

**AKTUELLT
PROGRAM**

HÖSTEN 2020

Kurskatalog

Habiliteringens kurs- och kunskapscenter
på Rosenlunds sjukhus

Kurserna riktar sig till familjer med barn och ungdomar
som har en autismspektrumdiagnos.

Innehåll

Så här funkar det hos oss	2
Så här hittar du i katalogen	4
Så här hittar du till oss på Rosenlunds sjukhus	4
Grundkurser hösten 2020	5
Grundkurs om ASD (autismspektrumdiagnos)	5
Fördjupningsaktiviteter hösten 2020	6
Kursen att orka i vardagen 5-17 år	6
Kursen att prata med sitt barn om ASD 7-12 år.....	6
Kursen min tonåring är snart vuxen 16-17 år	7
Samtalsgrupp för föräldrar om flickor och ASD 13-17 år	7
COPE - föräldrautbildning 5-12 år	8
KOMET – föräldrautbildning 13-17 år	9
Navigator ACT – föräldragrupp baserad på KBT	9
Kurs om syskonskap - för föräldrar till syskon 7-17 år	10
Träff om ASD - för förälder och barn 9-13 år.....	11
Träff om ASD - för ungdomar 13-17 år.....	11
Träff om ASD - för förälder och syskon.....	12
Grupp för barn 10-12 år.....	12
Grupp för ungdomar	13
Grupp för syskon 13-17 år.....	13
KONTAKT – Social färdighetsträning i grupp för ungdomar	14
Föreläsning om stöd i skolan.....	14
Föreläsning om att leva med ASD - för föräldrar och ungdomar	15
Habiliteringens resurscenter på Sabbatsbergs sjukhus	16

Så här funkar det hos oss

Välkommen till Habiliteringens kurs- och kunskapscenter för barn och ungdomar med en autismspektrumdiagnos (ASD) och deras närstående. Vi finns på Rosenlunds sjukhus och erbjuder specialistkunskap om ASD i form av kurser, grupper och föreläsningar, med fokus på information om ASD och praktiska råd för att hantera vardagen. Vi har en stark tilltro till människors förmåga att vara resurser för varandra och vill skapa möjligheter för erfarenhetsutbyte. Våra insatser är lättillgängliga, tydliga och har hög kvalitet. Habiliteringens kurs- och kunskapscenter erbjuder bara stöd i gruppform. För individuellt stöd hänvisar vi till habiliteringscenter inom Habilitering & Hälsa, se gärna vår hemsida <https://habilitering.se>

Viktig information till dig som vill delta i våra aktiviteter

För att anmäla sig till våra kurser behöver ditt barn vara inskrivet hos oss. Efter deltagande på vår Informationsträff får du tillgång till vår anmälningportal <https://utbildning.habilitering.se>, där du sedan kan anmäla dig till våra kurser.

Inloggning på anmälningportalen sker med hjälp av Bank-ID. Då du identifierar dig med Bank-ID kommer du få ett meddelande om att verifiering sker hos PING PONG, som är det företag som sköter denna tjänst åt Habilitering & Hälsa. Om du inte har Bank-ID eller om vi inte har fått uppgifter om personnummer går det att logga in med användarnamn och lösenord, efter kontakt med oss.

Vårdnadshavare anmäler barnet eller ungdomen samt syskon under 18 år med sin egen inloggning.

När du anmäler dig till en kurs eller föreläsning via anmälningportalen får du ett email där det framgår om du är antagen, inväntar besked om att bli utvald eller har fått en reservplats. Ingen övrig **deltagarbekräftelse** skickas. Vi skickar däremot en påminnelse via anmälningssystemet ett par dagar innan aktiviteten startar.

Anmäla närstående till kurser

Andra närstående som vill anmäla sig till kurser och föreläsningar, t ex mor- och farföräldrar, syskon över 18 år samt andra närstående, behöver ett eget konto. Det är vårdnadshavaren som anmäler intresse för ett **nytt anmälningsskonto** till den närstående. För att skapa ett nytt konto, eller om du har frågor om inloggningen kontaktar du oss via e-tjänsten "Kontakta mig" på vår sida på 1177 <https://www.1177.se/Stockholm/hitta-vard/kontaktkort/Habiliteringens-Kurs-och-Kunskapscenter/>

För att skapa ett nytt anmälningsskonto behöver vi följande uppgifter för den person kontot gäller:

- för- och efternamn,
- personnummer,
- personens e-postadress,
- vad barnet heter som är registrerat hos oss samt telefonnummer till minst en vårdnadshavare
- vilken relation personen har till barnet t ex mor-farförälder, syskon eller annan släkt eller närstående

När kontot är skapat skickas information från anmälningssystemet att kontot är aktiverat. Observera att mailet ibland hamnar i mottagarens skräppost.

