

2025 KURSUS OG KULTURTILBUD



Dansk Blindesamfund
Landsforening af blinde og svagsynede i Danmark

**Rehabilitering
giver nyt
syn på livet**



REHABILITERING • IT & KOMMUNIKATION • HOBBY & FRITID

Kursustilbud til dig med et synshandicap

Alle kurser i Dansk Blindesamfund arrangeres med særligt fokus på vores medlemmer. Vores undervisere har ofte selv et synshandicap og bruger selv de teknologier, som de underviser i. Vi underviser i faglokaler og på små hold, så alle får et godt udbytte. Ofte inviterer vi professionelle håndværkere og kunsthåndværkere til at undervise på hobby- og fritidskurser, fordi vi insisterer på et højt fagligt niveau og på at skabe stor værdi for vores kursister. Dansk Blindesamfund er godkendt som folkeoplysende forening.

Vi udfordrer dig og giver dit liv ny mening

Vi vil gerne have, at du får noget med hjem efter et kursus på Fuglsangcentret. Såvel hjerne som hjerte skal være fyldt med tanker, teknikker og et nyt syn på dit liv med et synshandicap. Vi kalder det handlekompetence. Vores kurser øger dine kompetencer og gør dig i stand til at handle i dit eget liv. Du bliver selvstændig og frigjort. Du bliver nysgerrig og får virkelyst og mod til at leve dit liv med et synshandicap.

Kurser med pårørende eller venner

På flere af vores kurser har du mulighed for at invitere en pårørende eller ven til at deltage sammen med dig.

Dette gælder blandt andet for kajak, roning, vandreture, samspil og yoga.

Vi annoncerer løbende disse kurser i løbet af året, så husk at holde øje med Medlemsbladet og vores hjemmeside.

Tryk transport ud og hjem

Blinde og stærkt svagsynede er omfattet af individuel handicapkørsel. Det betyder, at du kan bestille transport med flextrafik fra din adresse til den nærmeste station. Her kan medarbejdere i DSB ledsage dig til toget. I Fredericia kan du ligeledes bede DSB-medarbejdere ledsage dig ud til din videre transport med flextrafik mod Fuglsangcentret. Du skal bestille en såkaldt landsdækkende rejse i dit lokale trafikselskab, der så sørger for sammensætningen af din transport.

Deltagerlister

Du har ret til at vælge, om du ønsker at stå på en deltagerliste eller ej. Hvis du ikke ønsker, at dit navn står på en deltagerliste til dit kursushold, er det vigtigt, at du giver besked om dette til kursusafdelingen ved tilmelding.



Mestring er vores mission

Kom på kursus, bliv en del af fællesskabet og få inspiration til et aktivt liv. Vores mission er, at du skal mestre dit liv med synshandicap. Når du kommer hjem fra kursus på Fuglsangcentret, skal du have et nyt syn på din tilværelse og have fornyet både tankerne og teknikskuffen, så du kan leve frit og aktivt. I kursusafdelingen står vi klar til at hjælpe dig - både med vores velkendte, traditionelle kursustilbud, de nye motion- og velværetilbud, vi etablerede sidste år, og helt nye tilbud, hvor især dine kreative og digitale evner bliver udfordret.

I 2025 skal vi prøve kræfter med at printe i 3D, hvor vi lærer teknologien at kende og berører de vigtigste emner inden for design, betjening og print. Vi skal også blive klogere på kunstig intelligens og sammen undersøge mulighederne for, hvordan vi kan bruge AI som synshandicappede. I 2025 har vi også planlagt nye aktive kurser, hvor vi skal ud at ro med kyndig vejledning fra den lokale roklub og slentre hen over greenen, mens vi spiller golf sammen. Vi har også etableret et helt nyt samarbejde med Skolen for Kropsbehandling, så vi kan tilbyde dig et introkursus i grundlæggende massage.

På gensyn
Kursusafdelingen

INDHOLD

Fantastiske Fuglsangcentret	6
--	----------

REHABILITERING

Når synet svigter	8
Det gode liv med synstab	10
Opfølgning: Det gode liv med synstab	11
Lokalt kursus for nye synshandicappede	12
Lokalt tilbud: Ind i fællesskabet	13
Synstab – få følelserne med	13
Kursus for personer med diagnosen Retinitis Pigmentosa (RP)	14
Jobkompass	15
Jobkompasset – fokuskurser	15
Børne- og familieaktivitetskursus – motion, leg og læring for hele familien	16
Unge-camp	18
Unge-camp temakursus	18
Familien i fokus – forældre med synshandicap	21
Intensivt kursus i punktskrift	22
Førerhundeordningen	23
Kursus i samtræning med førerhund	24
Madlavningskursus	25

FOLKEOPLYSNING

Kurser i IT og kommunikation	26
Vælg den rigtige mobiltelefon	27
Grundkursus VoiceOver	27
Opfølgningskursus VoiceOver	28
Forstørrelse og oplæsning på iPhone eller iPad	28
Forstørrelse og oplæsning på Android	29
MiniVision, BlindShell og SmartVision	29
Mac m/Voiceover	29
Rejseapps med VoiceOver samt tale og forstørrelse	30
Ud at gå med navigation	30
Dagligvareindkøb på iPhone med VoiceOver	31
Sociale medier på iPhone/iPad eller PC	31
Oplæste undertekster og synstolkning i biografen eller derhjemme	32
Punkt med iPhone og iPad (VoiceOver)	33
VoiceOver på iPhone med eksternt tastatur	33
Opret genveje på iPhone	33
AI og hjælpemidler – workshop	34
3D-workshop	34
Office 365	34
10-fingerkursus – lær at skrive på tastatur med alle ti fingre	35
Diktering på Windows 11	35
Forøg din læsehastighed på punkt	35

HOBBY OG FRITID

Trædrejning	37
Kurveflet	37
Strikkekursus	37
Glaskursus	38
Stoleflet	38
Stoleflet for øvede	39
Læderkursus	39
Ben og horn	39
Filtekursus	39
Pileflet	40
Knyttkursus	40
Smykkekursus	40
Billedvævning	41
Løbbinding	42
Broderi	42
Rul og flet	43
Knagestriik, Quick knit og Kumihimo	43
Kreativ weekend	44

KULTUR OG BEVÆGELSE

Kajak	46
Vandreture	47
Motion og velvære	47
Sportsweekend	48
Yoga-retreat	49
Roning	49
Intro til grundlæggende massage	50
Golf-camp	50
Fuglsangkoret	52
Musik og samspil	52
Skriveværksted	53
Vinterhøjskole	53
Aktiv familieferie	54
Bedsteforældredage	55
Historisk sommertema	56
Kreative sommerdage	56
Kulturfestival	56

FERIE OG ARRANGEMENTER PÅ HOTEL FUGLSANGCENTRET 57



Fantastiske Fuglsangcentret

Fuglsangcentret danner den perfekte ramme om Dansk Blindesamfunds kursustilbud, der spænder fra psykosociale rehabiliteringskurser over hobbytilbud til kurser i moderne teknologi. Du får nye redskaber til at mestre dit liv og leve en fri og uafhængig tilværelse med dit synshandicap. Vi tror på, at samvær og læring med ligestillede gør en kæmpe forskel for dig. Vi har fokus både på faglig indlæring, nye teknikker og socialt samvær. Kombinationen af faglighed og fællesskab gør kurserne på Fuglsangcentret til et af Danmarks bedste rehabiliteringstilbud til blinde og svagsynede.

Sådan bor du

Fuglsangcentret har 60 dobbeltværelser, der alle ligger ud til den store park. Du har din egen lille terrasse med direkte udgang til de smukke, grønne arealer. Alle værelser fremstår lyse, imødekomende og med møbler og inventar i høj kvalitet. Alle praktiske fornødenheder som sengelinned og håndklæder er på plads, og du skal kun medbringe tøj og personlige ejendele til dit ophold.



Fuld tilgængelighed

Fuglsangcentret er indrettet fuldstændigt tilgængeligt for mennesker med synshandicap. Forskellig gulvbelægning viser vej, ligesom der er håndliste i gangarealerne. Her er indrettet med lyde fra fuglebur og springvand, så du kan finde rundt via andre sanser end synet.

Alle sanser bliver aktiveret

Nyd svømmehallen med spa, sauna og lækre omklædningsrum. Brug det store udendørs fitnessområde til masser af fysisk aktivitet på træningsmaskinerne eller gå en tur på mobilitetsstien, hvor balancen bliver udfordret. Vi har etableret en stationær træningszone med TRX, som du altid kan benytte - stativ og seler finder du ved udgangen af G/H tårnet. For de mindre er småbørnslegepladsen åben, ligesom legebørn kan få luft under vingerne på Go High-klatrebanen og tage en tur med svævebanen. I sansehaven kan du nyde duftene og plukke af havens friske bær, når årstiden tillader det. Du kan også slå dig ned i den hyggelige bålhytte og finde ro ved brændeknudernes knitren. Hver aften serverer restauranten en to-retters middag af høj kvalitet. Personalet er uddannet til at assistere mennesker med synshandicap og sikre alle en god oplevelse.

Når synet svigter

Er du for nylig blevet ramt af et synshandicap, er der hjælp at hente på dette kursus. Her møder du ligestillede og får talt om de mange udfordringer, det giver at have et synshandicap. Du får også indblik i de forskellige hjælpemidler og teknikker, der gør det muligt at fortsætte livet og de daglige gøremål, bare på en ny måde.

Hvis du har en nærtstående pårørende, inviteres vedkommende med på kurset, da det påvirker hele familien og omgangskredsen når et menneske får et synshandicap.

