



KURS &
TJENESTER
FRA EIKHOLT

2023



Innhold

Om oss	3- 9
Individuelle kurs	10- 17
Gruppekurs	18- 45
Terminliste	46- 47



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 brukeren, 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 nærpå personer 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 inntakskordinator, eller fagsjef:

ragnild.bjorgum@eikholt.no

Inntakskordinator

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.

FOLKETRYGDEN Søknad om stønad til tilpasningskurs

1 Søknaden gjelder
Tilpasningskurs for hørselshemmede synshemmede kombinert syns- og hørselshemmede / døvblinde
 Opphold på fiskehygiene

2 Opplysninger om søkeren (skal alltid fylles ut)
Etternavn, fornavn: _____ Telefonnummer: _____
Adresse: _____ Postnummer og poststed: _____
Søknadnummer: _____ Søknad for kurset (f.o.m. - f.o.m.): _____
Søkerens fulle navn og adresse: _____ NB! For min sikkerhet vil jeg berede de opplysningene som er nødvendige for å avgjøre søknaden.
Søkerens underskrift: _____
Sted og dato: _____
Fyll ut dersom underskriften ovenfor ikke er egenhåndt skrevet eller søkeren har fått hjelp til utfyllingen.
Dette underskrift og stempel vil bli tatt med i søknaden.