Tolk

Om du har **behov av tolk** ska detta anges **varje** gång du anmäler dig till en aktivitet.

Återbud ska alltid lämnas vid förhinder. Anmäl dig endast till aktiviteter som du säkert kommer att gå på. Fram till fyra dagar innan kursstart ska du avanmäla dig i anmälningsportalen vid förhinder; <https://utbildning.habilitering.se>. Om återbud lämnas senare än fyra dagar innan kursstart, använd e-tjänsten "Avboka tid" som du hittar på vår sida på 1177. <https://www.1177.se/Stockholm/hitta-varld/kontaktkort/Habiliteringens-Kurs-och-Kunskapscenter/>

Alla våra aktiviteter är kostnadsfria och erbjuds via sjukvården i Region Stockholm. Aktiviteterna leds av konsulenter med olika yrkestitlar och utbildning inom hälso- och sjukvårdsyrken.

Tillfällig föräldrapenning vid vård av barn (VAB)

Om du har ett barn under 16 år kan du ha rätt att ansöka om ersättning för inkomstbortfall via den tillfälliga föräldrapenningen för vård av barn, när du deltar i våra aktiviteter. Hör av dig till Försäkringskassan i god tid om möjligheten till VAB. Vi kan skriva intyg om närvaro vid behov.

Vilka vi är till för

Till oss kommer du om ditt barn eller din ungdom fått en autismspektrumdiagnos. Vanligen skickar läkaren en remiss som gäller ditt barn. Det går även bra att ansöka direkt till oss, om vi kan få tillgång till det neuropsykiatriska utlåtandet som ni fick vid diagnosen.

Först kallas du som förälder till en Informationsträff, därefter kan du anmäla dig till vår Grundkurs. Grundkursen är en viktig förutsättning för att kunna ansöka om individuella insatser på lokala habiliteringscenter och för att delta i våra fördjupningsaktiviteter.

Vi har aktiviteter för föräldrar, barn, ungdomar, syskon, närstående och i vissa fall även personal kring ditt barn.

Informationsträff

När vi får en remiss eller ansökan för ett barn eller en ungdom bjuds vårdnadshavare (barn/ungdom ska inte vara med) in till en Informationsträff.

Minst en av barnets föräldrar behöver delta i vår Informationsträff för att kunna anmäla sig till vår Grundkurs. Blankett för inloggningsuppgifter till anmälningsystemet delas ut vid Informationsträffen. Förälders partner är också välkommen.

Ålder: 5-17 år

Omfattning: ett tillfälle (två timmar)

SÅ HÄR HITTAR DU I KATALOGEN

Aktiviteter för **BARN och UNGDOMAR** med ASD har blå färg

Aktiviteter för **FÖRÄLDRAR** har lila färg

Aktiviteter för **SYSKON, andra anhöriga och personal** har beige färg

Ibland kan aktiviteten rikta sig till fler, och då kan färgerna kombineras.

Rutor med **information** som kan vara bra att ha har grå färg

SÅ HÄR HITTAR DU TILL OSS PÅ ROSENLUNDS SJUKHUS

Tideliusgatan 12, plan 3



Pendeltåg: Åk till station Stockholms Södra, uppgång Rosenlundsgatan.

Tunnelbana: Åk till Skanstull. Ta buss 3 mot Södersjukhuset eller buss 4 mot Radiohuset. Gå av vid hållplats Rosenlund.

eller

Åk till Zinkensdamm. Ta buss 4 mot Gullmarsplan. Gå av vid hållplats Rosenlund.

Buss: Nummer 3, 4, 74 och 164 trafikerar hållplats Rosenlund.

Bil: Det finns ett begränsat antal besöksparkeringar i parkeringsgarage och inom Rosenlundsområdet.

Grundkurser hösten 2020

GRUNKURS OM ASD (AUTISMSPEKTRUMDIAGNOS)

Grundkursen har fokus på kunskap och förståelse, strategier i vardagen samt information om stöd och rättigheter i samhället.

