

Studieplan nr. 1115: Å leve med Ménière

Minst 4 deltakere

4–30 timer

Inntil 100 % elektronisk kommunikasjon

Mål/læringsmål

Læringsmål: kunnskapsmål (K), ferdighetsmål(F) og/eller holdningsmål(H)

K – gi deltakerne kunnskap om Ménière, hvilke behandlingsmåter og hjelpemidler som finnes

K – deltakerne skal få kunnskap om hvilke rettigheter Ménière-rammede har

F – deltakerne skal, etter gjennomført opplæring, kunne mestre hverdagen på en god måte

H – kurset skal bidra med at deltakerne får økt sin livskvalitet

Målgruppe

Ménière-rammede, deres nærpåsoner og andre interesserte

Ingen krav til forkunnskaper

Kursinnhold

Informasjon om Ménière og hva som finnes av behandling

Mestring og motivasjon i hverdagen

Avspenning og pusteteknikker

Tekniske hjelpemidler

Rettigheter i NAV systemet (yrkesaktive og trygdede)

Erfaringsutveksling. (Mèniere-rammet og nærpåson)

Informasjon om HLF

Andre ressurser

Brosjyrer og hefter om Ménière (kan bestilles fra HLF sekretariatet)

Kopi av foredragenes miniatyrbilder

HLF's hjemmesider og/evt. googlesøk

Arbeidsmåter og organisering

Fellesundervisning

Andre arbeidsmåter/organisering

Foredragsholdere for de ulike tema med muligheter for spørsmål og gruppearbeid

Demonstrasjon av hjelpemidler

Erfaringsutveksling/plenumsdiskusjoner

Nettbasert undervisning

Kan gjennomføres som studiering, eller 2 – 3 dagers kurs med overnatting

Tilpassing av lokaler, studiemateriell og annet etter deltakernes behov

Evaluering underveis og/eller ved kursslutt

Kursbevis

Krav til lærer/instruktør

Kunnskap om Ménière og behandlingsformer

Kunnskap om hjelpemidler og rettigheter i arbeidslivet

Kunnskap om NAV og Hjelpemiddelsentralen

Kunnskap til avspenning og pusteteknikker

Kunnskap om organisasjonens tilbud til Ménière-rammede