppe med vekt på brukermedvirkning og erfaringsutveksling
* Fysisk aktivitet
* Hvordan er det å bli eldre som taktil døvblind, og mye mer

**Målgruppe:**Kurset er for deg som er tegnspråklig og taktil

## Haptisk med førerhund

Uke 32 (08. – 11. august)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin  
cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai

**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 og praktiske øvelser

**Målgruppe:**For deg som har førerhund

## Høstaktivitetskurs

Uke 33 (15. – 18. august)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

Marit Irene Vie  
marit.irene.vie@eikholt.no

Søknadsfrist 01. mai

**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 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

**Målgruppe:**

For deg som har medfødt døvblindhet og er glad i musikk og være i aktivitet sammen med andre

## Søskengruppe - tid for meg

Uke 38 (19. – 22. september)

Kontaktperson:

Marit Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai

**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 blindfold/høreklokker
* Aktiviteter og sosiale møteplasser / lek

**Målgruppe:**

For deg mellom 10 og 16 år som har en bror eller søster med kombinert syns- og hørselsnedsettelse / døvblindhet (deles inn i grupper etter alder)

## Orientering & mobilitet

Uke 41 (10. – 13. oktober)

Kontaktperson: Line Hovland  
line.hovland@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai

Gruppekurset tilbys for første gang i 2023 og benytter et nytt kursformat.   
Kurset holdes som en workshop, det betyr at du som deltager er med på å utvikle ny kunnskap og innsikt sammen med en tverrfaglig gruppe kursholdere.

**Mål:**

* Få innsikt i ulike temaer innen orientering og mobilitet
* Kunnskap om verktøy som gir mulighet for deltagelse
* Mestre nye strategier for å forflytte seg fritt og selvstendig

**Tema/kursinnhold:**

* Mobilitet som fagområde
* Utnytte synsresten i orientering
* Benytte hørsel for å lette orientering og skape økt trygghet
* Utprøving av tradisjonelle mobilitetshjelpemidler
* Demonstrasjon, utprøving av forbrukerteknologi og nye digitale muligheter
* Balanse og kropp
* Praktiske oppgaver og erfaringsutveksling

## Aktivitetsuker

Uke 43 (23. – 27. oktober)

Uke 45 (06. – 10. november)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist: for begge ukene 01.mai

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; foredrag, sjakk, hvordan benytte tolk/ledsager, løpekurs, yoga, dagstur, styrke og balansetrening, klatring, bowling, dans, sykling, osv.

Tolkestudentene dekker behovet for tolk/ledsaging under hele oppholdet.

Nytt for 2023 er at kurset tilbys som NAV tilpasningskurs.

## Din tekniske hverdag

Uke 47 (21. – 24. november)

Kontaktperson: IKT-teamet

ikt@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai   
  
**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?
* Se nye muligheter med teknologi
* Dette er et informasjonskurs om teknologi som er, og som 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

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

Uke 48 (28. november – 01. desember)

Kontaktperson: Line Hovland

line.hovland@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai

**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

**FAKTA OM CBS**

CBS kjennetegnes av enkle og komplekse hallusinasjoner.   
Enkle hallusinasjoner kan være geometriske figurer og mønstre, mens komplekse hallusinasjoner kan være mennesker, ansikter, dyr og planter. CBS kan oppstå når synet reduseres og hjernen får mindre synsinformasjon. Hjernen skaper da egne synsinntrykk.

## Nettverksgruppe for talespråklige damer

Uke 50 (12. – 15. desember)

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin  
cathrine.t.sundin@eikholt.no

Søknadsfrist: 01. mai

**Mål:**

• Å bli kjent med andre i samme situasjon

• Å lære av hverandre

**Tema/ kursinnhold:**

• Faglige temaer og refleksjon

• Selvomsorg

• Sosiale aktiviteter

• Gruppesamtaler med vekt på erfaringsutveksling

# Terminliste gruppekurs

## VÅR 2023

Søknadsfrist for alle vårkurs: 01. november 2022

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| UKE | DATO | KURS |
| 6 | 07. - 10. februar | Temakurs / samfunnslære 1A |
| 8 | 21. - 24. februar | Haptisk plattform |
| 13 | 28. - 30. mars | Nettverkskurs for unge voksne med kombinert sansetap |
| 15 | 11. - 14. april | Sanselig mat |
| 16 | 18. - 21. april | Temakurs / samfunnslære 2A |
| 17 | 25. - 28. april | Musikkdager: samspill i band |
| 19 | 09. - 12. mai | Musikkdager: opplevelser gjennom musikk |
| 21 | 23. - 26. mai | Kurs om lys, blending og filter |
| 22 | 30. mai - 02. juni | Nærpersonkurs: tid for meg |
| 23 | 06. - 09. juni | Kurs for taktile |

## HØST 2023

Søknadsfrist for alle høstkurs: 01. mai 2023

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| UKE | DATO | KURS |
| 32 | 08. - 11. august | Haptisk med førerhund |
| 33 | 15. - 18. august | Høstaktivitetskurs |
| 38 | 19. - 22. september | Søskengruppe: tid for meg |
| 40 | 03. - 06. oktober | Temakurs / samfunnslære 3A |
| 41 | 10. - 13. oktober | Orientering & Mobilitet |
| 43 | 23. - 27. oktober | Aktivitetsuke |
| 45 | 06. - 10. november | Aktivitetsuke |
| 47 | 21. - 24. november | Din tekniske hverdag |
| 48 | 28. nov - 1. des | CBS - et mestringskurs |
| 50 | 12. - 15. desember | Nettverksgruppe for talespråklige damer |

# KONTAKTINFORMASJON

Helen Kellers vei 3, 3031 Drammen

Telefon: 32 88 90 50

Mobil: 456 14 404

E-post: post@eikholt.no

www.eikholt.no

Org. nr.: 971 461 098