Grundkursen är en viktig förutsättning för att kunna ansöka om individuella insatser på lokala habiliteringscenter och att delta i våra fördjupningsaktiviteter.

Format Fyra tillfällen á 3 timmar som bygger på varandra. För din och gruppens skull är det därför viktigt att du planerar för att delta vid alla tillfällen. Den ges löpande under hösten och föräldrar kan välja mellan:

Grundkurs om ASD, för föräldrar till barn 5-12 år

Grundkurs om ASD, för föräldrar till ungdomar 13-17 år

Syfte och innehåll Grundläggande kunskap om vad funktionsnedsättningen innebär, hur den tar sig uttryck och vad föräldrar kan göra för att få vardagen att fungera bättre. Vi varvar föreläsningsspass med diskussioner och erfarenhetsutbyte.

Förkunskaper Minst en av barnets föräldrar måste ha deltagit i Informationsträff för att föräldrarna skall kunna anmäla sig till en Grundkurs.

Riktat sig till Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar 5-17 år med en autismspektrumdiagnos.

Plats Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenslunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.

Anmälan sker via anmälningsportalen <https://utbildning.habilitering.se>

Grundkursen är en viktig förutsättning för att kunna ansöka om individuella insatser på lokala habiliteringscenter och för att delta i våra fördjupningsaktiviteter.

Fördjupningsaktiviteter hösten 2020

En förutsättning för att kunna delta i våra fördjupningsaktiviteter är att du har förkunskaper om ASD. Detta får du genom att gå vår **Grundkurs om ASD**. Därefter är du välkommen att anmäla dig till våra fördjupningsaktiviteter.

KURSEN ATT ORKA I VARDAGEN 5-17 ÅR

Det kan vara svårt att hitta tid och energi till att ibland prioritera sig själv. Här får du möjlighet att reflektera över frågor som; Hur kan du få din ork att räcka till i vardagen? Vad kan du göra för att ta hand om dig själv? Vad vill du, och vad behöver du, för att komma vidare?

Format Fem tillfällen á 2 timmar tillsammans med 11 andra föräldrar. För din och gruppens skull är det viktigt att du kan delta vid samtliga tillfällen.

Syfte och innehåll Att tillsammans med kursledare och andra föräldrar reflektera över dig själv och ditt föräldraskap och dela erfarenheter.

Vi samtalar om hur funktionsnedsättningen hos barnet påverkar dig och din familj.

Förkunskaper Du har deltagit i Grundkurs om ASD.

Riktat sig till Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar 5-17 år med en autismspektrumdiagnos.

Plats Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliussgatan 12, Stockholm.

Anmälan sker via anmälningssportalen <https://utbildning.habilitering.se>

KURSEN ATT PRATA MED SITT BARN OM ASD 7-12 ÅR

Ibland funderar föräldrar på om det är bra att berätta för barnet om ASD. Vill man prata med barnet om ASD är det inte alltid lätt att veta hur.

Format Fyra tillfällen á 2 timmar tillsammans med 11 andra föräldrar. För din och gruppens skull är det viktigt att du kan delta vid samtliga tillfällen.

Syfte och innehåll En del föräldrar tycker själva det känns svårt att barnet har fått en autismspektrumdiagnos. Har du sådana funderingar eller liknande så har du i denna grupp möjlighet att diskutera detta tillsammans med kursledare och andra föräldrar.

Stärker det barnet om man pratar om ASD eller finns det risk att hen känner sig "stämplad"? Tänk om barnet blir ledset eller argt? Tänk om jag som förälder inte vet vad jag ska svara? Hur rör sig tankarna hos barn och vilka frågor har de?

Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar 7-12 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningssportalen https://utbildning.habilitering.se

KURSEN MIN TONÅRING ÄR SNART VUXEN 16-17 ÅR

Många föräldrar funderar över hur vuxenlivet kommer att se ut för sitt barn.

