

Kurser, grupper och föreläsningar

Det här programmet innehåller kurser, grupper och föreläsningar för dig som har en funktionsnedsättning, är anhörig eller närstående. De arrangeras av Habiliteringens resurscenter, Habiliteringens anhörigcenter och olika habiliteringscenter i Stockholms län inom Habilitering & Hälsa, Region Stockholm.

Prata med den mottagning du har kontakt med om du har frågor om kursprogrammet.

Det finns fler mottagningar som erbjuder kurser och grupper inom Habilitering & Hälsa, bland annat Adhd-center, Autismcenter små barn och Habiliteringens kurs- och kunskapscenter. Information finns under respektive mottagning på habilitering.se.

Våren 2022



För information om tid, plats och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

AKK – en introduktion för närstående

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn och vuxna med begränsad kommunikationsförmåga, i behov av fler kommunikationssätt än tal. En halvdag om alternativ och kompletterande kommunikation, AKK.

AKKtiv – kom igång

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar till barn, 0-6 år, med kommunikativa svårigheter. En kurs om hur man kan stötta sitt barns kommunikationsutveckling och använda alternativa kommunikationssätt. Teori varvas med praktik under sex till sju träffar med 10-15 deltagare.

Appar för att berätta med bild, film och ljud

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn och vuxna med funktionsnedsättning. En kurs om appar för att berätta med bild, ljud och film. Kursen är uppdelad på två eftermiddagar. Första tillfället är en föreläsning och andra tillfället är en workshop.

Appar för språkträning

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn och ungdomar med funktionsnedsättning som behöver stöd i sin språk- och talutveckling. Under en eftermiddag går vi igenom appar som passar för språkträning.

Att bli vuxen med autism

Anordnas på flera mottagningar

För ungdomar, 15-17 år, med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. En grupp med tre till sex ungdomar som träffas med samtalsledare. Gruppen ses fem gånger och pratar om saker som är viktiga när man håller på att bli vuxen.

Att förebygga beteendeproblem

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar till barn, 0-17 år, med funktionsnedsättning. En föreläsning som ger verktyg för att skapa en god relation med sitt barn och förebygga beteendesvårigheter. Föreläsningen syftar också till att stärka tilltron till sig själv som förälder.

För information om tid, plats och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

Barn med selektiv kommunikation

Habiliteringens resurscenter

För föräldrar till barn, 3-17 år, som endast pratar i vissa sammanhang, är tyst i andra eller viskar för att inte höras för mycket. Vi träffas vid två tillfällen och pratar om vad svårigheterna kan bero på och ger förslag på strategier för att underlätta.

Bildstöd – en workshop

Habiliteringens resurscenter

För anhöriga till barn och vuxna med intellektuell funktionsnedsättning. Vi går igenom hur olika slags bildstöd kan användas för att få en mer fungerande vardag. Därefter får deltagarna pröva att skapa eget bildmaterial.

Diagnos – och sen då? Informationsträff om samhällets stöd

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn och vuxna med funktionsnedsättning. En diagnos väcker ofta många frågor om vart man vänder sig för att få stöd. Den här föreläsningen ger övergripande information om det.

Föräldraträningsprogram för beteendevårigheter

Habiliteringens resurscenter

För föräldrar till barn, 6-17 år, med autism i kombination med intellektuell funktionsnedsättning. Programmet ger deltagarna kunskap och verktyg för att möta sitt barns beteendevårigheter. Gruppen har upp till 15 deltagare som träffas sex eftermiddagar.

Ha koll – hantera tid och organisera aktiviteter

Anordnas på flera mottagningar

För vuxna med autism eller intellektuell funktionsnedsättning, IF. En insats i grupp för att hantera tid och organisera aktiviteter. Varje grupp består av 6-8 deltagare samt gruppledare och träffas tio gånger. Olika grupper och anpassningar för autism respektive IF.

IF-grupper

Habiliteringens kurs- och kunskapscenter

För ungdomar och vuxna, från 15 år och uppåt, med intellektuell funktionsnedsättning, IF. En samtalsgrupp som träffas 25 gånger. Vi pratar bland annat om vänskap, sexualitet och funktionsnedsättning.