Kurset varer tre dage. Prisen for kurset er et undervisningsgebyr på 400 kr. pr. deltager. Dansk Blindesamfund betaler for udgiften til ophold og undervisning. Rejseudgifter betales af kursisten. Kurset afholdes 11 gange årligt, og man skal forvente ventetid. Det er en betingelse for deltagelse, at du er medlem eller aktivitetsmedlem i Dansk Blindesamfund.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 13. januar til onsdag den 15. januar
-
- Mandag den 17. februar til onsdag den 19. februar
-
- Onsdag den 12. marts til fredag den 14. marts
-
- Mandag den 7. april til onsdag den 9. april
-
- Onsdag den 21. maj til fredag den 23. maj
-
- Mandag den 2. juni til onsdag den 4. juni
-
- Onsdag den 27. august til fredag den 29. august
-
- Mandag den 15. september til onsdag den 17. september
-
- Mandag den 20. oktober til onsdag den 22. oktober
-
- Mandag den 17. november til onsdag den 19. november
-
- Mandag den 1. december til onsdag den 3. december
-



REHABILITERING GIVER BEDRE TRIVSEL

Ny undersøgelse fra Aalborg Universitet viser, at rehabiliteringskurser øger nyblindes trivsel og livskvalitet, og særligt samværet med andre synshandicappede er afgørende. "Jeg har fået større optimisme i forhold til fremtiden. Jeg føler mig bedre tilpas. Det skal nok gå hen og blive godt. Der er mange ting, jeg kan, og mange ting, jeg kan lære." Sådan siger en kursist fra et af Dansk Blindesamfunds kurser for nyblinde i en ny undersøgelse foretaget under projektledelse af Chalotte Glintborg, lektor i rehabiliteringspsykologi på Institut for Kommunikation og Psykologi ved Aalborg Universitet.

Undersøgelsen viser, at kursisterne på nyblindekurserne har oplevet en statistisk sikker stigning i trivsel efter deltagelse i kurserne. Det betyder, at kursisternes trivsel efter endt kursus cirka befinder sig på samme niveau som den

generelle befolknings. "Efter kurset har jeg fået en vitaminindsprøjtning. Mit humør er meget bedre, og jeg er blevet bedre til at håndtere de udfordringer, der er. Jeg er blevet mere positiv i min hverdag. Det er helt klart kurset, der har ændret det", fortæller en kursist, der har deltaget i kurset "Når synet svigter". En anden gennemgående oplevelse for kursisterne på begge kurser er, hvor værdifuldt det er at møde ligesindede. De beskriver det som positivt at udveksle tanker, følelser og erfaringer med andre i samme situation som dem selv. "Vi ville hinanden og var interesserede i hinanden. Det lyder måske bizart, men jeg følte mig en smule heldig på kurset over, at jeg har mistet mit syn. Ellers havde jeg ikke været på kurset, og så havde jeg ikke mødt de her helt fantastiske mennesker", siger en kursist fra nyblindekursus.



Det gode liv med synstab

Savner du nye færdigheder i dit liv med synshandicap? Kunne du tænke dig at møde andre, der også har oplevet et synstab og savner inspiration til at håndtere såvel hverdagen som følelserne omkring et synstab? Dette kursus tager udgangspunkt i dine ønsker, og undervisningen er tilrettelagt efter de mål, du sætter dig. Det handler om dit gode liv med synstab. Derfor har du også en grundig samtale med kursuslederen eller en af underviserne i afdelingen inden kurset, så I sammen får lagt en plan for mål og indhold. På kurset er der stor fokus på den psykiske dimension ved et synstab. Der er gode gruppesamtaler samt tilbud om samtale med vores psykolog, så du kan reflektere, få nye redskaber og komme styrket hjem fra kurset.

Det er muligt at have en nærtstående pårørende med i det første halvandet døgn, hvor der også vil være tilbud til de pårørende.

Kurset varer en uge. Efter visitation til kurset vil der blive søgt om betalingstilsagn i din kommune. Rejseudgifter betales af kursisten. Det er en betingelse for deltagelse, at du er medlem eller aktivitetsmedlem i Dansk Blindesamfund.

KURSUSDATOER

- Lørdag den 1. februar til lørdag den 8. februar
- Lørdag den 14. juni til lørdag den 21. juni
- Lørdag den 1. november til lørdag den 8. november

Opfølgning: Det gode liv med synstab

Dette kursus henvender sig til deltagere, som inden for det seneste år har været på kurset "Det gode liv med synstab" og har fokus på det næste skridt i tilværelsen som synshandicappet.

Opfølgningskurset er din mulighed for at blive endnu mere selvhjulpnen. Det kan være at tage på café, til et kulturelt arrangement eller andre udfordringer, hvor du sammen med andre og i mindre grupper tager bybussen og finder frem til et givent sted i byen.

Det stiller lidt større krav til dig om at turde at være på opgaver ude af huset, evt. sammen med en underviser. Der vil ikke være mulighed for at have pårørende med på dette kursus.

Indholdet på opfølgningskurset er lidt anderledes end på "Det gode liv med synstab", da vi i højere grad har fokus på at arbejde i mindre grupper. Fx kan tre deltagere, som ønsker at bage en kage til holdet, klare denne opgave sammen. Opgaverne vil i den forbindelse være at finde en opskrift, lave en indkøbsliste, købe ind og naturligvis også at bage kagen. Et andet projekt kan være at finde en opskrift på et håndarbejde, tage ind til byen for at købe garn, tilbage på Fuglsangcentret og komme godt i gang med håndarbejdet. Alle gruppeprojekter vil altid være under kyndig vejledning af en underviser, og vi løser opgaverne i fællesskab. Kurset giver også mulighed for at arbejde med dine færdigheder i at bruge forskellige hjælpemidler og for at få helt styr på at bruge de hjælpemidler, som du måske har fået bevilget efter dit seneste kursus. Det kan fx være at få helt styr på 10-fingersystemet, notatapparat, daisyafspiller mv. Der vil på kurset også være mulighed for at stifte bekendtskab med at bruge forskellige programmer og apps til at planlægge og gennemføre dine ture til byen mv. Dette kursus kræver visitation, så du vil efter din tilmelding blive kontaktet af kursuslederen, så I, i fællesskab, kan vurdere, om dette kursus er det rette for dig. Kurset er gratis. Rejseudgifter betales af kursisten.

KURSUSDATOER

-
- Søndag den 28. september til fredag den 3. oktober
-



Lokalt kursus for nye synshandicappede

Har du for nylig mistet en stor del af synet, og synes du, det bliver for vanskeligt at deltage i kursustilbud på Fuglsangcentret i Fredericia, så kommer kurset til dig i dit lokalområde i samarbejde med den enkelte kredsbestyrelse og konsulenter i Dansk Blindesamfund.

På det lokale kursus møder du ligestillede og taler om de mange udfordringer, det giver at have et synshandicap. Du får også indblik i de forskellige hjælpemidler og teknikker, der gør det muligt at fortsætte livet og de daglige gøremål på en ny måde.

Hvis du har en nærtstående pårørende, så er det en god idé at tage hende eller ham med på kurset, da det rammer hele familien, når et medlem får et synshandicap.

Dansk Blindesamfund afholder alle udgifterne i forbindelse med kurset og hjælper også dig, som har problemer med at komme til og fra kursusstedet.

Kurset afholdes over seks mødedage i dagtimerne og vil typisk være med to kursusdage om ugen. Hvis du synes, at dette kursus er noget for dig, så kontakt din konsulent i Dansk Blindesamfund, som hjælper dig videre, når kurset kommer til dit nærområde.

Lokalt tilbud: Ind i fællesskabet

Føler du dig indimellem ensom, og savner du et netværk? Formålet med kurset er at skabe et netværk blandt ligestillede og finde aktiviteter og arrangementer, som afvikles lokalt. Indholdet vil derfor være variabelt alt efter de ønsker, behov og muligheder, der findes i det enkelte område. Tilbuddet tilrettelægges i nært samarbejde med Dansk Blindesamfunds psykolog og lokale kredse. Hvis du synes, at dette kursus er noget for dig, så kontakt din konsulent i Dansk Blindesamfund, som hjælper dig videre, når kurset kommer til dit nærområde.

Synstab – få følelserne med

Har du det svært med dit synstab, og vil du gerne arbejde med dig selv og komme videre i tilværelsen? Så er dette kursus noget for dig. Her kan du bearbejde dine personlige temaer i en gruppe sammen med andre, der forstår, hvad du siger, og er parat til at lytte. Ligesom du kan lytte til andre for derigennem at blive klogere på dig selv og dine egne følelser. Du kan arbejde på at styrke din selvtillid og selvfølelse, tage fat om problemstillinger i forhold til arbejde, uddannelse og beskæftigelsesmuligheder eller tage fat i dine relationer til andre mennesker. Det kan være familie eller venner eller som synshandicappet forælder eller bedsteforælder. På dette kursus kan du bearbejde din sorg og frustration over at have mistet synet.

Har dine pårørende ligeledes brug for at bearbejde deres forhold, så bliver der så vidt muligt dannet en gruppe, hvor pårørende kan tale om udfordringerne ved netop at være pårørende til et menneske med et synstab.

De problemer, som hver enkelt slås med, vil blive taget alvorligt, og der vil være tid til at lytte til alle. Vi lægger vægt på at sammensætte grupperne, så deltagerne har noget til fælles med hinanden. Grupperne bliver ledet af uddannede og erfarne gruppeledere, som selv er synshandicappede. Alle deltagere har en telefonsamtale med en gruppeleder inden kurset for at finde den bedste sammensætning af grupperne. Kurset afholdes tre gange årligt. Prisen for kurset er 400 kr. pr. deltager.

KURSUSDATOER

-
- Tirsdag den 4. marts til fredag den 7. marts
-
- Tirsdag den 10. juni til fredag den 13. juni
-
- Tirsdag den 25. november til fredag den 28. november
-



Kursus for personer med diagnosen Retinitis Pigmentosa (RP)

På dette kursus har du mulighed for at møde andre i samme situation og i fællesskab få talt om de problemer, du oplever, fordi du lever med diagnosen Retinitis Pigmentosa (RP) eller er tæt knyttet til en RP-ramt. Kurset byder også på læring af ledsagerteknik, på et oplæg fra en øjenlæge mm. Kursuslederne har selv diagnosen og dermed et førstehåndskendskab til nogle af diagnosens udfordringer.

Dansk Blindesamfund betaler kurset, bortset fra rejseudgifter og et kursusgebyr på 400 kr. pr. deltager, dvs. 800 kr. pr. par. Har du ikke økonomi til at betale udgiften, har du mulighed for at søge din lokale kreds i Dansk Blindesamfund om et legat.

KURSUSDATO

-
- Fredag den 14. november til søndag den 16. november
-

Jobkompas

Jobkompasset er et kursus for dig, der søger fodfæste på arbejdsmarkedet.

Her møder du erhvervsaktive medlemmer i Dansk Blindesamfund med masser af erfaring, der fungerer som vejledere. Vejledernes opgave er at støtte dig i at nå dine mål uddannelsesmæssigt og jobmæssigt. De støtter dig i at finde og formulere dine ressourcer og kompetencer samt hjælper dig med at definere dine personlige mål, der kan bringe dig tættere på arbejdsmarkedet.

