

Tenk fremover er et nytt kurs om livsmestring, der du lærer hvordan du kan mestre eget hørselstap gjennom ulike verktøy og mestringsstrategier.

Du møter andre ungdommer med nedsatt hørsel og vi har en felles aktivitet på Fangene på Fortet.

Kurset er for deg som går på videregående skole.

Mål for kurset

Gi deg mulighet til å mestre eget hørselstap ved å få kunnskap om ulike verktøy og mestringsstrategier.

Kursforløpet

Kurset består av to samlinger.

Første samling er fysisk over et par dager.

Andre samling er en halv dag med digital samling.

Første samling starter søndag ettermiddag.

I løpet av kurset vil du oppleve varierte og praktiske arbeidsmetoder. Felles aktivitet er besøk på Fangene på Fortet.

Tema og aktiviteter

- ✓ På lag med hjernen og søvn
- ✓ Fysisk aktivitet
- ✓ Egne ressurser og mestringsstrategier
- ✓ Sosiale aktiviteter
- ✓ Hørselstekniske hjelpemidler
- ✓ Fangene på Fortet

Kurssted

Kurset holdes i våre lokaler i idylliske Lier kommune.

Deltakerne bor på hotell.
Det er nattevakt tilgjengelig.



Adresse

**Ringeriksveien 77A
3402 Lier**

Skann for å åpne Google Maps

Når går kurset?

15. - 17. oktober 2023

Skann for å gå til nettside

