



Undervisningstilbud for mennesker med

Psykiske og sociale vanskeligheder

Læse-, stave- og
matematikvanskeligheder

CSV

CENTER FOR SPECIALUNDERVISNING
OG RÅDGIVNING TIL UNGE OG VOKSNE

KOLDING 2022-2023

Introduktion

Denne brochure beskriver CSV Koldings aktiviteter på Skovvejen 1B i Kolding. Her er der undervisning af unge og voksne med psykiske og sociale vanskeligheder samt læse-, stave- og matematik-vanskeligheder.

Fælles for undervisningen er, at der undervises på små hold med max 8 kursister med løbende optag, og at det er individuelt tilrettelagt efter den enkeltes udfordringer. Hos os har du medindflydelse på indhold og proces, og dialogen er altid i centrum.

Vi følger lov om voksenspecial-undervisning, hvilket gør det muligt at udbyde et skånsomt og individuelt tilbud, hvor vi har fokus på strategier og mestring.

Psykiske og sociale vanskeligheder

Vi har undervisning, der er hjælp til selv-udvikling. Som kursist lærer du dig selv bedre at kende og får værktøjer til selv-udviklingsprocesser.

Fokus er især er på nutiden og fremtiden med henblik på job og uddannelse.

Du skal forbi til en samtale, så vi kan vurdere, om vi har det rette tilbud til dig, og at det er noget, du kunne være motiveret for. Har du en rådgiver, hjem-mevejleder eller lignende deltager vedkommende også i samtalen.

Nogle hold tager udgangspunkt i særlige interesser men træner samtidigt de sociale kompetencer og udvikler den psykiske robusthed. Det er fx kreativt værksted, IT og mindfulness.

Indholdet i undervisningen varierer efter behov. Det kan være praktiske øvelser, teori om stress, angst og depression, egenomsorg, mindfulness, eksternalisering, narrative teknikker, motion, kostvejledning, søvn, livsstil, praktiske øvelser, konfliktløsning og meget mere.

Vi kan arrangere særlige kurser ved henvendelse fra grupper både i vores lokaler og andre steder.

Vi kan desuden tilbyde oplæg og små temadage for andre, som arbejder med målgruppen eller grupper af pårørende.

Du kan blive klogere på "psykiske og sociale vanskeligheder" på side 4-7.

Læse-, stave- og matematikvanskeligheder

Du skal forbi til en samtale, så vi kan vurdere, om vi har det rette tilbud til dig. Er du bosat i Kolding Kommune er tilbuddet gratis.

Samtalen handler bl.a. om:

- Hvad der i dag er dine styrker og svagheder
- Hvad du gerne vil arbejde hen imod
- Hvor motiveret du er for undervisning

Der indgår også en test, der skal sikre, at det er det rigtige indhold, vi tilbyder dig i undervisningen.

Du kan blive klogere på læse-, stave- og matematikundervisningen på side 8-11.

Kontakt

Fagkonsulent

Christina Vibe Utzon

Tlf. 51 43 73 45

Mail: chrut@kolding.dk



Kolding Kommune
Social- og Arbejdsmarkedsforvaltningen, CSV

Vores undervisningstilbud

**Psykiske og sociale
vanskeligheder**

Klar til job!

Er et kursusforløb for dig, der har behov for støtte til at finde fodfæste på arbejdsmarkedet, få udvidet dit kendskab til jobmuligheder og styrke din arbejdsidentitet.

Undervisningen foregår på små hold to dage om ugen.

Formålet er, at du udvikler færdigheder og personlige kompetencer, der gør det muligt at opnå en stabil tilknytning til arbejdsmarkedet. Kurset kombinerer holdundervisning og praktik i en virksomhed.

Studieforberedende hold for unge

Det studieforberedende hold er for dig, som er ud over den undervisningspligtige alder, og som på grund af psykiske vanskeligheder, lavt selvværd eller kriser ikke har kunne fortsætte i en ungdomsuddannelse.

Undervisningen foregår to dage om ugen.





Kreativ værksted

At være optaget af en kreativ proces kan give følelsen af at være i flow og få en pause fra tankemylder og udfordringer.