Kurset er relevant for medlemmer, der er arbejdsløse, har afsluttet uddannelse, ønsker karriereskift eller måske ønsker at begynde selvstændig forretning og har det til fælles, at de føler, at deres synshandicap er en betydelig barriere i at komme videre.

KURSUSDATOER

- Torsdag den 27. marts til søndag den 30. marts
- Torsdag den 25. september til søndag den 28. september

Jobkompasset – fokuskurser

Jobsamtalen På dette kursus vil vi have fokus på jobsamtalen. Hvad skal jeg have fokus på? Hvordan præsenterer jeg mig bedst? Hvad kan jeg gøre bedre? Kurset er et kort intensivt kursus, hvor vi skal høre faglige oplæg om den gode jobsamtale, og hvor vi skal øve os i den svære kunst, at præsentere os stærkt, fagligt og overbevisende. Du vil selv komme i ilden til en fiktiv jobsamtale, hvor vi efterfølgende vil give dig konstruktiv feedback, med det formål at støtte og styrke din indsats. Jobsamtalen foregår på Fuglsangcentret.

KURSUSDATO

- Mandag den 27. oktober kl. 12.00 til tirsdag den 28. oktober kl. 15.30

For iværksættere

Går du med tanker om at starte din egen lille virksomhed, så har du garanteret mange spørgsmål og tanker, som du gerne vil have styr på. Vores to kursusværter er begge iværksættere med synshandicap, og de har tilrettelagt et program, som sigter mod at styre dig godt igennem de værste minefelter, og som giver dig mulighed for at få kvalificerede svar på nogle af dine spørgsmål.

KURSUSDATO

- Fredag den 16. maj til søndag den 18. maj

Børne og familieaktivitetskursus – motion, leg og læring for hele familien

Dansk Blindesamfund og Landsforeningen af Forældre til Blinde og Svagsynede inviterer jer til et spændende kursus, der er skræddersyet til børnefamilier, hvor et eller flere børn har et synshandicap. Vi byder naturligvis også seende søskende velkomne på kurset. Vores program er fyldt med sjove aktiviteter og samtaler, der styrker båndene i familiens fællesskab og skaber unikke lærerige øjeblikke. Som forældre vil I også få information om jeres rettigheder samt oplysninger om relevante ordninger, som jeres familie kan drage fordel af. Samtidig er en vigtig del af kurset muligheden for at møde andre familier, der står i samme situation, som I gør.

På kurset vil I få mulighed for at prøve flere forskellige former for sport, der er tilgængelige for synshandicappede børn. I vil også lære teknikker til at klare dagligdagens opgaver og udfordre hinanden i spændende og tilgængelige spil. Derudover vil I kunne nyde hyggelige stunder i vores bålhytte med skumfiduser og snobrød samt boltre jer i vores fantastiske svømmehal.

Kurset finder sted i pinsen 2025 på Fuglsangcentret. Der vil være et gebyr på 400 kr. pr. forælder, hvor børn til og med 15 år deltager gratis. I står selv for jeres rejseudgifter. Dansk Blindesamfund dækker omkostningerne ved kursusindhold, ophold og forplejning, og derfor skal det synshandicappede barn være medlem af Dansk Blindesamfund.

Sæt allerede nu kryds i kalenderen, vi har plads til 12 familier, så vent ikke for længe med din families tilmelding efter annoncering af kurset på www.blind.dk samt www.lfbs.dk i starten af 2025.

KURSUSDATO

-
- Torsdag den 5. juni til mandag den 9. juni
-





Unge-camp

Drømmer du om at flytte hjemmefra? Finde en kæreste eller få nogle flere venner? Færdes frit og selv tage tog og bus? Lave din egen mad i hverdagen eller invitere vennerne på middag? Ordne dit eget vasketøj og i det hele taget leve et selvstændigt liv? Så skal du med på Unge-camp og møde en masse andre unge mennesker, der ligesom dig så småt er ved at blive voksne. På kurset, der er udviklet af Dansk Blindesamfund og Dansk Blinde-samfunds Ungdom, taler vi om alt det, der kan være svært, når man er ung med et synshandicap. Vi hygger os, mens vi får en masse fif og teknikker til en praktisk hverdag, og vi lærer både at lægge et budget og swipe på Tinder. Vi går i køkkenet sammen, og du kan prøve forskellige former for motion eller bare finde en masse nye, gode venner blandt de andre unge på kurset.

Dansk Blindesamfund betaler kurset, bortset fra et kursusgebyr på 400 kr. Kursisten betaler selv rejseudgifter.

KURSUSDATO

- Onsdag den 28. maj kl. 17.00 til lørdag den 31. maj kl. 15.00
-

Unge-camp temakursus

I 2025 afholder vi udover Unge-camp et temakursus. Hold øje med medlemsbladet og på hjemmesiden, når temaet bliver offentliggjort og sæt allerede nu kryds i kalenderen.

KURSUSDATO

- Fredag den 14. november kl. 17.00 til søndag den 16. november kl. 15.00
-



SKØNNE SOMMERMINDER PÅ AKTIV FAMILIEFERIE

Hvert år i uge 30 mødes familier med synshandicap til aktiv familieferie på Fuglsangcentret i Fredericia, hvor glade børn, gode oplevelser og tæt sammenhold er på programmet.

For børnene er det værdifuldt at møde jævnaldrende, der ved, hvordan det er at have en mor eller far med synshandicap.

"Det er dejligt at vide, at jeg ikke er den eneste med en forælder, der ser dårligt, men det er ikke noget, vi direkte snakker om. Vi har bare en fælles forståelse og skal ikke forklare en masse. Mine venner fra klassen synes for eksempel, det er mærkeligt, at min far ikke har set mit ansigt ordentligt, siden jeg var seks år", siger 12-årige Ida, som i hverdagen ikke spekulerer over, at hendes far er svagsynet.

Hun har været på Aktiv familieferie en håndfuld gange, og det bedste, hun ved, er at gense sine venner. Ida har kontakt med nogle af dem på de sociale medier, men ellers ses de kun på Aktiv familieferie en gang om året, da familierne kommer fra hele landet.

Idas far, Sune, er heller ikke i tvivl om, at det er givende for Ida at møde andre familier i samme situation.

"Det er vigtigt for Ida at vide, at andre har forældre med synshandicap. Det gør det mindre unormalt. I hverdagen møder hun for eksempel ikke andre børn med synshandicappede forældre", siger Sune Qvotrup Jensen, der er glad for at holde ferie på Fuglsangcentret, da programmet er tilrettelagt, så blinde og svagsynede kan være med.



Familien i fokus – forældre med synshandicap

Dette kursustilbud er målrettet familier, hvor den ene eller begge forældre har et synshandicap. Kurset har hele familien i fokus, og det bliver nogle både indholds- og lærerige dage med socialt samvær, undervisning, rehabilitering og masser af hygge. Der er tilbud om tilberedning af lette mellemmåltider, fysiske aktiviteter i svømmehallen, masser af bevægelse samt leg og udfordringer både inde og ude for hele familien.

For dig som synshandicappet forælder er der oplæg om de forskellige rettigheder og muligheder, I kan gøre brug af som familie. Du deltager også i samtalegrupper med andre synshandicappede forældre, hvor I deler hverdagens udfordringer og løsninger med hinanden. Sideløbende med tilbuddene til dig, eller jer som forældre, er der sjove aktiviteter for jeres børn og unge.

Vi har erfarne og fagligt kompetente undervisere og oplægsholdere, som selv er vokset op med et synshandicap, og som selv er forældre. Samtidig er en vigtig del af kurset muligheden for at møde andre familier i samme situation, så man har mulighed for at skabe nyt netværk. Erfaringsudvekslingen familierne imellem er en unik del af kursustilbuddet. Kurset foregår i efterårsferien på Fuglsangcentret i Fredericia. Der er et kursusgebyr på 400 kr. pr. forælder, og børn til og med 15 år er gratis. Rejseudgifterne betaler du selv. Dansk Blindesamfund dækker kursusindhold, ophold og forplejning. Der er et begrænset antal pladser – 12 familier kan deltage.

KURSUSDATO

-
- Fredag den 10. oktober til mandag den 13. oktober
-

Intensivt kursus i punktskrift

Savner du at have et skriftsprog? Kan du tage noter eller synge med på sange, hvor du ikke helt kan huske teksten? Kan du ikke længere læse og skrive almindelig skrift, eller er det blevet meget besværligt? Så er dette kursus noget for dig. På kurset er der undervisning i læsning, skrivning samt afmærkningsmetoder med punktskrift. Målet er, at du opnår større uafhængighed i det daglige og bliver selvhjulpen.

Deltagerne kan være begyndere eller let øvede, da der undervises på små hold af højst seks kursister, og da der arbejdes individuelt. Deltagerne kan også være blinde, der tidligere har påbegyndt punktskriftundervisning, men ikke er kommet i gang med at bruge det. Endelig kan der også være deltagere, som har lært punktskrift, men har behov for at få en højere læsehastighed samt få lært de nye forkortelser.

Kurset varer seks dage, og det er nødvendigt, at kursisterne er i stand til at arbejde koncentreret med emnet i mange timer ad gangen. Undervisningen veksler mellem individuel undervisning og træning. Det forventes, at kursisterne tillige arbejder selvstændigt i kursusforløbet, herunder også om aftenen. Kursets præcise indhold bestemmes af dine individuelle mål. Derfor bliver alle deltagere kontaktet før kursusstart for at drøfte mål og få afklaret, om følesansen i fingrene er tilstrækkelig. Der gennemføres eventuelt en test af føleevnen.

Undervisning i punktskrift er kompenserende specialundervisning, der tilrettelægges i henhold til lov om specialundervisning for voksne. For at deltage skal man derfor have en bevilling fra sin kommune eller arbejdsplads. Du kan henvende dig til socialrådgiverne i Dansk Blindesamfund og få hjælp til ansøgning om betalingstilsagn.

KURSUSDATOER

-
- Søndag den 30. marts til fredag den 4. april
 - Søndag den 23. november til fredag den 28. november
-

Førerhundeordningen

Dansk Blindesamfund har mere end 70 års erfaring med uddannelse og levering af førerhunde til blinde og stærkt svagsynede. Vi er stolte af vores hundes høje uddannelsesniveau og den standard, vi har sat på førerhundeområdet. Vores hunde er som de eneste i Danmark certificeret efter den internationale kvalitetsstandard i International Guide Dog Federation.

