

Kontaktoplysninger

CKU Viborg
Rosenstræde 6
8800 Viborg
Tlf. 99157600

Mail: cku@skivekommune.dk
www.ckusv.dk

CKU Skive
Arvikavej 1-5
7800 Skive
Tlf. 99157600

Mail: cku@skivekommune.dk
www.ckusv.dk



CKU er et kommunalt Kommunikationscenter, der dækker Skive Kommune og Viborg Kommune.

Her tilbydes bl.a. undervisning til voksne med erhvervet hjerneskade efter *”Lov om specialundervisning for voksne”*.

Alle kan henvende sig til CKU, og undervisningen er gratis.

Revideret Juni 2021

KURSUS HJERNERYSTELSE



Har du længerevarende mentale og /eller kognitive udfordringer efter hjernerystelse, har du mulighed for at deltage på hjernerystelseskursus på CKU Skive/Viborg.

1

Følger efter hjernerystelse kan vise sig som problemer med hukommelse, koncentration, planlægning, hjernetræthed, ændret personlighed m.m.

Efter en samtale med en af underviserne, vurderes det, om du er i målgruppen. Tilbuddet kan bestå af holdundervisning, individuel undervisning eller rådgivning.

Undervisningen varetages af undervisere med specialviden og stor erfaring med målgruppen.

HJERNERYSTELSESKURSUS

Kurset udbydes et antal gange om året og består typisk af et 8-10 ugers forløb.

Undervisningen tilrettelægges individuelt. Undervisningen vil veksle mellem teori og kropslige aktiviteter.

Kursets formål:

At kursisten gennem undervisningen og mødet med andre i lignende situation får inspiration og redskaber til nye måder at håndtere følger efter hjernerystelse.

Kursets indhold:

- Indsigt i hjernens funktion samt typiske følgevirkninger efter hjernerystelse
- Lys- og lydfølsomhed. Oplæg og afprøvning med syns- og hørekonsulenter
- Hjernetræthed, stress og strategier samt viden om energiprioritering
- Opmærksomhed og hukommelse samt kompenserende strategier
- Overblik, planlægning, struktur og hvilke strategier kan anvendes
- Identitet og følelser

2