Format	Fem tillfällen á 2 timmar tillsammans med ca 20 andra föräldrar.
Syfte och innehåll	Att tillsammans med kursledaren och andra föräldrar diskutera vad samhället kan erbjuda för att underlätta vuxenblivandet för en ungdom med en autismspektrumdiagnos. Vi tar upp frågeställningar som: Var ska mitt barn bo? Hur ska mitt barn klara sig själv? Hur ska hen försörja sig? Vi talar även om föräldrarollen och vilka känslor och tankar som finns inför att mitt barn blir vuxet - hur ska jag som förälder kunna släppa taget?
Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar 16-17 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningssportalen https://utbildning.habilitering.se

SAMTALSGRUPP FÖR FÖRÄLDRAR OM FLICKOR OCH ASD 13-17 ÅR

Format	Tre tillfällen á 2 timmar tillsammans med 14 andra föräldrar.
Syfte och innehåll	Föräldrar till flickor med en autismspektrumdiagnos (ASD) berättar ofta att de inte känner igen sina döttrar i beskrivningar av de vanligaste symtomen. Har flickor med ASD som grupp något gemensamt? Vad har man sett i forskning om flickor och ASD?

I denna samtalsgrupp varvas erfarenhetsutbyte mellan föräldrar med föreläsningsslag samt diskussion i smågrupper. Vid ett grupptillfälle kommer vi att få besök av en vuxen tjej med egen diagnos.

Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, som har flickor 13-17 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenslunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningportalen https://utbildning.habilitering.se

COPE - FÖRÄLDRAUTBILDNING 5-12 ÅR

COPE är ett föräldrautbildningsprogram som riktar sig till dig vill minska tjat och konflikter i hemmet och som vill ha stöd i föräldraskapet.

Kursen genomförs enligt COPE, The Community Parent Education Program, som kommer från Kanada. Våra kursledare har gått COPE kursledarutbildning som Svenska COPE-föreningen, tillsammans med upphovsmannen Charles Cunningham, har arbetat fram.

Kursupplägget har kompletterats med ett ASD-perspektiv för att kunna erbjudas vid Habiliteringens kurs- och kunskapscenter.

Format	Tio tillfällen á 2,5 timmar tillsammans med ca 30 andra föräldrar.
Syfte och innehåll	<p>Att ge dig som förälder verktyg att förstå och bemöta ditt barn och på så sätt förbättra samspelet i familjen. COPE-programmet är uppbyggt så att man under de första träffarna skapar en grund som hela kursen vilar på. Varje gruppträff är noga strukturerad och tar upp ett tema som vi arbetar tillsammans med i gruppen genom diskussion och erfarenhetsutbyte. Det kan handla om hur man uppmuntrar och berömmar sitt barn på ett medvetet sätt, ställer rimliga krav eller hanterar konflikter.</p> <p>Vi vet av erfarenhet att det är viktigt både för dig och för gruppen att du kan delta vid alla tillfällen. Kan båda föräldrarna, alternativt bonusförälder, delta i gruppen är det en fördel.</p>
Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	<p>Föräldrar, och föräldrars partner, med barn i åldern 5–12 år som vill stärka relationen till sitt barn samt träffa andra föräldrar.</p> <p>Du behöver inte ha något speciellt problem med dina barn utan bara en önskan att utveckla ditt föräldraskap.</p>

Plats Rehabiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenslunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.

Anmälan sker via anmälningsportalen <https://utbildning.habilitering.se>

KOMET – FÖRÄLDRAUTBILDNING 13-17 ÅR

I familjer är det vanligt med bråk och konflikter mellan föräldrar och tonåringar. Som förälder kan det vara svårt att veta hur man ska hantera situationen. Komet är ett föräldrautbildningsprogram, som riktar sig till dig som vill minska tjat och konflikter i hemmet och få en bättre relation med din ungdom.

Format Åtta tillfällen á 3 timmar tillsammans med ca 10 andra föräldrar.

Innan kursen startar kommer du att bjudas in till ett förberedande samtal med oss kursledare. Då går vi igenom kursens syfte och upplägg samt dina förutsättningar att delta i kursen. Deltagarna kallas även till ett uppföljningstillfälle en tid efter kursens avslut.

För din och gruppens skull är det viktigt att du kan delta vid samtliga tillfällen.

Syfte och innehåll Denna föräldrautbildning är inriktad på hur du kan förhålla dig som förälder och bemöta ditt barn i olika situationer.

Du får en hemuppgift vid varje träff som följs upp gången därpå. Kan båda föräldrarna, alternativt bonusförälder, delta i gruppen är det en fördel.

Utöver den struktur som Komet har i sitt upplägg har vi kursledare på kurs- och kunskapscenter även med ASD-perspektivet i denna föräldrautbildning.

Förkunskaper Du har deltagit i Grundkurs om ASD.

Riktat sig till Föräldrar, och föräldrars partner, som har ungdomar 13-17 år med en autismspektrumdiagnos.