Førerhundeordningen afholder to typer kurser: Ansøgerkurser for dem, der overvejer at få en førerhund, og samtræningskurser for førerhundebrugere, som har fået ny førerhund.

Ansøgerkursus

Det er en god idé at deltage i ansøgerkurset, når du første gang ansøger om førerhund. Kurset er et led i din egen og Førerhundeordningens vurdering af, hvorvidt en førerhund er det rette hjælpemiddel til dig. På kurset får du mere at vide om, hvordan det er at have førerhund, og du får mulighed for at afprøve, om dine egne forventninger er realistiske. Kurset indeholder prøveture med førerhund, gruppesamtaler om det at være førerhundebruger samt teoretiske oplæg om hundens adfærd og træningsprincipper. Endelig får du som ansøger en individuel samtale med førerhundekonsulenten og den blindefaglige konsulent. Da det har stor indflydelse på både din egen og din families fremtid, hvis du får en førerhund, inviterer Førerhundeordningen til, at du tager din ægtefælle eller en anden pårørende med på kurset. Der er altid arrangeret særskilte gruppesamtaler for pårørende.

Kurset varer fire dage. Dansk Blindesamfund betaler opholds- og undervisningsudgifter. Du skal selv betale rejseudgifter. Ønsker du at deltage i et ansøgerkursus, skal du kontakte blindefaglig konsulent i Førerhundeordningen Lene F. Andersen på telefonnr. 23 40 92 06.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 12. maj til torsdag den 15. maj
-
- Torsdag den 2. oktober til søndag den 5. oktober
-



Kursus i samtræning med førerhund

Har du fået ny førerhund, inviterer Førerhundeordningen dig på samtræningskursus, hvor der er intensiv træning med førerhunden i by, på landevej, på perron og meget mere. Der undervises desuden i daglig lydighedstræning, kropssprog samt hundens adfærd. Undervisningen gennemføres på små hold og tilrettelægges individuelt ud fra de problemstillinger, som du oplever i samarbejdet med førerhunden i dagligdagen, og eventuelle problemer, der viser sig under kurset.

Kurset varer fire dage. Dansk Blindesamfund ansøger om kurset i din hjemkommune som specialundervisning for voksne. Det er en forudsætning, at du har underskrevet ejendomsforbeholdserklæringen. Har du fået ny førerhund, vil du automatisk blive inviteret til et kursus i samtræning med førerhund. Du kan vælge, at du gerne vil vente til næstkommende samtræningskursus. Har du spørgsmål til kurset, kan du kontakte førerhundekonsulent Carsten Druekær på telefonnr. 20 22 88 01.

KURSUSDATOER

-
- Søndag den 15. juni til torsdag den 19. juni
-
- Søndag den 21. september til torsdag den 25. september
-



Madlavningskursus

Kan du lide at lave mad, og savner du at gå i køkkenet? På dette kursus laver du dagligdagsmad i et fællesskab med andre med et synshandicap. Undervejs får du undervisning i teknikker, så du kan mestre den daglige madlavning i dit eget køkken. Har du særlige retter, du godt kunne tænke dig at lave, bliver der taget højde for det i planlægningen af kurset.

På kurset spiser deltagerne morgenmad i restauranten, og de øvrige måltider tilberedes og nydes i "øvelseskøkkenet". Der vil derfor også blive indlært gode rutiner i køkkenet, såsom borddækning, anretning og oprydning.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 24. marts til torsdag den 27. marts
-
- Mandag den 5. maj til torsdag d. 8. maj
-
- Mandag den 6. oktober til torsdag den 9. oktober
-



FOLKEOPLYSNING

Kurser i IT og kommunikation

Vores kurser i IT og kommunikation giver dig alle de nødvendige kompetencer, der gør dig i stand til at anvende ny teknologi og sætter dig fri i forhold til at klare dig selv på helt vitale områder af dit liv. Alle vores kurser er folkeoplysningskurser. De er tilrettelagt for mennesker med synshandicap, men er ikke tilrettelagt individuelt og kan derfor ikke gøre det ud for den kompenserende specialundervisning, som kommunerne og synscentrene skal stille til rådighed, når de tildeler et hjælpemiddel.

Vælg den rigtige mobiltelefon

Få et overblik over nogle af de muligheder, du har, når du skal vælge en mobiltelefon, som passer til lige netop dine behov og dit synshandicap. Vi kigger på iPhone, SmartVision, MiniVision og BlindShell. Vi holder også øje med markedet og tager nye telefoner ind, hvis vi finder dem relevante.

Vi tager ikke beslutningen for dig, men vi kan besvare nogle af dine spørgsmål, og du kan få de forskellige telefoner i hånden og på den måde blive i stand til at tage en god beslutning selv.

KURSUSDATOER

-
- Torsdag den 30. januar kl. 13.30 til fredag den 31. januar kl. 13.00
-
- Mandag den 26. maj kl. 13.30 til tirsdag den 27. maj kl. 13.00
-
- Torsdag den 9. oktober kl. 13.30 til fredag den 10. oktober kl. 13.00
-

Grundkursus VoiceOver

Lær at bruge din iPhone helt uden brug af dit syn. VoiceOver er iPhonens indbyggede skærmlæser, udviklet til blinde brugere. Vi underviser i at benytte din iPhones basale funktioner udelukkende ved brug af VoiceOver. Er du udelukkende interesseret i at bruge Siri, hvor du styrer telefonen ved hjælp af din stemme til de mest almindelige telefonfunktioner, så kontakt kursusafdelingen.

KURSUSDATOER

-
- Onsdag den 12. februar kl. 13.30 til fredag den 14. februar kl. 13.00
-
- Tirsdag den 10. juni kl. 13.30 til torsdag den 12. juni kl. 13.00
-
- Mandag den 1. september kl. 13.30 til onsdag den 3. september kl. 13.00
-
- Tirsdag den 25. november kl. 13.30 til torsdag den 27. november kl. 13.00
-



Opfølgningskursus VoiceOver

Har du været på grundkursus i Voiceover, men ønsker at komme et skridt videre, eller er der noget, som du skal have repeteret eller uddybet, så er dette kursus noget for dig. Kurset kører samtidig med grundkurset, hvilket giver os mulighed for at sikre den fleksibilitet i undervisningen, som skal til, for at alle kommer hjem med nye eller stærkere kompetencer.

KURSUSDATOER

-
- Onsdag den 12. februar kl. 13.30 til fredag den 14. februar kl. 13.00
-
- Tirsdag den 10. juni kl. 13.30 til torsdag den 12. juni kl. 13.00
-
- Onsdag den 3. september kl. 13.30 til fredag den 5. september kl. 13.00
-
- Tirsdag den 25. november kl. 13.30 til torsdag den 27. november kl. 13.00
-

Forstørrelse og oplæsning på iPhone eller iPad

iPhones og iPads kan benyttes med både Siri (oplæsningsassistent) og Zoom. På dette kursus tager vi udgangspunkt i de brugere, som har et restsyn, de kan bruge på deres iPhone eller iPad til at se, hvor der er ikoner og tekst, og efterfølgende bruge forstørrelse eller oplæsning til at finde ud af, hvad det er for et ikon, eller hvad der står i teksten.

KURSUSDATOER

-
- Onsdag den 19. marts kl. 13.30 til torsdag den 20. marts kl. 15.00
-
- Tirsdag den 24. juni kl. 13.30 til onsdag den 25. juni kl. 15.00
-
- Tirsdag den 9. september kl. 13.30 til onsdag den 10. september kl. 15.00
-
- Tirsdag den 11. november kl. 13.30 til onsdag den 12. november kl. 15.00
-

Forstørrelse og oplæsning på Android

På Android-telefoner og tablets kan du forstørre overalt. Du kan også få læst alt op. Så som svagsynet tilbyder telefoner og tablets med Android-styresystem rigtig gode muligheder, som vi vil fordybe os i. Vi vil også se på Google-assistenten, som via stemmestyring blandt andet kan ringe op samt læse og skrive sms.

Kurset er for dig, som har et restsyn, der kan bruges på din telefon eller tablet til at se, hvor der er ikoner og tekst, og efterfølgende bruge forstørrelse eller oplæsning til at finde ud af, hvad det er for et ikon, eller hvad der står i teksten.

KURSUSDATO

-
- Mandag den 27. januar kl. 13.30 til tirsdag den 28. januar kl. 15.00
-

MiniVision, BlindShell og SmartVision

MiniVision, BlindShell og SmartVision er telefoner specielt udviklet med blinde og svagsynede som målgruppe. Har du valgt en af disse telefoner, og har du brug for lidt undervisning for at komme videre, så er dette kursus til dig. Vi arbejder med telefonernes basale funktioner.

KURSUSDATOER

-
- Tirsdag den 6. maj kl. 13.30 til torsdag den 8. maj kl. 13.00
-
- Onsdag den 24. september kl. 13.30 til fredag den 26. september kl. 13.00
-

Mac m/Voiceover

Er du mere til Mac end PC, og bruger du VoiceOver-skærmlæser? Mac-computeren med VoiceOver er vores fokus på dette kursus. VoiceOver, som mange blinde kender fra deres iPhone, ligger også som standard på en Mac-computer. Vi vil gennemgå den grundlæggende struktur, kommandoer og genveje. Kurset kan også være relevant for dig, der i forvejen er bekendt med Mac og VoiceOver, men ønsker en dybere viden om VoiceOver, Mac-computere generelt eller tips og tricks til Mac i samspil med iPhone/iPad. Du skal selv medbringe en Mac-computer til dette kursus.

KURSUSDATO

-
- Mandag den 10. marts kl. 13.30 til onsdag den 12. marts kl. 13.00.00
-

Udvidede kurser

For dig, der kan det grundlæggende og gerne vil have flere muligheder, når du bruger din iPhone. Vi forventer derfor, at du kan bruge din iPhone på grundkursusniveau.

Rejseapps med VoiceOver samt tale og forstørrelse

Når du forlader dit hjem, er det rart at vide, at du når frem til dit mål, og at du også når hjem igen. Med en iPhone i lommen og kendskab til VoiceOver og de rette apps, er du godt på vej. Vi underviser i brug af relevante apps både til planlægning af din rejse og til støtte, når du er på vej. Udgangspunktet på dette kursus er, at du har en iPhone, og at du kan bruge VoiceOver.