3 Opplysninger om pårørende (skal bare fylles ut ved søknad om kurs for pårørende)
Etternavn, fornavn: _____ Telefonnummer: _____
a) _____ Postnummer (11 sifre): _____
b) _____ Poststed: _____
c) _____ Adresse: _____
d) _____
e) _____
f) _____
Søknadnummer eller annen identifikasjon i søknaden: _____ Telefonnummer: _____ Søknadnummer: _____
Sted og dato: _____ Søknad for kurset (f.o.m. - f.o.m.): _____
g) _____
h) _____
i) _____
j) _____
k) _____
l) _____
m) _____
n) _____
o) _____
p) _____
q) _____
r) _____
s) _____
t) _____
u) _____
v) _____
w) _____
x) _____
y) _____
z) _____
aa) _____
ab) _____
ac) _____
ad) _____
ae) _____
af) _____
ag) _____
ah) _____
ai) _____
aj) _____
ak) _____
al) _____
am) _____
an) _____
ao) _____
ap) _____
aq) _____
ar) _____
as) _____
at) _____
au) _____
av) _____
aw) _____
ax) _____
ay) _____
az) _____
ba) _____
bb) _____
bc) _____
bd) _____
be) _____
bf) _____
bg) _____
bh) _____
bi) _____
bj) _____
bk) _____
bl) _____
bm) _____
bn) _____
bo) _____
bp) _____
bq) _____
br) _____
bs) _____
bt) _____
bu) _____
bv) _____
bv) _____
bw) _____
bx) _____
by) _____
bz) _____
ca) _____
cb) _____
cc) _____
cd) _____
ce) _____
cf) _____
cg) _____
ch) _____
ci) _____
cj) _____
ck) _____
cl) _____
cm) _____
cn) _____
co) _____
cp) _____
cq) _____
cr) _____
cs) _____
ct) _____
cu) _____
cv) _____
cw) _____
cx) _____
cy) _____
cz) _____
da) _____
db) _____
dc) _____
dd) _____
de) _____
df) _____
dg) _____
dh) _____
di) _____
dj) _____
dk) _____
dl) _____
dm) _____
dn) _____
do) _____
dp) _____
dq) _____
dr) _____
ds) _____
dt) _____
du) _____
dv) _____
dv) _____
dw) _____
dx) _____
dy) _____
dz) _____
ea) _____
eb) _____
ec) _____
ed) _____
ee) _____
ef) _____
eg) _____
eh) _____
ei) _____
ej) _____
ek) _____
el) _____
em) _____
en) _____
eo) _____
ep) _____
eq) _____
er) _____
es) _____
et) _____
eu) _____
ev) _____
ev) _____
ew) _____
ex) _____
ey) _____
ez) _____
fa) _____
fb) _____
fc) _____
fd) _____
fe) _____
ff) _____
fg) _____
fh) _____
fi) _____
fj) _____
fk) _____
fl) _____
fm) _____
fn) _____
fo) _____
fp) _____
fq) _____
fr) _____
fs) _____
ft) _____
fu) _____
fv) _____
fv) _____
fw) _____
fx) _____
fy) _____
fz) _____
ga) _____
gb) _____
gc) _____
gd) _____
ge) _____
gf) _____
gg) _____
gh) _____
gi) _____
gj) _____
gk) _____
gl) _____
gm) _____
gn) _____
go) _____
gp) _____
gq) _____
gr) _____
gs) _____
gt) _____
gu) _____
gv) _____
gv) _____
gw) _____
gx) _____
gy) _____
gz) _____
ha) _____
hb) _____
hc) _____
hd) _____
he) _____
hf) _____
hg) _____
hh) _____
hi) _____
hj) _____
hk) _____
hl) _____
hm) _____
hn) _____
ho) _____
hp) _____
hq) _____
hr) _____
hs) _____
ht) _____
hu) _____
hv) _____
hv) _____
hw) _____
hx) _____
hy) _____
hz) _____
ia) _____
ib) _____
ic) _____
id) _____
ie) _____
if) _____
ig) _____
ih) _____
ii) _____
ij) _____
ik) _____
il) _____
im) _____
in) _____
io) _____
ip) _____
iq) _____
ir) _____
is) _____
it) _____
iu) _____
iv) _____
iv) _____
iw) _____
ix) _____
iy) _____
iz) _____
ja) _____
jb) _____
jc) _____
jd) _____
je) _____
jf) _____
jg) _____
jh) _____
ji) _____
jj) _____
jk) _____
jl) _____
jm) _____
jn) _____
jo) _____
jp) _____
jq) _____
jr) _____
js) _____
jt) _____
ju) _____
jv) _____
jv) _____
jw) _____
jx) _____
jy) _____
jz) _____
ka) _____
kb) _____
kc) _____
kd) _____
ke) _____
kf) _____
kg) _____
kh) _____
ki) _____
kj) _____
kk) _____
kl) _____
km) _____
kn) _____
ko) _____
kp) _____
kq) _____
kr) _____
ks) _____
kt) _____
ku) _____
kv) _____
kv) _____
kw) _____
kx) _____
ky) _____
kz) _____
la) _____
lb) _____
lc) _____
ld) _____
le) _____
lf) _____
lg) _____
lh) _____
li) _____
lj) _____
lk) _____
ll) _____
lm) _____
ln) _____
lo) _____
lp) _____
lq) _____
lr) _____
ls) _____
lt) _____
lu) _____
lv) _____
lv) _____
lw) _____
lx) _____
ly) _____