För information om tid, plats och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

Kontakt

Anordnas på flera mottagningar

För barn och ungdomar, 8-17 år, med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. En insats i grupp för att få bättre självförtroende i samspel med andra. 4-8 barn/ungdomar träffas 12 gånger tillsammans med gruppledare. Tre gånger hålls en parallell föräldrträff.

Litet syskon

Habiliteringens resurscenter

För föräldrar till barn med funktionsnedsättning vars syskon är 2-6 år. En föreläsning om hur det är att vara liten och ha ett syskon med funktionsnedsättning eller kronisk sjukdom.

Läsa tillsammans – anpassad bokläsning

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn, 0-8 år, med funktionsnedsättning. En digital föreläsning om hur lästunder kan skapa möjlighet till samspel och kommunikation. Föreläsningen avslutas med en frågestund. Deltagarna kan sedan boka egen tid för att låna böcker i vårt bibliotek.

Matsvårigheter vid autism

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar till barn, 6-17 år, med autism. Många barn med autism har problem med maten. Barnet kan äta för mycket, för lite eller ensidigt. Under kursens fyra träffar pratar vi om vad det kan bero på och strategier för att få det att bli bättre.

Navigators ACT

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar som har barn med funktionsnedsättning och som upplever stress, oro och nedstämdhet. En behandling i grupp för att främja välmående och ett flexibelt förhållningssätt i föräldraskapet. Sex träffar med 8-16 deltagare.

Nyfiken på autism?

Anordnas på flera mottagningar

För ungdomar, 13-15 år, med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. En grupp med sex till åtta ungdomar och två gruppledare. Gruppen träffas fyra gånger med olika teman om autism. Innan gruppen startar är det en träff tillsammans med föräldrarna.

För information om tid, plats och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

PODD – en introduktion

Habiliteringens resurscenter

För närstående och personal runt ett barn eller en vuxen som behöver ett hjälpmedel som komplement eller alternativ till tal. En kurs på två timmar som ger en introduktion till kommunikationsmaterialet PODD.

Samhällets stöd – en föräldrakurs

Habiliteringens resurscenter

För föräldrar till barn, 5-12 år, med funktionsnedsättning. En kurs på tre tillfällen med information om samhällets stöd vid funktionsnedsättning och där deltagarna har möjlighet att ställa frågor och utbyta erfarenheter med varandra.

Samtalsgrupp för föräldrar till en vuxen person med autism

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar till en vuxen person med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. En samtalsgrupp med 15-20 deltagare som träffas sex gånger. Varje träff har ett tema med information och därefter samtal för att dela erfarenheter.

Socialt samspel i teori och praktik

Anordnas på flera mottagningar

För vuxna med autism utan intellektuell funktionsnedsättning. En grupp med 8-12 deltagare som träffas åtta gånger. Varje tillfälle består av en teoretisk del och en praktisk del med övningar i kommunikation och socialt samspel.

Struktur och hjälpmedel i vardagen vid adhd

Habiliteringens resurscenter

För närstående till barn och ungdomar med adhd. Föreläsningar om vad som ofta kan ställa till problem i ett barns vardag, en med fokus på 5-12 år, och en på 13-17 år. Vi ger information om hjälpmedel och strategier som kan underlätta och hur man får tillgång till hjälpmedel och andra användbara produkter.

Syskongrupp, 6-9 år

Anordnas på flera mottagningar

För syskon, 6-9 år, till barn med funktionsnedsättning. En grupp med fem till tio barn som träffas fem gånger. Under träffarna varvas lek, aktiviteter och samtal. Syskongruppen inleds och avslutas med föräldraträff.

För information om tid, plats och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

Syskongrupp, 13-17 år

Anordnas på flera mottagningar

För syskon, 13-17 år, till barn med funktionsnedsättning. En grupp med sex till tio ungdomar som träffas fem gånger. Under träffarna varvas information, samtal och aktiviteter. Syskongruppen inleds och avslutas med föräldraträff.