KURSUSDATO

- Torsdag den 8. maj kl. 13.30 til fredag den 9. maj kl. 13.00
-

Ud at gå med navigation

Ønsker du at få større frihed og uafhængighed, når du bevæger dig rundt i din by eller på ukendte steder? Så er kurset "Ud at gå med navigation" noget for dig. Her lærer du at bruge forskellige navigationsapps på din iPhone eller Android-telefon, så du trygt kan finde vej – uanset hvor du befinder dig.

Kurset er praktisk orienteret og foregår i små hold, så der er god tid til at øve sig og stille spørgsmål. Vi går også ud sammen, så du kan afprøve teknologien i virkelige omgivelser.

Formålet er at gøre dig sikker og selvstændig, når du skal navigere i din hverdag.

KURSUSDATO

- Lørdag den 26. april kl. 13.30 til søndag den 27. april kl. 15.00
-



Dagligvareindkøb på iPhone med VoiceOver

Mulighederne for at få bragt varer hjem til døren bliver flere og flere. Vi kigger på, hvilke apps du kan bruge med VoiceOver.

KURSUSDATO

-
- Tirsdag den 29. april kl. 13.30 til onsdag den 30. april kl. 13.00
-

Sociale medier på iPhone/iPad eller PC

På dette kursus taler vi om, hvilke formål og målgrupper de forskellige sociale medier har. Hvordan du håndterer din profil, hvordan du navigerer på de valgte medier samt søger venner og kontakter. Med dette kursus kommer du godt i gang med de sociale medier.

Det er en forudsætning, at du har styr på at arbejde med forstørrelse, tale eller skærmlæser, hvis du har brug for en eller flere af disse kompenserende værktøjer.

KURSUSDATO

-
- Mandag den 27. oktober kl. 13.30 til tirsdag den 28. oktober kl. 15.00
-



Oplæste undertekster og synstolkning i biografen og derhjemme

Ønsker du at få oplæst undertekster med kunstig stemme på film og TV, så viser vi dig mulighederne for dette og prøver det af i praksis. Vi prøver også at se en synstolket dansk film, hvilket betyder, at en rigtig stemme forklarer, hvad der sker i filmen, når der ikke er dialog.

Dette prøver vi i praksis ved at gå i biografen om aftenen. De fleste ting, vi viser på kurset, kræver en smartphone eller en tablet/iPad.

KURSUSDATO

-
- Torsdag den 27. marts kl. 13.30 til fredag den 28. marts kl. 13.00
-

Punkt med iPhone og iPad (VoiceOver)

Dette kursus er for dig, som gerne vil lære at bruge punktskrift sammen med din iPhone/iPad. Vi arbejder med VoiceOver på dit punktdisplay og din iPhone/iPad, og der vil også være mulighed for at arbejde med app-løsninger, som lader dig skrive punktskrift direkte på din touch-skærm. Det er en forudsætning, at du medbringer dit eget punktdisplay samt iPhone og er bekendt med VoiceOver.

KURSUSDATO

- Tirsdag den 4. marts kl. 13.30 til onsdag den 5. marts kl. 15.00
-

VoiceOver på iPhone med eksternt tastatur

Bruger du VoiceOver på din mobil, og er du nysgerrig på kombinationen iPhone og eksternt tastatur? På dette kursus vil du både kunne lære at bruge tastaturet til indskrivning, men du kan også lære at styre VoiceOver udelukkende ved hjælp af et eksternt tastatur. Det er en forudsætning, at du er bekendt med VoiceOver og ti-fingersystemet for at få det optimale ud af dette kursus.

KURSUSDATOER

- Mandag den 28. april kl. 13.30 til tirsdag den 29. april kl. 13.00
 - Onsdag den 15. oktober kl. 13.30 til torsdag den 16. oktober kl. 13.00
-

Opret genveje på iPhone

Vil du gerne gøre din iPhone mere effektiv og tilpasse den til dine specifikke behov? På dette kursus lærer du at bruge iPhones indbyggede Genveje-app til at automatisere opgaver og skabe hurtige genveje, der kan spare dig tid i hverdagen. Vi vil gennemgå, hvordan du opretter enkle og avancerede genveje, som kan udføre flere handlinger med et enkelt tryk eller en stemmekommando. Uanset om du vil automatisere daglige opgaver som at sende beskeder, starte navigationsapps eller tilpasse din iPhones funktioner til dine behov, så vil dette kursus hjælpe dig med at få mest muligt ud af din enhed.

KURSUSDATO

- Onsdag den 9. april kl. 13.30 til torsdag den 10. april kl. 15.00
-

Workshops

AI og hjælpemidler – workshop

Hvad kender du til AI, Artificial Intelligence eller kunstig intelligens?

Hvad kan vi som synshandicappede forvente, og hvad kan vi bruge AI til? Denne workshop er for dig, som interesserer sig for, eller arbejder med, elektroniske hjælpemidler og gerne vil diskutere muligheder og forandringer med ligesindede. Vi starter med nogle faglige oplæg fra blandt andre Hans Jørgen Wiberg fra Be My Eyes, Jesper Holten fra Dansk Blindesamfunds Forretningsudvalg og Anders Schmidt fra Accenture. Derefter er der tid til, at vi fordyber os i de teknologier, som vi hver især finder spændende.

KURSUSDATO

- Fredag den 14. februar kl. 12.00 til lørdag den 15. februar kl. 13.00
-

3D-workshop

Er du nysgerrig på 3D-print, men usikker på, hvordan du kan arbejde med teknologien som synshandicappet? Så er vores "3D-Workshop" det perfekte sted at starte. Dette workshopkursus er en introduktion til 3D-print, hvor vi kort berører de vigtigste emner inden for design, betjening og print – alt sammen med fokus på tilgængelighed.

KURSUSDATO

- Lørdag den 6. september kl. 12.00 til søndag den 7. september kl. 13.00
-

PC, Windows og Office

Office 365

Bruger du Jaws, ZoomText eller SuperNova, og er du godt kendt med dit kompenserende system, men har brug for at udvide dine kompetencer i forhold til Office 365, så er dette kursus det rigtige for dig. Kursus er ikke datosat, men kontakt kursusafdelingen ved interesse, så skriver vi dig op og samler et hold.

10-finger kursus – lær at skrive på tastatur med alle ti fingre

Som synshandicappet er det en stor hjælp at føle sig helt hjemme med et traditionelt pc-tastatur. Det kræver rigtig mange ressourcer, hvis man hele tiden skal se efter, hvor man har fingrene. Vi præsenterer en god metode til at træne det, man i gamle dage kaldte blindskrift.

Dette kursus starter på Fuglsangcentret med weekendundervisning, efterfulgt af fem undervisningsgange på Zoom to gange i ugen over 2,5 uge. Du vil inden kursets start modtage et Zoom-link, som du skal klikke på for at deltage. Kursusafdelingen vil meget gerne hjælpe dig med dette, hvis det skræmmer lidt.

KURSUSDATO

- Opstartsweekend fredag den 14. november kl. 13.30 til lørdag den 15. november kl. 13.00
-

Datoer for undervisningsgangene på Zoom meldes ud, når vi annoncerer kurset.

Diktering på Windows 11

Vil du gerne skrive hurtigere og mere effektivt? På kurset lærer du at bruge Windows 11's indbyggede dikteringsfunktion, som gør det muligt at omdanne din tale til tekst i forskellige programmer. Vi vil gennemgå, hvordan du aktiverer og bruger diktering, tilpasser indstillingerne for at forbedre præcisionen og hvordan du navigerer i dine dokumenter ved hjælp af tale. Kurset er praktisk orienteret, så du får rig mulighed for at øve dig og blive fortrolig med teknologien.

KURSUSDATO

- Onsdag den 23. april kl. 13.30 til torsdag den 24. april kl. 13.00
-

Forøg din læsehastighed på punkt

Har du styr på din punktlæsning, men vil gerne have hastigheden op, så har vi de teknikker, øvelser og metoder, der skal til. På dette kursus sætter vi fokus på læsehastighed, med intensiv træning og god vejledning.

KURSUSDATO

- Tirsdag den 7. oktober kl. 13.30 til onsdag den 8. oktober kl. 13.00
-



HOBBY OG FRITID

Kursusafdelingen har en lang tradition for at udbyde hobbykurser i samarbejde med Fagudvalget for håndarbejds lærerne, som har en god finger på pulsen, når det gælder spændende og relevante emner. Vi spænder bredt fra traditionelle strikke- og hæklekurser over glashåndværk til trædrejning og meget mere. Der kommer også løbende nye og spændende emner til, så bliv inspireret af de mange muligheder og hold øje med information om de enkelte kurser i Medlemsbladet eller på www.blind.dk

Alle hobbykurserne starter kl. 13 på dag 1 og slutter kl. 15.40 på dag 3.

Trædrejning

Traditionel trædrejning med plads til såvel den øvede som nybegynderen.

KURSUSDATOER

- Onsdag den 8. januar til fredag den 10. januar
- Mandag den 10. marts til onsdag den 12. marts
- Mandag den 26. maj til onsdag den 28. maj
- Mandag den 25. august til onsdag den 27. august
- Mandag den 17. november til onsdag den 19. november
- Fredag den 21. november til søndag den 23. november

Kurveflet

Traditionel kurveflet, hvor alle kan være med.

KURSUSDATOER

- Mandag den 13. januar til onsdag den 15. januar
- Mandag den 12. maj til onsdag den 14. maj
- Mandag den 22. september til onsdag den 24. september

Strikkekursus

Vi har fem strikkekurser på programmet i 2025. Savner du inspiration eller nye udfordringer? Sidder du fast i et projekt, eller ønsker du at få styrket dine strikkefærdigheder? Så er Kirsten klar til at hjælpe dig med sin store strikkeerfaring – og du kan være med, uanset om du er begynder eller øvet. Hold øje med vores annoncer i Medlemsbladet og på www.blind.dk, hvor de enkelte kursers indhold vil blive afsløret.