lz) _____
ma) _____
mb) _____
mc) _____
md) _____
me) _____
mf) _____
mg) _____
mh) _____
mi) _____
mj) _____
mk) _____
ml) _____
mm) _____
mn) _____
mo) _____
mp) _____
mq) _____
mr) _____
ms) _____
mt) _____
mu) _____
mv) _____
mv) _____
mw) _____
mx) _____
my) _____
mz) _____
na) _____
nb) _____
nc) _____
nd) _____
ne) _____
nf) _____
ng) _____
nh) _____
ni) _____
nj) _____
nk) _____
nl) _____
nm) _____
nn) _____
no) _____
np) _____
nq) _____
nr) _____
ns) _____
nt) _____
nu) _____
nv) _____
nv) _____
nw) _____
nx) _____
ny) _____
nz) _____
oa) _____
ob) _____
oc) _____
od) _____
oe) _____
of) _____
og) _____
oh) _____
oi) _____
oj) _____
ok) _____
ol) _____
om) _____
on) _____
oo) _____
op) _____
oq) _____
or) _____
os) _____
ot) _____
ou) _____
ov) _____
ov) _____
ow) _____
ox) _____
oy) _____
oz) _____
pa) _____
pb) _____
pc) _____
pd) _____
pe) _____
pf) _____
pg) _____
ph) _____
pi) _____
pj) _____
pk) _____
pl) _____
pm) _____
pn) _____
po) _____
pp) _____
pq) _____
pr) _____
ps) _____
pt) _____
pu) _____
pv) _____
pv) _____
pw) _____
px) _____
py) _____
pz) _____
qa) _____
qb) _____
qc) _____
qd) _____
qe) _____
qf) _____
qg) _____
qh) _____
qi) _____
qj) _____
qk) _____
ql) _____
qm) _____
qn) _____
qo) _____
qp) _____
qq) _____
qr) _____
qs) _____
qt) _____
qu) _____
qv) _____
qv) _____
qw) _____
qx) _____
qy) _____
qz) _____
ra) _____
rb) _____
rc) _____
rd) _____
re) _____
rf) _____
rg) _____
rh) _____
ri) _____
rj) _____
rk) _____
rl) _____
rm) _____
rn) _____
ro) _____
rp) _____
rq) _____
rr) _____
rs) _____
rt) _____
ru) _____
rv) _____
rv) _____
rw) _____
rx) _____
ry) _____
rz) _____
sa) _____
sb) _____
sc) _____
sd) _____
se) _____
sf) _____
sg) _____
sh) _____
si) _____
sj) _____
sk) _____
sl) _____
sm) _____
sn) _____
so) _____
sp) _____
sq) _____
sr) _____
ss) _____
st) _____
su) _____
sv) _____
sv) _____
sw) _____
sx) _____
sy) _____
sz) _____
ta) _____
tb) _____
tc) _____
td) _____
te) _____
tf) _____
tg) _____
th) _____
ti) _____
tj) _____
tk) _____
tl) _____
tm) _____
tn) _____
to) _____
tp) _____
tq) _____
tr) _____
ts) _____
tt) _____
tu) _____
tv) _____
tv) _____
tw) _____
tx) _____
ty) _____
tz) _____
ua) _____
ub) _____
uc) _____
ud) _____
ue) _____
uf) _____
ug) _____
uh) _____
ui) _____
uj) _____
uk) _____
ul) _____
um) _____
un) _____
uo) _____
up) _____
uq) _____
ur) _____
us) _____
ut) _____
uu) _____
uv) _____
uv) _____
uw) _____
ux) _____
uy) _____
uz) _____
va) _____
vb) _____
vc) _____
vd) _____
ve) _____
vf) _____
vg) _____
vh) _____
vi) _____
vj) _____
vk) _____
vl) _____
vm) _____
vn) _____
vo) _____
vp) _____
vq) _____
vr) _____
vs) _____
vt) _____
vu) _____
vv) _____
vv) _____
vw) _____
vx) _____
vy) _____
vz) _____
wa) _____
wb) _____
wc) _____
wd) _____
we) _____
wf) _____
wg) _____
wh) _____
wi) _____
wj) _____
wk) _____
wl) _____
wm) _____
wn) _____
wo) _____
wp) _____
wq) _____
wr) _____
ws) _____
wt) _____
wu) _____
wv) _____
wv) _____
ww) _____
wx) _____
wy) _____
wz) _____
xa) _____
xb) _____
xc) _____
xd) _____
xe) _____
xf) _____
xg) _____
xh) _____
xi) _____
xj) _____
xk) _____
xl) _____
xm) _____
xn) _____
xo) _____
xp) _____
xq) _____
xr) _____
xs) _____
xt) _____
xu) _____
xv) _____
xv) _____
xw) _____
xx) _____
xy) _____
xz) _____
ya) _____
yb) _____
yc) _____
yd) _____
ye) _____
yf) _____
yg) _____
yh) _____
yi) _____
yj) _____
yk) _____
yl) _____
ym) _____
yn) _____
yo) _____
yp) _____
yq) _____
yr) _____
ys) _____
yt) _____
yu) _____
yv) _____
yv) _____
yw) _____
yx) _____
yy) _____
yz) _____
za) _____
zb) _____
zc) _____
zd) _____
ze) _____
zf) _____
zg) _____
zh) _____
zi) _____
zj) _____
zk) _____
zl) _____
zm) _____
zn) _____
zo) _____
zp) _____
zq) _____
zr) _____
zs) _____
zt) _____
zu) _____
zv) _____
zv) _____
zw) _____
zx) _____
zy) _____
zz) _____

