

Kom igen!

Rehabiliteringskursus for personer med et alvorligt kombineret høre- og synstab (erhvervet døvblindhed)



Foto: Tre sorte træhuse med hvidt tag

Måske noget for dig?

Er du i alderen 22-65 år? Lever du med kombineret syns- og høretab og befinder du dig et sted i livet, hvor det kræver tilegnelse af nye strategier for at håndtere hverdagen? Så kan det være, at dette kursus er noget for dig.

Rehabilitering sammen med andre

Kom igen! er tilrettelagt som et gruppeforløb med seks deltagere. Som deltager på Kom igen! får du mulighed for at tilegne dig nye strategier og værktøjer i forhold til at mestre livet med et kombineret syns- og høretab. Kurset har fokus på både kompensatoriske teknikker og metoder og ikke mindst det psykologiske aspekt i at leve med alvorligt kombineret syns- og høretab/erhvervet døvblindhed som et livsvilkår.

Tidligere deltagere har blandt andet fremhævet et kæmpe udbytte af at deltage sammen med andre, der også lever med alvorligt kombineret syns- og høretab. At lære af hinandens erfaringer, spejle sig i hinanden og dele frustrationer, udfordringer og succeser med nogle, der ægte forstår, hvad det vil sige at have døvblindhed som et livsvilkår, er uvurderlig.

I artiklen [“Rehabilitering har givet mig nye muligheder”](#) fortæller Heidi om sit udbytte af at have deltaget på Kom igen! Hun siger bl.a.:

”Efter at have deltaget i kurset er jeg blevet mere afklaret med, at det her er mine livsvilkår, og så er jeg blevet bedre til at sige det højt og italesætte det overfor andre. Jeg ser faktisk meget mere positivt på livet og mine muligheder efter kurset.”

Artiklen finder du på CFD's hjemmeside. Se link neden for.

Indhold og form

Kurset indeholder tre moduler eller ”huse”, som vi kalder dem:

- Syns- og høretabshuset: Om hørelse og syn og deltagerens egne oplevelser med et syns- og høretab.
- Energihuset: Om personlig energi, strategier og brug af hjælpemidler, og hvordan man kan holde en balance i livet.
- Netværkshuset: Om kommunikation og relation med bl.a. familie, kolleger, venner.

Hvert hus varer tre dage og er fordelt over 8 måneder. Husene foregår på Fuglsangcentret i Fredericia, som er indrettet til mennesker med synstab. På forløbet vil man møde flere af CFD's døvblindekonsulenter, som er specialister inden for erhvervet døvblindhed samt en fast tilknyttet psykolog som gennemgående underviser.

Vi kommer ind på alle aspekter af det at leve et liv med kombineret syns- og høretab. Et arbejdsliv, et familieliv, et fritidsliv, en pensionisttilværelse. Hvordan kan jeg fastholde, tilpasse, udvikle og finde balance i min dagligdag og de aktiviteter og relationer, der er vigtige eller nødvendige for mig at deltage i? Kan jeg måske finde nye veje?

Er du nysgerrig?

Så er du velkommen til at kontakte enten din lokale døvblindekonsulent eller kursusleder Trine Skov Uldall, 2939 9405, tul@cfid.dk og høre mere om kurset samt hvordan det kan blive en mulighed for dig.

Kurset er udviklet i samarbejde med Socialstyrelsen og udbydes af CFD- rådgivnings døvblindekonsulentordning. Kurset finansieres via ansøgning om kommunal bevilling.

Læs mere om kurset på CFD's hjemmeside

<https://www.cfd.dk/raadgivning/doevblindekonsulenter/stoettemuligheder/rehabiliteringskursus>