KURSUSDATOER

- Mandag den 3. marts til onsdag den 5. marts
- Mandag den 19. maj til onsdag den 21. maj
- Mandag den 1. september til onsdag den 3. september
- Onsdag den 22. oktober til fredag den 24. oktober
- Mandag den 8. december til onsdag den 10. december



Glaskursus

Vi arbejder med teknikker som glas fusing og glas slumping. Teknikker, hvor man skaber en mosaik eller et billede med pladeglas i forskellige farver, som herefter varmes op i en ovn, så de enten smelter sammen til et billede eller smelter ned i en form og bliver til et fad eller en skål. Alle kan være med.

KURSUSDATOER

- Mandag den 27. januar til onsdag den 29. januar
- Mandag den 7. april til onsdag den 9. april
- Mandag den 8. september til onsdag den 10. september
- Onsdag den 29. oktober til fredag den 31. oktober
- Mandag den 1. december til onsdag den 3. december

Stoleflet

Har du lyst til at prøve kræfter med et gammelt håndværk? På stolefletkurset bliver du undervist i teknikker til at flette sæder af papirsnor, der er brugt af møbeldesignere som Børge Mogensen, Hans J. Wegner og No Møller. Du lærer de grundlæggende teknikker til kuvertflet og planflet.

KURSUSDATO

- Mandag den 17. marts til onsdag den 19. marts
- Mandag den 6. oktober til onsdag den 8. oktober

Stoleflet for øvede

KURSUSDATO

-
- Onsdag den 20. august til fredag den 22. august
-

Læderkursus

Læderarbejde er et meget traditionelt fag. Her får du styr på de grundlæggende teknikker samt mulighed for at udfordre dine evner.

KURSUSDATO

-
- Mandag den 20. oktober til onsdag den 22. oktober
-

Ben og horn

Med den rette forarbejdning kan du skabe utroligt smukke og fantastisk holdbare produkter i ben og horn. Du kan arbejde både med pyntegenstande og brugsgenstande.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 28. april til onsdag den 30. april
-
- Mandag den 18. august til onsdag den 20. august
-

Filtekursus

Med uld, sæbevand, fantasi og teknik får du mulighed for at skabe alle mulige kreationer i filt.

KURSUSDATOER

-
- Onsdag den 19. februar til fredag den 21. februar
-
- Mandag den 15. september til onsdag den 17. september
-
- Mandag den 27. oktober til onsdag den 29. oktober
-

Pileflet

Pileflet er en oldgammel teknik, som blev benyttet til brugsgenstande, læhegn, byggeri og meget mere. På dette hold lærer du de grundlæggende teknikker og bliver udfordret, hvis du allerede har det grundlæggende på plads.

KURSUSDATOER

- Mandag den 17. februar til onsdag den 19. februar
 - Onsdag den 27. august til fredag den 29. august
-

Knyttekursus

Armbånd, hanke, vedhæng, julehjerter og meget andet kan komme ud af et stykke snor, hvis man bare har den rette teknik.

KURSUSDATOER

- Tirsdag den 4. marts til torsdag den 6. marts
 - Mandag den 8. december til onsdag den 10. december
-

Smykkekursus

På kurset kan du lave forskellige smykker i mange forskellige materialer. Vi har sølv, kobber, sten, perler, gummi og meget mere, så du kan fremstille pynt til øre, hals og hånd samt lave brocher.

KURSUSDATOER

- Mandag den 10. februar til onsdag den 12. februar
 - Mandag den 2. juni til onsdag den 4. juni
 - Tirsdag den 11. november til torsdag den 13. november
-



Billedvævning

Billedvævning eller gobelinvævning er en mere end 3.500 år gammel væveteknik, der blev brugt til fremstilling af vægdekorationer til faraoernes haller. På vores kursus arbejder vi i lidt mindre målestok. Vi skal væve i mindre og håndterbare rammer, og vi skal væve med garner i forskellige kvaliteter, så vores billeder ikke kun bliver flotte at se på, men så vi også kan føle forskellene i garnerne.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 20. januar til onsdag den 22. januar
-
- Mandag den 24. november til onsdag den 26. november
-

Løbbinding

“Løb” kommer af det oldnordiske “laupr”, som betyder kurv.

Løbbinding betyder derfor “kurvesyning” på nudansk og er en meget gammel og international kendt kurveteknik. Herhjemme er løbbinding måske bedst kendt som halmbinding, idet halm har været det mest anvendte materiale til løbbinding i Danmark. Løbbinding er en tekstil “pølseteknik”, hvor kurven bygges op i spiralform og sys sammen med jævne mellemrum. Materialerne i løbbinding er forskellige hør og jutegarner og altså ikke halm som i gamle dage. På kurset kan du fremstille en cylinder til fx skriveredskaber eller en lille krukke til smykker eller lignende.

Det er et meget hyggeligt og vanedannende håndarbejde, hvor alle kan være med.

KURSUSDATOER

-
- Mandag den 31. marts til onsdag den 2. april
-
- Mandag den 17. november til onsdag den 19. november
-

Broderi

Har du lyst til at komme i gang med at brodere?

På dette kursus kommer du til at afprøve både tællesyning som Korssting og Bargello samt det frie broderi, hvor du selv bestemmer, hvad der skal broderes. Du lærer at kombinere forskellige broderisting, og du præsenteres for forskellige former for materialer, der kan danne baggrund for dit broderi, samt for garner, der kan bruges til broderi. Kurset er for alle, både nybegyndere og øvede.

KURSUSDATOER

-
- Onsdag den 12. februar til fredag den 14. februar
-
- Onsdag den 3. december til fredag den 5. december
-



Rul og flet

Gamle aviser og reklamer får nyt liv, når vi ruller, bukker og fletter dem til skønne dekorationer. På dette kursus vil du lære de rette rulleteknikker, så du med papirrør kan flette alt fra hjerter, julepynt, kranse, figurer, lanterner mm. Alle kan være med på dette kursus, hvor kun fantasien sætter grænser.

KURSUSDATOER

- Tirsdag den 11. februar til torsdag den 13. februar
 - Tirsdag den 14. oktober til torsdag den 16. oktober
-

Knagestrik, Quick knit og Kumihimo

På dette kursus er strikkepindene lagt på hylden til fordel for en knagerække på 16 knager og quick knit-ringe i forskellige størrelser alt efter, hvad der skal strikkes. Knagestrik og quik knit er spændende strikkemetoder, som giver et flot, luftigt resultat. Alle typer garn kan bruges, og du kan strikke alt fra sjaler, halsrør og ponchoer til pulsvarmere og huer. På kurset kan du også prøve Kumihimo, som er en japansk fletteteknik, hvor du fletter på en skive med riller og derved kan lave forskellige mønstre, som kan blive til armbånd eller snore til nøgleringe.

KURSUSDATOER

- Mandag den 13. januar til onsdag den 15. januar
-



Kreativ weekend

Er du interesseret i at deltage i Nordens største kreative messe? Kunne du tænkte dig at besøge en masse messestande, få inspiration til kreative sysler, demonstration af nye teknikker og materialer samt besøge workshops og foredrag? Så meld dig til Kreativ weekend på Fuglsangcentret og tag med kursusafdelingen til Kreative Dage i Fredericia Messe C. Weekenden begynder med eftermiddagskaffe på Fuglsangcentret fredag eftermiddag. Lørdag arrangerer vi en samlet tur til messen fra kl. 10 til 17 inklusiv fælles bustransport og frokost på messen. Efter en hyggelig dag på messen tager vi tilbage til Fuglsangcentret til aftenmad og hyggesnak om vores oplevelser i løbet af dagen, inden vi søndag morgen siger farvel og tak for denne gang. Vi forsøger at finde ledsagere til dem, der har behov, og du er meget velkommen til at invitere din egen ledsager med.

KURSUSDATO

-
- Fredag den 24. oktober til søndag den 26. oktober
-



BIRTHE GENFANDT LIVSGLÆDEN

Da Birthe mistede synet, mistede hun også sin frihed. Et nyblindekursus vendte dog op og ned på den følelse. Efter syv dage på kurset havde Birthe fået livsmod, nye færdigheder og et netværk af nye venner med synshandicap.

"Det værste ved at miste synet var, at jeg også mistede en stor del af min frihed. Den har jeg heldigvis genvundet på nyblindekursus. Jeg har lært så mange færdigheder og fået indsigt i hjælpemidler, som gør det muligt at fortsætte mit liv og de daglige gøremål – bare på en ny måde", siger Birthe Bøhm.

"Det er fantastisk, at jeg igen kan bruge min telefon samt tilgå netbank og e-Boks, som jeg ikke har kunnet i mange år. Jeg har også fået installeret Google Assistant, så jeg kan spørge om hvad som helst og få svar. Det er

en stor hjælp og har gjort mig meget mere selvhjulpen", fortæller Birthe.

"Det var rart at blive mere tryk ved at færdes i køkkenet. Jeg har for eksempel lært at bruge en talende køkkenvægt, hvordan jeg undgår at skære mig i fingeren, at spise smørrebrød og at hælde vand i et glas uden at spilde over det hele. Små justeringer, der gør en kæmpe forskel", forklarer Birthe.

De nye færdigheder og netværk med blinde og svagsynede har gjort, at Birthe er begyndt at tro på livet igen. Kurset har givet hende et fornyet håb for fremtiden med et synshandicap.

"Min hverdag ville være helt uoverskuelig, hvis ikke jeg havde fået den rette støtte og hjælp. Nyblindekurset har virkelig gjort en forskel og givet mig håb", smiler Birthe.



KULTUR OG BEVÆGELSE

Kajak

I gennem de sidste 5 år er der opstået et netværk med over 70 aktive kajakroere, som er medlem af Dansk Blindesamfund. Der bliver arrangeret roture forskellige steder i landet, kajakfestival om sommeren og meget mere. Alt dette er udsprunget af en masse gode folks indsats og initiativ, men også af vores kurser i kajakroning og sikkerhed på Fuglsangcentret. Her kan du som nybegynder lære det basale om roteknik og sikkerhed, og som garvet kan du få styrket din roteknik og dit netværk blandt roere i de varmere måneder. Vi skal også ro kajak om vinteren, men vi holder os til vores svømmehal, hvor vi har fokus på at lære at rulle. Derudover vil der være mulighed for at arbejde lidt med redninger. Alt dette foregår under kyndig vejledning og med fokus på sikkerhed. For at deltage på kurserne skal du være i stand til at svømme minimum 500 meter.