Kurset har fokus på at udvikle din selvværd og selvtillid igennem æstetisk arbejde. Vi arbejder bl.a. med struktur, overblik og koncentration.

Som kursist oplever du en arbejdsglæde, et fællesskab og et personligt engagement, og du får ad den vej tillid til egne muligheder og kompetencer.

Mindfulness

Henvender sig til kursister med angst, stress og/eller depression.

Med udgangspunkt i din specifikke situation trænes metoder i mindfulness til at kunne være nærværende i nuet uden at dømme eller vurdere sig selv eller omgivelserne, slippe tankemylder, og kontrollere åndedrættet og kroppen.

Andre fokuspunkter: at arbejde med accept og at opnå et roligt sind og bedre dømmekraft.

Selvudvikling

Er for dig, der ikke har kunne påbegynde eller fortsætte på en ungdomsuddannelse. Selvudvikling handler om at blive parat til job eller uddannelse.

Gennem individuelt tilrettelagt holdundervisning arbejdes der bl.a. med selvværd, motivation, egenomsorg og teknikker i forhold til stress, angst og depression.





Kolding Kommune
Social- og Arbejdsmarkedsforvaltningen, CSV

Vores undervisningstilbud

Læse-, stave- og
matematikvanskeligheder

Fag

Dansk

Danskkurser for personer med læse- og stavevanskeligheder; herunder ordblindeundervisning og Forberedende voksenundervisning (FVU). Undervisningen foregår på små hold.

For dig, der fx gerne vil blive dygtigere til:

- At læse og skrive på jobbet
- At skrive en ansøgning
- At klare kravene på andre uddannelser
- At hjælpe dine børn med lektierne

Regning/matematik

Grundlæggende regning/matematik – FVU-matematik.

Det er for dig, der har regne- og matematikproblemer.

Det kan fx handle om, at du forbedrer dig forud for anden uddannelse som eksempelvis VUC eller en erhvervsuddannelse.

Undervisningen foregår på små hold én gang om ugen.

FVU & OBU test

Hos CSV kan du blive screenet i forhold til dit faglige niveau i dansk og matematik.

Det er også her, du kan blive ordblindetestet og få dokumentation udleveret.

Det er ligeledes muligt at få viden og instruktion i brugen af it-hjælpemidler.

Det kan fx være ordblinde-apps til mobil eller tablet.



Fag (fortsat)

Eksamensforberedende hold

Hos CSV kan du gå til dansk- og matematikundervisningen på et lille hold - og derefter gå til prøve på VUC.

Det er for dig, der godt kan følge det faglige niveau i AVU-undervisningen på VUC, men som alligevel har svært ved at følge med i undervisningen.

Det kan være, at du har brug for støtte til struktur og overblik, har udfordringer med hukommelsen eller har svært ved at lære i større grupper.

Dansk og regning/matematik til unge og voksne med psykiske og sociale vanskeligheder

Måske er det ikke de faglige ting, der står i vejen for, at du kan tage en uddannelse? Men alligevel oplever du, at det er svært at fungere i en stor klasse, og at rammerne ikke er de rette for dig på en ordinær uddannelse.

CSV tilbyder dansk- og matematikundervisning, hvor der ud over de faglige mål arbejdes med personlige og sociale mål, der er relevante for netop dig.

**K****Psykiske og sociale vanskeligheder samt læse-, stave- og matematikvanskeligheder**

Find vej til CSV

Vi holder til på Skovvejen 1B, der ligger på vejen mellem Kolding Sygehus og Storcenteret. Der går flere forskellige buslinjer, hvorfra der er kort gåafstand til CSV.

Praktiske informationer

Optagelse

Du skal forbi til en samtale, så vi kan vurdere, om vi har det rette tilbud til dig. Har du en rådgiver, hjemm vejleder eller lignende, deltager vedkommende også i samtalen. Tilbuddene er gratis for borgere i Kolding Kommune.

Kontakt

Fagkonsulent
Christina Vibe Utzon,
Tlf. 51 43 73 45
Mail: chrut@kolding.dk

Flere informationer

Se mere på www.csv.dk

**CSV – Center for specialundervisning
og rådgivning til unge og voksne**

Telefon 7979 2999
csv@kolding.dk



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet