



Seniorkurs for døve/hørselshemmede pensjonister

Kurs 1

Søndag 09.05.2021 – 14.05.2021

Sted: Ål folkehøyskole og kurscenter for døve

Kursinnhold:

- Mosjon og helse.
- Hjerte og karsykdommer, diabetes. Forebygging.
- Informasjon om bildetolkjetjenesten.
- Informasjon fra NDF om seniorpolitikk
- Døve i verden
- Ettermiddager/kveld: Ut på tur. Sosialt samvær.
- Kristi himmelfartsdag: Utflukt

Etter kurs 1 får du tilbud om flere kurs.

- Ankomst:** **Søndag 09.05.2021:**
Mellom kl 18.00-20.00. Buss fra Ål stasjon og opp til skolen.
Tog fra Oslo ankommer kl 18.54. fra Bergen kl 19.18
- Avreise:** **Fredag 14.05.2021:**
Kurset avsluttes kl 10.15. Transport til tog Oslo-Bergen
- Betaling:** Kurset er godkjent av NAV, Arbeids- og velferdsdirektoratet.
NAV dekker både kursopphold og reiseutgifter etter søknad.
Søknadsskjema til NAV får du tilsendt etter påmelding.

Påmelding: kurs@al.fhs.no

eller i posten: Ål folkehøyskole, Bakketeigen 51, 3570 Ål

Så snart som mulig og helst innen 1.april 2021

Vi må ha følgende opplysninger i påmeldingen:

- Navn, adresse, e-post, mobilnummer og fødselsnummer.
- NB! Vi trenger alle 11 siffer for å fylle ut søknadsskjema til NAV.
- Påmelding merkes: Seniorkurs

Velkommen til trivelige kursdager!

www.al.fhs.no

Adresse: Bakketeigen 51, 3570 Ål

Sentralbord: 320 82 600. SMS/Spørsmål: 414 64 556

E-post til kurscenteret: kurs@al.fhs.no