

Inbjudan till kurs

## Basrehabilitering

**Synkunskap inom Iris Förvaltning har nu nöjet att inbjuda dig till en kurs i basrehabilitering. Kursen är en del av det rehabprojekt som Synkunskap driver med syfte att erbjuda rehabilitering för synskadade i yrkesverksam ålder som ett komplement till verksamheten inom offentlig och privat sektor.**

**När?** 6 – 13 oktober 2024

**Var?** Almåsa Havshotell, Västerhaninge

**För vem?** Kursen riktar sig till dig som är gravt synskadad och är i yrkesverksam ålder.

**Pris?** 1400 kr, inklusive kost, logi och resa.

Vi varvar pass i helgrupp med individuell träning. Tyngdpunkten ligger på det sistnämnda. Kursen pågår från kl 15.00 söndagen den 7 april och avslutas med lunch söndagen den 14 april. Under sex hela dagar får du utvecklas både individuellt och tillsammans med de andra i gruppen. Du reser till Stockholm med tåg eller flyg, beroende på var i landet du bor. Vi möter dig och ordnar transporten till Almåsa.

### Ur kursinnehållet

- Strategier i vardagen som synskadad
- ADL, det vill säga matlagning och andra göromål i vardagen
- Orientering och förflyttning
- Att läsa och skriva
- Kamratstöd
- Fysisk träning

**SYNkunskap.se**



*Synkunskap är en del av Iris Förvaltning, synskaderörelsens företagsgrupp.*

Digitala färdigheter är en viktig del av kursen. Den smarta telefonen underlättar till exempel vardagen enormt för oss som är synskadade.

Almåsa ligger precis vid Hårsfjärden i Västerhaninge. Det är underbart på Almåsa under alla årstider och du kan njuta av den lantliga naturen. Det finns även ett välutrustat gym samt en pool som du kan använda.

Du gör en intresseanmälan senast den 20 augusti 2024 till Karin Hjalmarson via e-post [karin.hjalmarson@irisforvaltning.se](mailto:karin.hjalmarson@irisforvaltning.se) eller telefon 08-39 91 55.

Du kan också be din syncentral kontakta oss så ringer vi upp dig. Efter vårt inledande samtal kommer vi att göra en fördjupad kartläggning med dig så att vi vet vad just du har för behov och hur du vill utvecklas under kursen. Vi har löpande antagning så vänta inte med din anmälan till sista minuten. Antalet platser är begränsat. Vi kan ta emot högst 8 deltagare. Senast 5 september får du besked om vi kan erbjuda dig en plats.

Efter kursen kommer du att få uppföljning och stöd. Det är bra om du har kontakt med din syncentral så att de kan ge dig fortsatt stöd när du kommer hem.

Har du frågor och funderingar. Tveka inte att kontakta Karin Hjalmarson telefon 08-39 91 55 eller e-post: [karin.hjalmarson@irisforvaltning.se](mailto:karin.hjalmarson@irisforvaltning.se)

Välkommen med din intresseanmälan!

**SYNkunskap.se**



*Synkunskap är en del av Iris Förvaltning, synskaderörelsens företagsgrupp.*