Plats Rehabiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenslunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.

Anmälan sker via anmälningsportalen <https://utbildning.habilitering.se>

NAVIGATOR ACT – FÖRÄLDRAGRUPP BASERAD PÅ KBT

Känner du dig nedstämd, orolig eller stressad i ditt föräldraskap? Delta i föräldragruppen Navigator ACT.

Föräldragruppen baseras på Acceptance and Commitment Therapy (ACT), en form av kognitiv beteendeterapi (KBT). ACT har vetenskapligt stöd i behandling av depression, ångest och stress.

Format	<p>Fem tillfällen, med en återträff cirka 3 månader senare, tillsammans med 8-16 andra föräldrar.</p> <p>Under hösten ges ett flertal grupper på olika habiliteringscenter inom Habilitering & Hälsa. Varje grupp leds av två utbildade gruppledare.</p> <p>OBS! Kriterier för att delta i gruppen är att du upplever stress i föräldraskap, nedstämdhet eller oro som påverkar ditt mående. Du kan delta vid alla grupptillfällen. Du är motiverad och kan delta i grupp. Par får inte gå i samma grupp. Innan gruppen kontaktas du per telefon för att se om gruppen kan passa dig.</p>
---------------	---

Syfte och innehåll	<p>I Navigator ACT övar vi på acceptans och medveten närvaro samt att göra förändringar kring prioriteringar, vila och återhämtning. Syftet är att hitta sätt som främjar mående i vardagen och i ditt föräldraskap.</p> <p>Information varvas med gruppdiskussioner och upplevelse-baserade övningar. Mellan grupptillfällen görs hemuppgifter för att praktisera nya förhållningssätt i vardagen.</p>
---------------------------	---

Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD.
---------------------	-------------------------------------

Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar 0-17 år med funktionsnedsättning
------------------------	---

Plats	Grupperna ges vid olika habiliteringscenter samt vid Kurs- och kunskapscenter, se anmälan.
--------------	--

Anmälan	sker via anmälningssportalen https://utbildning.habilitering.se
----------------	--

KURS OM SYSKONSKAP - FÖR FÖRÄLDRAR TILL SYSKON 7-17 ÅR

Att vara syskon till ett barn eller ungdom med en autismspektrumdiagnos kan innebära både glädje och utmaningar. De syskon vi möter bär med sig olika erfarenheter och insikter.

Format	Två tillfällen á 2,5 timmar tillsammans med ca 20 andra föräldrar.
---------------	--

Syfte och innehåll	Under dessa två tillfällen med tema syskonskap vill vi i dialog med er föräldrar fundera på vad det kan innebära för ett barn att ha ett syskon med ASD. Vad kan vara en tillgång och
---------------------------	---

	vad kan vara svårare att hantera? Vad kan vara bra för en förälder att tänka på?
Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD.
Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, till syskon 7-17 år
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

TRÄFF OM ASD - FÖR FÖRÄLDER OCH BARN 9-13 ÅR

Barn med en autismspektrumdiagnos (ASD) kan själva behöva få kunskap om sin funktionsnedsättning. Vi pratar om vad ASD innebär och barnen får möjlighet att ställa frågor och dela sina erfarenheter med varandra.

Format	Ett tillfälle om en timme tillsammans med 16-24 andra barn och föräldrar. OBS! Krav på att en förälder deltar.
Syfte och innehåll	Kunskap och erfarenhetsutbyte för barn med en autismspektrumdiagnos (ASD), tillsammans med en förälder.
Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Barn 9-13 år med en autismspektrumdiagnos tillsammans med en förälder.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker av vårdnadshavare via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

TRÄFF OM ASD - FÖR UNGDOMAR 13-17 ÅR

Ungdomar med en autismspektrumdiagnos (ASD) kan själva behöva få kunskap om sin diagnos. Vi pratar om vad ASD innebär och ungdomarna får möjlighet att ställa frågor och dela sina erfarenheter med varandra.

Format	Ett tillfälle om en timme tillsammans med 16-24 andra ungdomar. OBS! Inga föräldrar är med på träffen.
Syfte och innehåll	Kunskap och erfarenhetsutbyte för ungdomar med en autismspektrumdiagnos (ASD).
Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD.
Riktat sig till	Ungdomar 13-17 år med autismspektrumdiagnos.

Plats Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.