NAV 1547 08 Rehabil. Fødsel 07.2008 5-0461 09.2012





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.

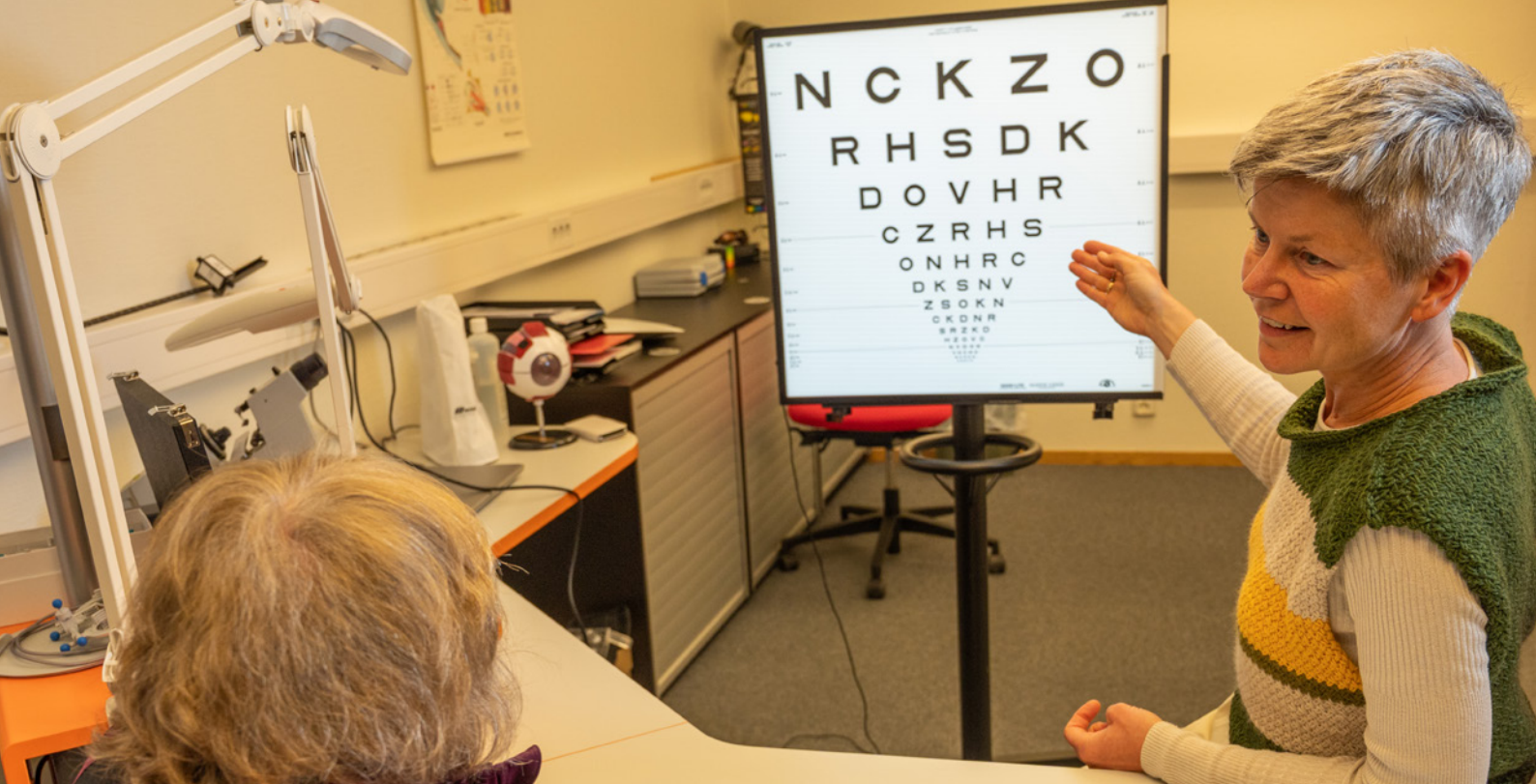
INDIVIDUELLE
KURS



- 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 utprøving 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.



*” Det blir noe helt annet når høreapparater og briller kan bli justert og prøvd ut samtidig. Da jeg var yngre kjempet jeg veldig hardt for å kunne se, og jeg visste aldri om det var noe galt med høreapparatene eller om det var noe feil med brillene”
(Bruker av Eikholt)*

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, 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.

GRUPPE KURS





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 (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

Søknadsfrist: 01. desember

Kontaktperson: Aashild Klopan
aashild.klopan@eikholt.no

Haptisk plattform

Uke 08 (21. – 24. februar)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

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)

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

Kontaktperson: Anne-May Førland

anne.may.forland@eikholt.no



Sanselig mat

Uke 15 (11. – 14. april)