Sömn hos barn – en workshop

Anordnas på flera mottagningar

För föräldrar till barn, 6-17 år, med intellektuell funktionsnedsättning och/eller autism. Workshopen inleds med information om sömn och sömnsvårigheter. Därefter får deltagarna arbeta med hur det egna barnets sömn ska kunna bli bättre.

TAKK för barn och vuxna

Anordnas på flera mottagningar

För anhöriga och personal till ett barn eller en vuxen som behöver tecken som alternativ kompletterande kommunikation, TAKK. Deltagarna lär sig 275-350 tecken vid fem kurstillfällen. Vi varvar teori med praktiska övningar. Olika grupper för barn respektive vuxen.

Tittut – föräldrabarngrupper

Habiliteringens anhörigcenter

För föräldrar till barn, 0-2 år, med en diagnosticerad eller misstänkt funktionsnedsättning (utom autism som hänvisas till Autismcenter små barn). Grupperna träffas en gång varannan vecka med sångsamling tillsammans med barnen och fika för samtal mellan vuxna.

Webbkurser

Att förebygga beteendeproblem

För föräldrar till barn, 0-17 år, med funktionsnedsättning. En webbkurs som ger verktyg för att skapa en god relation med sitt barn och förebygga beteendesvårigheter. Kursen syftar också till att stärka tilltron till sig själv som förälder.

Hur du ansöker om bidrag till fonder och stiftelser

För personer som har en funktionsnedsättning och för anhöriga till barn och vuxna med funktionsnedsättning. En kort webbkurs om att ansöka om bidrag från fonder och stiftelser.

Scope – för unga om autism

För unga, 16-25 år, med autism. En webbkurs om autism som består av åtta delar. Varje del tar cirka en timme och består bland annat av korta texter och filmer som beskriver autism och ger förslag på strategier. Kursen görs under åtta veckor med stöd av en handledare.

Struktur och hjälpmedel i vardagen vid adhd

För närstående till barn eller ungdomar med adhd. Två webbkurser, en med fokus på barn 5-12 år och en på ungdomar 13-17 år. Vi går igenom vad det är som ofta ställer till problem i vardagen. Vi informerar och visar filmade exempel på hjälpmedel och strategier som kan underlätta för barn och ungdomar med adhd, och hur man får tillgång till hjälpmedel och andra användbara produkter.

Sömn hos barn – en introduktion

För föräldrar till barn, 5-12 år, med funktionsnedsättning. En webbkurs med grundläggande fakta och tips om hur man skapar goda vanor kring barns sömn. Passar för barn med både lindriga och svåra sömnproblem.

Utforska autism – för vuxna

För vuxna med autism. En webbkurs på sex delar som bland annat består av texter om autism och frågeformulär för egen reflektion. Varje del tar en till två timmar att göra. Kursen görs under sex veckor med stöd av en handledare.

För mer information och intresseanmälan
habilitering.se/kurskatalog

Frågetjänst och rådgivning

Telefonrådgivning om habilitering, en fungerande vardag och samhällets stöd.

08-123 350 10, måndag-torsdag
08:30-16:00 och fredag 08:30-15:00
(dag före röd dag 12.30)

Låna böcker

Bibliotek specialiserat på funktionsnedsättningar.

habilitering.se/bibliotek

Lyssna på Funka olika

Podd om att leva med funktionsnedsättning.
habilitering.se/funka-olika

Läs Funktion i fokus

Tidning och nyhetsbrev.
habilitering.se/funktion-i-fokus

Allt om samhällets stöd

funktionshindersguiden.se

Tips och råd

Material att ladda ner och fördjupande artiklar.
habilitering.se/fakta-och-rad

Hitta appar

Sammanställning av tillgängliga appar.
appsok.sll.se

Träffa Undra

Superhjälten Undra finns på Instagram och som app.
habilitering.se/undra

Läs om autism

autismforum.se
ungochasperger.se
asdförälder.se

Följ oss

Följ Funktion i fokus på Facebook

Habilitering & Hälsas 30 mottagningar erbjuder råd, stöd och behandling till barn och vuxna med varaktig funktionsnedsättning. Det kan bland annat vara autism, intellektuell funktionsnedsättning och rörelsenedsättning. Vi ger också råd och stöd till anhöriga. Telefonnummer till växel: 08-123 350 00.