Anmälan sker av vårdnadshavare via anmälningsportalen <https://utbildning.habilitering.se>

TRÄFF OM ASD - FÖR FÖRÄLDER OCH SYSKON

Det här gäller dig som har syskon med en autismspektrumdiagnos (ASD). Du undrar kanske vad diagnosen betyder och vill veta mer om vad det kan innebära att ha en diagnos.

Format Ett tillfälle om 75 minuter tillsammans med ca 15 andra barn och 15 andra föräldrar. OBS! Krav på att en förälder deltar.

Syfte och innehåll Kunskap och erfarenhetsutbyte för syskon till barn och tonåringar med en autismspektrumdiagnos (ASD), tillsammans med en förälder.
Syftet är att du ska få information om ASD och att få träffa andra syskon. Under en dryg timme pratar vi om diagnosen och du får ställa frågor om du vill.

Förkunskaper Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD.

Riktat sig till Barn och ungdomar utan egen neuropsykiatrisk diagnos. Aktiviteterna ges till syskon 9-12 år respektive syskon 13-17 år.

Plats Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.

Anmälan sker av vårdnadshavare via anmälningsportalen <https://utbildning.habilitering.se>

GRUPP FÖR BARN 10-12 ÅR

Format Fyra gruppträffar á 1,5 timmar tillsammans med två gruppleddare och ca 4 andra barn med en autismspektrumdiagnos.

Innan gruppen startar kommer barn och föräldrar tillsammans på en gruppförträff. Sista tillfället bjuds även föräldrar in till ett parallellt föräldramöte, då vi berättar om vad vi gjort under träffarna.

Syfte och innehåll Du som deltar får träffa andra barn i din ålder som också har en autismspektrumdiagnos. Det ska kännas ok för dig att vi pratar om diagnosen när vi träffas.

I gruppen kan du ställa frågor och prata om sådant du funderar på. Vid varje tillfälle pratar vi om ett särskilt ämne. Det

	kan till exempel vara om kompisar eller om olika intressen. Vi fikar och gör någon lek, spel eller frågesport.
Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD.
Riktat sig till	Barn 10-12 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker av vårdnadshavare via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

GRUPP FÖR UNGDOMAR

Format	Fem tillfällen á 1,5 timmar tillsammans med 6 andra ungdomar i åldern 13-15 år. Alternativt fyra tillfällen á 2 timmar tillsammans med 7 andra ungdomar i åldern 16-17 år.
Syfte och innehåll	Den här gruppen är till för ungdomar som vill veta mer om sin diagnos, vad den innebär och hur den kan påverka vardagen. Alla i gruppen har fått en autismspektrumdiagnos. Deltagarna kan ställa frågor, lyssna och prata med varandra. Varje träff har ett särskilt ämne. Vi fikar tillsammans.
Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Ungdomar 13-15 år eller 16-17 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker av vårdnadshavare via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

GRUPP FÖR SYSKON 13-17 ÅR

Format	Fyra tillfällen á 1,5 timmar tillsammans med 12 andra syskon. Eftersom innehållet i träffarna bygger på varandra, vill vi att syskonen deltar vid alla träffarna. Det är vår erfarenhet att detta blir bäst för den enskilde och för gruppen.
Syfte och innehåll	I gruppen pratar vi om hur det är att ha ett syskon med en autismspektrumdiagnos (ASD) och vad det kan innebära för

	syskonrelationen. Syskonen får chans att lära sig mer om ASD, dela sina erfarenheter med andra, ställa frågor mm.
Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD.
Riktat sig till	Syskon 13-17 år utan egen neuropsykiatrisk diagnos och som vet att deras syskon har ASD.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker av vårdnadshavare via anmälningssportalen https://utbildning.habilitering.se

KONTAKT – SOCIAL FÄRDIGHETSTRÄNING I GRUPP FÖR UNGDOMAR

KONTAKT är social färdighetsträning i grupp för barn och ungdomar med en autismspektrumdiagnos (ASD).

Format Tolv tillfällen á 1,5 timmar för ungdomarna tillsammans med 5 andra ungdomar. Tre tillfällen för föräldrar.

För ungdomens och gruppens skull är det viktigt att delta i alla träffar. Mellan träffarna får deltagarna hemuppgifter.



Syfte och innehåll I gruppen gör vi övningar och diskuterar ämnen om socialt samspel.