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 tilberedning 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

Kontaktperson: Ragnhild Bjørgum

ragnhild.bjorgum@eikholt.no

Musikkdager: samspill i band

Uke 17 (25. – 28. april)
Søknadsfrist 01. november

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

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 funksjonsnedsettelse 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)

Søknadsfrist 01. november

Kontaktperson:

Marit Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

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 funksjonsnedsettelse skal ha en plass i det kulturelle samfunnet som likestilte utøvere og mennesker
- Ny kunnskap om musiske aktiviteter for kursdeltakerne

Tema/kursinnhold:

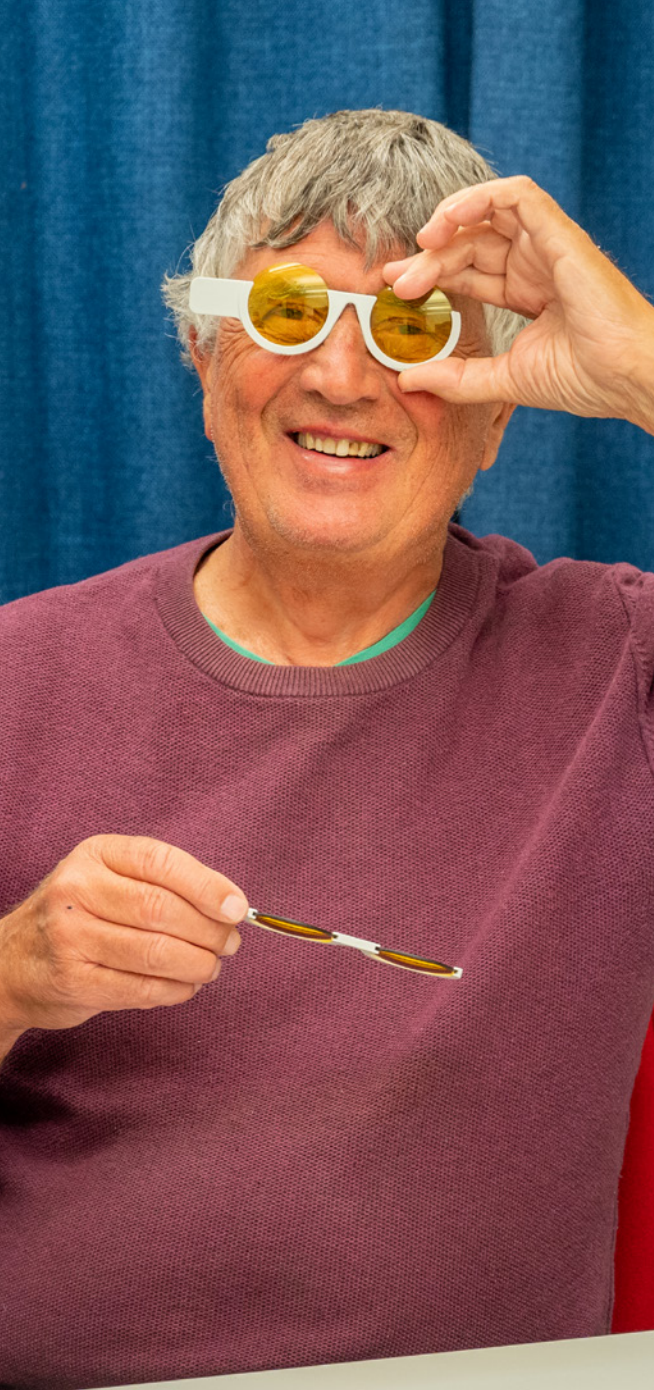
- Musikkutfoldelse gjennom et stort utvalg av rytme- og klanginstrumenter
- Utprøving av bandinstrumenter
- Kommunikasjon via felles opplevelser, bevegelse, rytme og taktilitet
- Veiledning ved instruktører og musikere fra Dissimilis nasjonale kompetansesenter
- Inspirasjon og erfaringsutveksling gjennom 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



eikholt



Kurs om lys, blending og filter

Uke 21 (23. – 26. mai)

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

Kontaktperson: Sigrid Midtbø Storkås

sigrid.midtbo.storkas@eikholt.no



Nærpersonkurs: tid for meg

Uke 22 (30. mai – 02. juni)

Søknadsfrist: 01. november

Kontaktperson:

Marie Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

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)

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

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no



Haptisk med førerhund

Uke 32 (08. – 11. august)

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 bruker-medvirkning og erfaringsutveksling
- Praktiske øvelser

Målgruppe:

For deg som har førerhund

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no



Høstaktivitetskurs

Uke 33 (15. – 18. august)

Søknadsfrist 01. mai

Kontaktpersoner:

Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no

Marit Irene Vie

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 nærpåersoner

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)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktperson:

Marit Irene Vie

marit.irene.vie@eikholt.no

Mål:

- Søsknen møtes og deler erfaringer om å være søsknen
- Øke søsknens 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/hørreklokker
- 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)



Elektrisk - gjør livet til en grunnere reise

ELECTRIC

BUSS

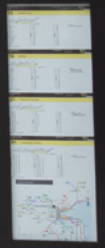
61 GULSKOGEN 07:00
61 GULSKOGEN 08:15
PRENKE FERDSTREKKE TIL LØRDET

D



Bragernes Torg

- 15 Austad Skog
- 16 Maalen
- 21 Tolerud
- 61 Gultskogen



Orientering & mobilitet

Uke 41 (10. – 13. oktober)

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

Kontaktperson: Line Hovland

line.hovland@eikholt.no

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)

Søknadsfrist: 01. mai

Kontaktperson:

IKT-teamet

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?
- 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)

Søknadsfrist: 01. mai

Mål:

- Lære om CBS
- Å kunne leve bedre med CBS

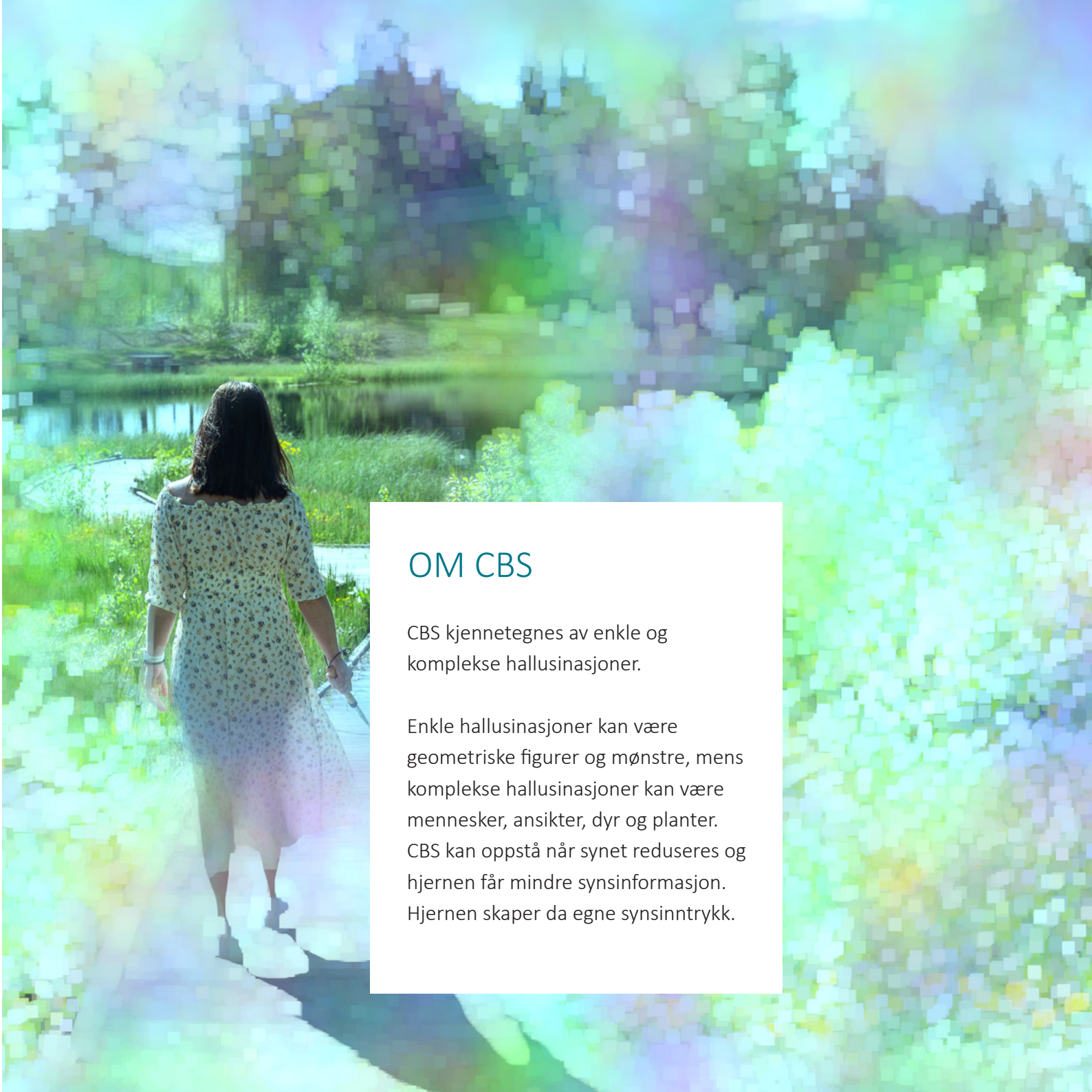
Tema/ kursinnhold:

- Undervisning i gruppe med vekt på brukermedvirkning og erfaringsutveksling
- Betydning av CBS for aktiviteter i hverdagen
- Stressmestring

Kontaktperson:

Line Hovland

line.hovland@eikholt.no



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 synsintrykk.

Nettverksgruppe for talespråklige damer

Uke 50 (12. – 15. desember)

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

Kontaktperson: Cathrine Timm Sundin

cathrine.t.sundin@eikholt.no



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

Terminliste gruppekurs

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

Notater



eikholt

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

