

# HØREDAGE

For tidligere udsendte, der har udfordringer med nedsat hørelse, tinnitus og lydfølsomhed



## PÅ CASTBERGGÅRD DEN 21. – 22. JUNI 2025

Er du tidligere udsendt? Og oplever du vanskeligheder på arbejdsmarkedet på grund af hørelsen? Så er du i målgruppen for det nye tiltag, Høredage på Castberggård.

To dage med fokus på viden, muligheder og løsninger arrangeret i samarbejde med veterankoordinatorer i Sydjylland, som i weekenden vil være repræsenteret ved Ronnie Gram fra Kolding.

Se detaljeret program på den anden side af papiret.

### Om Castberggård Job

Castberggård Job er et landsdækkende tilbud, som arbejder målrettet for at skabe de bedste betingelser for dig og alle de andre erhvervsaktive danskere, der har en hørenedsættelse, tinnitus eller lydfølsomhed.

Castberggård Job har et indgående kendskab til de vilkår og udfordringer, du kan møde på arbejdsmarkedet. Samtidig har vi et godt blik for de løsninger og muligheder, der heldigvis også er mange eksempler på.

Castberggård Job er en del af den selvejende institution Castberggård, som ikke har nogen tilknytning til hverken Forsvaret eller landets kommuner.



**VETERANCENTRET**



**castberggård**

JOB

# PROGRAM FOR HØREDAGE

## Lørdag den 21. juni

- Kl. 9.30 Ankomst, indkvartering og kaffe/te og boller
- Kl. 10.00 Velkomst og præsentationsrunde
- Kl. 10.30 Pause og evt. omklædning
- Kl. 10.45 Basic Body Awareness Therapy v/ fysioterapeut fra Veterancenteret
- Kl. 11.45 Pause
- Kl. 12.00 Viden om hørelse - hvad kan man gøre?  
Særligt fokus på tinnitus og lydfølsomhed og hvad man kan gøre, når man er ramt af en hørelidelse, v/ Castberggårds hørekonsulent Laura Velande.
- Kl. 12.30 Frokost
- Kl. 13.30 Natur og hørelse - hvordan hjælper naturen?  
Viden om, hvad naturen kan gøre for din høresans og konkret inspiration til, hvordan du får et bedre og mere naturligt forhold til lydene omkring dig, v/ tinnitusekspert og naturterapeut Rikke Bjerregaard Kristensen.
- Kl. 17.00 Pause
- Kl. 18.00 Tapas i haven
- Kl. 19.30 Havespil + mulighed for 1:1 samtaler med hørekonsulenten

## Søndag den 22. juni

- Kl. 7.30 Morgenmad til kl. 8.30
- Kl. 8.30 Check-ud af værelset
- Kl. 9.00 Mulighed for gå/løbe-tur eller badetur til Daugård strand
- Kl. 10.30 Hørevenlige rammer på jobbet - hvordan gør man?  
Hvordan kan man få en bedre hverdag på arbejdspladsen på trods af de udfordringer, der følger med, når man har en hørenedsættelse, tinnitus eller lydfølsomhed? v/ socialrådgiver Merethe Fuder Rasmussen og hørekonsulent Laura Velande, Castberggård.
- Kl. 12.00 Tak for denne gang

### Tid og sted

Den 21. - 22. juni 2025 på Castberggård, Østerskovvej 1, 8722 Hedensted.

### Tilmelding

Hvis du er interesseret i at deltage, skal du kontakte en af Castberggård Jobs hørekonsulenter.

### Pris

Det koster 500 kr. at deltage i weekenden.

### Laura Velande

Hørekonsulent  
tel. 29 40 52 85  
lve@cbg.dk



### Malene Mølgaard

Hørekonsulent  
tel. 28 35 05 01  
mml@cbg.dk