Ungdomarna tränar sig i att:

- ta kontakt med andra
- förstå och följa sociala regler
- uppfatta signaler i en kommunikation
- utveckla förmåga att lösa problem
- hantera konfliktsituationer
- öka medvetenheten om sig själv och andra

Förkunskaper	Minst en förälder har deltagit i Grundkurs om ASD.
Riktat sig till	Ungdomar 15-17 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningssportalen https://utbildning.habilitering.se

FÖRELÄSNING OM STÖD I SKOLAN

OBS! Det är hårt tryck på denna kurs.

Format	En halvdag tillsammans med 17 andra föräldrar till barn eller ungdomar med en autismspektrumdiagnos och i samma årskurser som ditt barn.
Syfte och innehåll	Information om olika former av stöd i skolan och om vem som ansvarar för vad. Specialpedagog beskriver ansvarsfördelning och samverkan i och med skolan. Under föreläsningen tar vi också fram goda exempel för elever med ASD. Om du har särskilda frågor som du vill veta mer om, skriv gärna ner dem i din anmälan. OBS - Föreläsningens innehåll är en fördjupning av Grundkursens avsnitt i detta ämne.
Förkunskaper	Du har deltagit i Grundkurs om ASD
Riktat sig till	Föräldrar, och föräldrars partner, som har barn och ungdomar med en autismspektrumdiagnos i årskurs 3-6, årskurs 7-9 eller gymnasiet; se anmälan.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker till respektive grupptillfälle via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

FÖRELÄSNING OM ATT LEVA MED ASD - FÖR FÖRÄLDRAR OCH UNGDOMAR

Format	Ett tillfälle om 1,5 timmar tillsammans med 27 andra föräldrar och ungdomar.
Syfte och innehåll	Denna föreläsning hålls av en person som har ASD och som ger sin bild om hur det är att växa upp och leva med en autismspektrumdiagnos. Vi bjuder in olika personer vid olika föreläsningar.
Förkunskaper	Inga krav på förkunskaper.
Riktat sig till	Föräldrar till barn 5-17 år samt för ungdomar 15-17 år med en autismspektrumdiagnos.
Plats	Habiliteringens kurs- och kunskapscenter, plan 3 vid Rosenlunds sjukhus, Tideliugatan 12, Stockholm.
Anmälan	sker via anmälningsportalen https://utbildning.habilitering.se

Habiliteringens resurscenter på Sabbatsbergs sjukhus

Du kan också vända dig till Habiliteringens resurscenter på Sabbatsbergs sjukhus som ger individanpassade insatser till barn och vuxna med autism, intellektuell funktionsnedsättning, rörelsenedsättning och förvärvad hjärnskada kring kommunikativt och kognitivt stöd.

Sabbatsberg, Olivecronas väg 7, Stockholm. 08-123 351 50

Information och anmälan:

<http://habilitering.se/habiliteringens-resurscenter/kurser-och-grupper>

Samhällets stöd – en föräldragrupp för information och erfarenhetsutbyte

För föräldrar till barn, 5-12 år, med funktionsnedsättning

I föräldragruppen får du information om samhällets stöd och möjlighet till utbyte av erfarenheter med andra föräldrar. Det blir fyra träffar. Första tillfället fokuserar på barnet, andra på föräldern och det tredje på framtiden. Fjärde tillfället utgår från gruppens önskemål.

Grupp 1: 7, 14, 21 och 28 september, 13.30–16.00

Grupp 2: 10, 17, 24 september och 1 oktober, 13.30–16.00

Att förebygga problembeteenden

För föräldrar till barn med funktionsnedsättning upp till 17 år

En föreläsning om föräldrastrategier. Syftet är att ge ökad kunskap om och verktyg för att bygga relationer och förebygga beteendesvårigheter. Kursen syftar också till att stärka tilltron till dig själv som förälder. Samma föreläsning hålls vid tre tillfällen.

23 september, 17.00–20.00,

2 november, 09.00–12.00

26 november, 13.00–16.00

Att lära sig gå på toaletten

För närstående och nätverk till barn med intellektuell funktionsnedsättning och/eller autism

Denna workshop vill ge inspiration och handfasta råd till föräldrar, anhöriga och nätverk som vill lära barn med försenad eller annorlunda utveckling att så självständigt som möjligt gå på toaletten, och anpassa rutiner för att göra dem så adekvata som möjligt. Du får lära dig hur man stegvis förändrar toalettvanor med tålmod och ett konsekvent förhållningssätt till barnet. Workshopen tar också upp frågorna hur man bedömer var man kan börja och hur man motiverar barnet att delta. Vi går igenom alternativ för att lära sig att kissa och bajsas på toaletten.

