

Tinnitus (øresus) er en opplevelse av lyd i ørene eller hodet som ikke kommer utenfra. Ungdom med tinnitus kan ha utfordringer. Noen sliter med konsentrasjonen, søvnvansker, smerter eller opplever hverdagen som utfordrende. Kurset gir deg kunnskap om tinnitus, nyttige råd, spennende aktiviteter og mestringsstrategier for å få en bedre hverdag.

Kurset er for deg mellom 13 og 23 år som har tinnitus.

Mål for kurset

Gi unge med plagsom tinnitus kunnskap og verktøy til selv å redusere og mestre sine tinnitusplager.

Kursforløpet

Kurset går over **4 dager**.

Oppstart søndag kveld med felles middag.

Plass til **12 deltakere**.

Felles aktiviteter som bowling og laser tag.

Tema og aktiviteter

- ✓ Hva er tinnitus og hvordan redusere plagene?
- ✓ Digital historie om hverdagen med tinnitus
- ✓ Bli kjent med andre som har tinnitus
- ✓ Bowling og Laser tag
- ✓ Hjelpemidler
- ✓ Tilrettelegging i skole

Kurssted

Kurset holdes i sin helhet på Scandic

Ambassadeur hotell i Drammen, som ligger 100 meter fra Drammen stasjon.

Det vil være nattevakt / tilgang til personale ved behov.



Adresse

**Strømsø Torg 7
3044 Drammen**

Skann for å åpne Google Maps



Når går kurset?

24. - 27. oktober 2023



Skann for å gå til nettside