KURSUSDATOER

- Fredag den 28. marts til søndag den 31. marts
- Fredag den 27. juni til mandag den 30. juni
- Fredag den 12. september til mandag den 15. september

Vandreture

Når bøgen er sprunget ud i foråret, og når løvet er faldet i efteråret, tager vi på vandretur. I løbet af en vandrewEEKend går vi to ture på hver 12-15 kilometer. Vores fantastiske korps af frivillige ledsagere er med og sikrer, at vi ikke kommer på afveje. Det er også muligt at tage sin egen ledsager med. På vores ture vil vandreguiden fortælle om kulturhistorie, vegetation og sågar geologi.

Vores guide i foråret er Bendt Nielsen, som vi allerede har været ude med et par gange. Efterårets tur ligger fast, når det drejer sig om datoer, men vi har endnu ikke lagt os fast på vores udflugtsmål eller vores guide.

KURSUSDATOER

-
- Fredag den 9. maj til mandag den 12. maj
-
- Fredag den 22. august til mandag den 25. august
-

Motion og velvære

Første, eller næste skridt, mod en stærk og sund krop kan sagtens være et af vores Motion og velvære-hold, hvor vi fordyber os i træning og god livsstil. Vi skal dyrke masser af motion, yoga, meditation, gå ture, træne i vand og samtidig lære gode øvelser til dagligdagen blandt andet ved hjælp af foam-roller og bolde. Vi skal have sved på panden og forkæles med saunagus. Alt sammen i en hyggelig stemning, hvor der også bliver plads til gode snakke, grin og fællesskab. Hold øje med annoncerne for kurserne i medlemsbladet og på www.blind.dk.

KURSUSDATOER

-
- Lørdag den 15. marts kl. 11.00 til mandag den 17. marts kl. 14.30
Vores klassiske Motion og velvære, tilført øvelser til hjemmeafspænding.
-
- Mandag den 25. august kl. 11.00 til onsdag den 27. august kl. 14.30
BootCamp – Motion og velvære med intensitet. For dig, der er frisk på at sætte tempoet lidt op.
-
- Fredag den 21. november kl. 11.00 til søndag den 23. november kl. 14.30
TRX-camp - Har du allerede prøvet TRX og er med på at udforske det endnu mere med TRX-styrke, TRX-cardio og TRX-yoga?
-



Sportsweekend

Kurset, som udbydes i samarbejde med Parasport Danmark, sætter fokus på sundhed, motion og rehabilitering. I fællesskab med andre synshandicappede kan du afprøve forskellige sportsgrene og opleve glæden ved motion og bevægelse. På tidligere kurser har vi blandt andet prøvet kræfter med vandgymnastik, Showdown, elektronskydning, spinning, goalball, TRX, tandemcykling, ridning samt klatring på Fuglsangcentrets seje Go High-klatrebane. Aktiviteterne bliver krydret med oplæg med forskellige temaer som fx sund livsstil, det aktive liv, livet som para-atlet mm.

Efter endt kursus tilbyder vi dig hjælp og sparring til at komme i gang med en konkret sportsgren eller aktivitet i din dagligdag. Underviserne er erfarne og fagligt kompetente, og kan være både seende og synshandicappede. De vil inspirere og give dig indblik i, hvordan motion og sund livsstil kan medvirke til øget livskvalitet og glæde.

KURSUSDATOER

-
- Torsdag den 15. maj til søndag den 18. maj – for voksne
-
- Torsdag den 14. august til søndag den 17. august – for unge
-

Yoga-retreat

Sæt dig selv i centrum med nogle helt vidunderlige dage fyldt med ro, nærvær og skønt fællesskab.

På dette ophold vil vi koble helt af fra hverdagens trængsler med blid yoga, afspænding, mindfulness, meditation og skønne ture i området omkring Fuglsangcentret. Vi har fokus på velvære med blid morgenmeditation, skønne og sunde vegetarretter fra køkkenet, rolig mindful yoga og dybdeafspænding inden sengetid. Vores underviser vil også dele ud af sin viden om det sunde liv og alle de daglige gevinster, mindfulness, yoga og meditation giver.

KURSUSDATOER

-
- Fredag den 2. maj kl. 11.00 til søndag den 4. maj kl. 14.30
-
- Mandag den 1. december kl. 11.00 til onsdag den 3. december kl. 14.30
-

Roning

I samarbejde med Middelfart Roklub tilbyder vi som noget nyt et 3-dages ro-kursus.

Samarbejdet med roklubben startede faktisk allerede i 2024, hvor vi afholdt nogle 3-timers ro-workshops i forbindelse med sportsweekendkurserne. Dette var en stor succes, som gav mod på mere, både for os og Middelfart Roklub, som har et stærkt frivilligt team med erfarne roere, der står klar til at hjælpe på de kommende kurser. Så har du lyst til at opleve den skønne fornemmelse af båden, der glider gennem vandet i takt med årernes taktfaste bevægelser i en tryk ramme i selskab med erfarne roere, der kan introducere til roningens fantastiske verden, så er dette kursus lige noget for dig.

KURSUSDATOER

-
- Torsdag den 24. april til søndag 27. april
-
- Torsdag den 25. september til søndag den 28. september
-

Intro til grundlæggende massage

I samarbejde med Robie Valenzuala, som ejer og leder Skolen for Kropsbehandling, tilbyder vi som noget nyt et introkursus i grundlæggende massage. På kurset vil du få en introduktion til grundlæggende massage og massageteknik med henblik på fysisk og mental velvære. Skolen er anerkendt for høj faglighed med dygtige og engagerede undervisere, som formår at skabe et trygt og tillidsfuldt læringsmiljø. På kurset vil du lære om etik, kontakt og hygiejne samt forskellige massagegreb til at kunne give en afspændende behandling med ryg og skuldermassage.

KURSUSDATO

-
- Tirsdag den 11. marts kl. 13 til torsdag den 13. marts kl. 15.40
-

Golf-camp

Golf er de seneste årtier gået fra at være en sport for de privilegerede til at være en folkesport. Og faktisk er det også en sport for blinde og svagsynede. Har du lyst til at slentre rundt på greenen, med en driver kækt over den ene skulder, mens du diskuterer din putteteknik med din caddy, så er det bare om at komme afsted. På kurset vil du møde allerede aktive golfspillere og deres caddies og du vil blive instrueret af en professionel træner, som kender vores målgruppe.

Hold øje med medlemsbladet og hjemmesiden for kursusdatoer.

KURSUSDATOER

-
- Fredag den 25. april til søndag den 27. april
 - Mandag den 1. september til onsdag den 3. september
-



BEKYMRRINGSFRI PÅ FUGLSANGCENTRET

Elise planlægger at blive mindst 100 år, og én af metoderne er at holde sig i gang, besøge Fuglsangcentret så tit som muligt og vende hjem med fornyet livsmod hver gang. Indtil videre går planen godt, og ethvert besøg på Fuglsangcentret får bekymringerne om et liv med synshandicap til at forsvinde.

"Efter jeg begyndte at komme på Fuglsangcentret har jeg ingen bekymringer mere. Jeg lærte, at jeg stadig kan en masse med de rigtige hjælpemidler og teknikker. Det er en stor del af årsagen til, at jeg er blevet så gammel. Jeg får mod på at prøve en masse nyt", griner Elise, der er ivrig genganger på blandt andet Vinterhøjskolen på Fuglsangcentret.

Når Elise tager hjem fra Vinterhøjskolen, er hun træt, men det er på

den gode måde, fordi hun har lavet en masse og deltaget i mange arrangementer. Hun har været vidt omkring på de kreative værksteder og har skabt flotte kreationer i både filt, ben og horn.

"Jeg tager altid klogere hjem, mere inspireret og med en masse fine ting, jeg har lavet", fortæller Elise, som har en klar opfordring til alle, der overvejer at deltage på Vinterhøjskolen eller andre kurser på Fuglsangcentret. Det er bare med at komme af sted, få ny inspiration og være sammen med en masse skønne mennesker.

"Når jeg har været af sted på Fuglsangcentret, vender jeg altid hjem med nyt liv. Man behøver ikke gå i stå, selvom man bliver blind", siger Elise.

Fuglsangkoret

Fuglsangkoret er et kor af synshandicappede sangere, som blev etableret i efteråret 2013. Der er fire korweekender om året, som afholdes på Fuglsangcentret. Materialerne til deltagerne udsendes i god tid før korweekenden, så deltagerne kan møde velforberedte og synge i et dejligt fællesskab.

KURSUSDATOER

-
- Fredag den 14. februar kl. 15.00 til søndag den 16. februar kl. 13.00
-
- Fredag den 30. maj kl. 15.00 til søndag den 1. juni kl. 13.00
-
- Fredag den 22. august kl. 15.00 til søndag den 24. august kl. 13.00
-
- Fredag den 5. december kl. 15.00 til søndag den 7. december kl. 13.00
-

Musik og samspil

Fuglsangcentret er et sted, der summer af sang og musik. Så er du en glad sanger eller musikanter, men mangler nogen at spille og synge med, så tilmeld dig musik og samspil, hvor vi mødes til en forlænget weekend i musikkens tegn. Glæden ved musik og lysten til at spille sammen med andre er i centrum, og målet er, at alle får en god musikalsk oplevelse på kurset.

KURSUSDATOER

-
- Torsdag den 9. januar kl. 15.00 til søndag den 12. januar kl. 13.00
-
- Torsdag den 12. juni kl. 15.00 til søndag den 15. juni kl. 13.00
-
- Torsdag den 25. september kl. 15.00 til søndag den 28. september kl. 13.00
-

Skriveværksted

Under kyndig vejledning af vores dygtige underviser vil du på dette kursus blive udfordret og styrket i dit eget skriveprojekt. Du vil få udfordret dine ideer og styrket dine skrivekompetencer samt få redskaber til at holde overblik over små og store skriveprocesser.

KURSUSDATOER

-
- Torsdag den 27. marts kl. 14.00 til søndag den 30. marts kl. 13.00
-
- Onsdag den 19. november kl. 14.00 til lørdag den 22. november kl. 13.00
-

Vinterhøjskole

Uge 9 er noget helt specielt på Fuglsangcentret. Siden år 2000 har Vinterhøjskolen været et fast tilbud og for mange medlemmer en tradition, de ikke vil være foruden. Vores workshopprogram på Vinterhøjskolen rummer både sang og musik, kreative værksteder, musikhistorie, bevægelse, vandgymnastik, litteraturværksted og meget mere. Vi plejer at holde fast i traditionerne og tilføje lidt nyt, så der er god grund til at holde øje med, hvad der sker på Fuglsangcentret i uge 9.