5 oktober, 13.00–16.00

SoL och LSS

För närstående till barn och vuxna med funktionsnedsättning

Kommunernas hjälp och stöd till personer med funktionsnedsättning och deras anhöriga ges enligt socialtjänstlagen (SoL) och lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS). Föreläsningen tar upp följande frågor: Vad skiljer lagarna åt? Hur ansöker man om insatser? Vad gör man om ansökan avslås eller om man inte får de insatser som beviljats? Syftet med föreläsningen är att ge uppdaterad information om gällande regelverk så att du är bättre förberedd inför kontakten med din kommun.

5 oktober, 18.00–20.00

Barn med selektiv kommunikation

För föräldrar till barn med selektiv kommunikation samt deras mor- och farföräldrar i mån av plats

Pratar ditt barn väldigt lite, viskar eller pratar inte alls i vissa miljöer men obegränsat med vissa personer i andra miljöer? Under två träffar får du tillsammans med andra föräldrar lyssna på föredrag om vad som kan orsaka och vidmakthålla dessa svårigheter. Du får också ta del av strategier som kan underlätta för ditt barn. Därefter samtalar vi i mindre grupper för att diskutera lösningar.

15 oktober och 5 november, 14.00–16.00

Litet syskon

För föräldrar till barn med funktionsnedsättning vars syskon är i förskoleåldern

Hur är det att vara liten och ha ett syskon med funktionsnedsättning eller kronisk sjukdom? Du får ta del av erfarenheter inom Habilitering & Hälsa och berättelser från små barn 2-6 år som har syskon med olika funktionsnedsättningar. Du får höra exempel på hur barn kan uttrycka sig och får konkreta verktyg som är användbara för att hjälpa barn att berätta och inspirera till samtal.

19 oktober, 13.30–15.30

Appar för språkträning (iPad och Android)

För närstående till barn och vuxna med funktionsnedsättning som behöver stöd i sin språk- och talutveckling

En eftermiddag då vi visar appar som lämpar sig för språkträning inom olika områden: ordförråd, ordförståelse, olika begrepp och kategorisering, lyssningsövningar, ljud- och talträning, grammatik och berättarförmåga. Apparna är bra för barn och andra som befinner sig på en tidig språklig nivå (före skolnivån). Vissa appar kan anpassas med eget innehåll, bilder och ljud och vi ger exempel på hur det kan göras. Det kommer även finnas möjlighet att prova apparna och diskutera hur du använder dem utifrån olika behov och intressen.

22 oktober, 13.00-16.00

Diagnos – och sen då?

För närstående till personer med funktionsnedsättning

En diagnos väcker ofta många frågor om vart man vänder sig för att få stöd och vilket stöd som går att få. Informationsträffen tar upp följande områden: habiliteringen - hur man ansöker och vilket stöd habiliteringen ger, ansvarsfördelning mellan habilitering och psykiatri, kommunernas stöd och hur man får del av det, hjälpmedel och hur man får det samt stöd i skolan.

11 november, 14.00–16.00

Hur du kan använda webbplatsen asdförälder.se

För föräldrar med egen autismdiagnos

Webbplatsen asdförälder.se innehåller fakta och råd till dig som har en egen autismdiagnos och har barn. Vi går igenom innehållet och du får tips på hur du och dina anhöriga kan använda det. Om du vill kan du ta med partner, boendestödjare eller annan person som du önskar.

11 november, 14.00–16.00

Sexualitet och funktionsnedsättning

För anhöriga till personer med funktionsnedsättning, 12 år och äldre

En introduktion till sexualitet och funktionsnedsättning med fakta och diskussioner utifrån dilemman. Syftet är att ge en djupare förståelse för frågor som uppstår i skärningspunkten mellan sexualitet och funktionalitet. Sexualitet kan vara ett komplext ämne, inte minst för den som har en funktionsnedsättning. Ibland kan sexualiteten ta för stor plats i livet med beteendeproblem, gränslöshet och risker. Ibland kan sexualiteten hamna i bakgrunden och inte få något utrymme alls. Vi pratar om olika aspekter av sexualitet med utgångspunkt i sexuell hälsa och mänskliga rättigheter.

4 december, 13.00–15.30