KURSUSDATO

-
- Søndag den 23. februar til lørdag den 1. marts
-



Aktiv familieferie

Kunne du tænke dig en ferieuge sammen med andre familier, hvor én eller begge forældre er synshandicappede? En uge med gode oplevelser for både børn og voksne, hvor der bliver knyttet nye venskaber og skabt netværk, som varer meget længere end ferieugen? Så skal din familie med på Aktiv familieferie, der ledes af to erfarne synshandicappede forældre. Hver familie har ansvar for egne børn, men aktiviteterne er planlagte, så de er tilgængelige for både synshandicappede og seende.

Der arrangeres hel- og halvdagsudflugter, hvor hele familien kan få gode oplevelser sammen. Der er masser af tid til at hygge sig sammen på Fuglsangcentret, hvor der også er arrangeret forskellige aktiviteter. Der bliver selvfølgelig også tid til en dukkert i svømmehallen.

I forbindelse med turene vil kursusafdelingen skaffe en ledsager til de familier, der har brug for det for at kunne deltage i turen. Anmodning om ledsagehjælp skal ske i forbindelse med tilmeldingen, så vi kan nå at skaffe ledsagere.

På ferien er der plads til ca. 15 familier. Det er en forudsætning, at man deltager i hele perioden og i alle de planlagte aktiviteter. Da der er rift om at komme på Aktiv familieferie, vil der ved annonceringen i Medlemsbladet være angivet en dato for start på tilmelding.

Prisen for ferien vil fremgå af Medlemsbladet og på www.blind.dk, når planlægningen er færdig i løbet af foråret.

KURSUSDATO

-
- Lørdag den 19. juli til lørdag den 26. juli
-



Bedsteforældredage

En uforglemmelig efterårsferie med dine børnebørn.

Arrangementet vil foregå på Fuglsangcentret i trygge rammer og være fuld af aktiviteter, der giver jer mulighed for at opleve glæden ved leg og samvær med børnebørnene.

Det kan være udfordrende som bedsteforældre at kunne eller at få lov til at udfolde sig kreativt sammen med sine børnebørn. Men nu er muligheden her.

Sammen skal vi lege, spille spil, gå ture i naturen, hvor vi skal samle efterårets farverige blade og fodre rådyr samt bare snakke og grine.

Vi skal nyde vores dejlige svømmehal, se film og spise popcorn - alt sammen på bedsteforældrenes og børnebørnenes præmisser.

At være sammen med børnebørnene handler ikke kun om at have det sjovt, men også om at opbygge et nært forhold og skabe minder, som vi vil værdsætte i fremtiden.

Fuglsangcentret skaber trygge rammer for os bedsteforældre med synshandicap og giver os en unik mulighed for at kunne være sammen med og passe på vores børnebørn - trygt og godt på trods af synshandicap. Ferien foregår på Fuglsangcentret, og der er plads til ca. 15 familier.

Kurset er arrangeret og gennemføres af Jannie og Anette, som selv er blinde bedstemødre.

Prisen for ferien vil fremgå af Medlemsbladet og på www.blind.dk, når planlægningen er færdig.

KURSUSDATO

-
- Tirsdag den 14. oktober til torsdag den 16. oktober
-

Historisk sommertema

Hvert år i uge 27 indleder vi sommeren med en rejse tilbage i tiden. Jan Andersen er vores lokale historieinteresserede, som gennem en længere årrække har arrangeret en spændende uge med foredrag og ture ud i det syddanske, hver gang for at belyse et historisk emne med museumsbesøg og guidede ture. Emnet for 2025 bliver Jernalderen og Vikingetiden.

KURSUSDATO

- Mandag den 30. juni til lørdag den 5. juli
-

Kreative sommerdage

Hvert år i uge 31 samles vi i vores fine værksteder, hvor vi samler tre kreative fag i ét arrangement.

Bliv udfordret på nye teknikker og få skabt noget fint håndværk. Få grinet igennem og få en hyggelig sludder. Alt det og meget mere kender vi vores kreative sommerdage. Her får du lidt længere tid til fordybelse og lidt flere mennesker at dele det hele med.

KURSUSDATO

- Mandag den 4. august til lørdag den 9. august
-

Kulturfestival

Kulturfestivalen afholdes hvert efterår over en forlænget weekend.

Arrangementet planlægges over et tema og rummer både foredrag og aktiviteter. Kulturfestivalen er et arrangement, hvor emnet er i den lettere ende, skuldrene er sænket og der er tid til en god snak med vennerne. Emnet for 2025 er endnu ikke fastlagt, så hold øje med Medlemsbladet og www.blind.dk

KURSUSDATO

- Torsdag den 18. september til søndag den 21. september
-

Arrangementer på Hotel Fuglsangcentret

Ved spørgsmål eller booking til nedenstående arrangementer kontaktes receptionen på Hotel Fuglsangcentret på telefonnr. 76 20 21 00 eller mail: fuglsang@blind.dk

Dinnershow med Stine og Martin

Spasmagerne Stine og Martin kigger igen forbi. De giver os et godt grin med sang, musik og sjove revynumre under den fantastiske, lækre middag.

Husk at booke værelse, hvis du ønsker at overnatte.

- Fredag den 21. marts
-

Påskeugen

Der er forår i luften, og påsken står for døren. Kom og oplev nogle hyggelige påskedage, hvor der bl.a. bliver serveret påskefrokost, gået ture og hvor du får rig mulighed for at danne nyt netværk.

- Torsdag den 17. april til mandag den 21. april
-

Middag i mørke

Vi byder hjertelig velkommen til en helt fantastisk sanselig oplevelse med Middag i mørke. Café Sommerfuglen byder på en lækker velkomstdrink med snacks i "lys". Herefter fremtryller vores skønne køkken en fantastisk lækker 3-retters menu, der nydes i "mørke".

- Torsdag den 8. maj
 - Torsdag den 18. september
 - Fredag den 19. september
-

Sankt Hans Aften

Så skal der hygges! Vi tænder bål og byder velkommen til båltale, sang og hyggeligt samvær. Kom og vær med!

- Mandag den 23. juni

Sommerferieophold

Tid til udflugter, hygge og lækkert socialt samvær, dét er sommerferie. Så husk at sætte kryds!

- Mandag den 7. juli til fredag den 11. juli
-

Mortens Aften

Så er det tid til en lækker Mortens Aften-menu i vores skønne restaurant. Husk at bestille bord!

- Mandag den 10. november
-

Julemarked på Fuglsangcentret

Glæd dig til en weekend i starten af december fyldt med juleglæde, når Fuglsangcentret åbner dørene til et stemningsfuldt julemarked. Der vil summe af julens dufte og lyde fra de forskellige boder, hvorfra synshandicappede sælger deres egne unikke, håndlavede varer. En fantastisk mulighed for at finde smukke julegaver.

Udover boderne er der også alt, hvad der ellers hører et julemarked til – datoen er ikke fastlagt, så hold øje med Medlemsbladet og Aktivitetsnyhedsbrevet og start din jul på julemarkedet på Fuglsangcentret.

Juleferie

Så er det endelig jul. Hold jul på Hotel Fuglsangcentret, hvor traditionerne er i højsæde. Der serveres lækker julemad, pyntes op til jul og synges salmer. En ferie, hvor der hygges, og venskaber knyttes.

- Mandag den 22. december til lørdag den 27. december
-

Nytårsferie

Det nye år er på vej. Når rådhusklokkerne ringer, champagnepropperne springer og det nye år skydes ind, har du traditionen tro mulighed for at tage hul på det nye år sammen med andre i festligt lag på Hotel Fuglsangcentret.

- Søndag den 28. december til fredag den 2. januar 2026



Husk, du er altid velkommen til at booke et ophold på egen hånd af kortere eller længere varighed. Vi glæder os til dit besøg og vil gøre vores til, at du får et fantastisk ophold. Vi sætter løbende flere arrangementer på programmet, så hold godt øje med blandt andet Medlemsbladet, Facebook og vores hjemmeside.

Vi forbeholder os ret til at aflyse/flytte arrangementer i de tilfælde, hvor vi ikke har fået tilmeldinger nok.

Dansk Blindesamfunds kursusafdeling

Søndermarksvej 150
7000 Fredericia
Tlf. nr. 76 20 22 00
Mail: kursusafdelingen@blind.dk

Birgitte Lilletvedt,
rehabiliteringschef

Jannie Hammershøj,
teamleder

Jesper Fraenkel,
undervisningsleder

Karsten Bruun,
underviser

Thomas Byskov
Dalgaard, underviser
og projektmedarbejder

Edis Adilovic,
underviser

Lena Bagge,
underviser

Anja Bak, underviser

Anette Bjerre,
underviser

Mette List Elhøj,
psykolog

Dina Nystrup,
kursussektretær

Seija Funder Taul,
kursussektretær

Jane Kragh,
kursussektretær

Karina Kyhl,
kursussektretær

Redaktion:
Christina Hammer,
Sofie Als og
Caroline Larsen

Tryk: Express

Oplag: 3.000



Synshandicappede undervisere er vejen til succes

En af nøglerne til succes i Dansk Blindesamfunds kursustilbud er de synshandicappede undervisere, der er rollemodeller og sparringspartnere for blandt andet nyblinde.

"Det er tydeligt at opleve den forskel, en uge på nyblindekursus gør for kursisterne. De går fra at være frustrerede over at have mistet synet og tænker, at deres liv stopper, til at gå derfra med fornyet mod og lysten til at genoptage deres sociale liv og fritidsinteresser", siger kursusleder Anette Bjerre.

"Det er alfa og omega, at underviserne er synshandicappede, så kursisterne kan spejle sig i dem og se, at man kan rigtig mange ting uden et syn. Det giver inspiration til at komme videre og en følelse af, at når de kan, så kan jeg også", understreger Anette, som inden hvert nyblindekursus har en grundig samtale med hver enkelt kursist, så undervisningen skræddersys til den enkeltes specifikke ønsker og behov.

"På den måde får jeg indblik i, hvad der giver livsværdi for den enkelte, og ud fra det kan vi planlægge, hvordan undervisningen skal tilrettelægges, så de får indblik i relevante hjælpemidler og teknikker, der gør det muligt at fortsætte livet", siger Anette.