

Lokallag: Dysleksi Romerike

Type tiltak/kurs: Mestringsleir

Kontaktperson: Rita Lie, leder og Ann-Kristin Lunde, kasserer

1. Bakgrunn for prosjektet.

Dysleksi Romerike arrangerte vår første mestringshelg i 2014. Dette ble et vellykket arrangement for både barn og foreldre. Dysleksi Romerike har som målsetning å kunne arrangere en mestringshelg i året. Vi ser at når barn og familier er sammen over litt tid er det enklere å bli kjent og å knytte noen sosiale nettverk som kan tas med hjem til hverdagen. Vi ser at barn med dysleksi ofte har en hverdag hvor de opplever å komme til kort i forhold til jevnaldrende. Dette fører ofte til at barna / ungdommene har dårlig selvfølelse og selvtillit. Vi ønsket derfor å gi de en helg hvor de opplever mestring sammen med andre.

2. Prosjektets målsetting.

Vi i Dysleksi Romerike har målsetning om at en slik helg skal bidra til at dyslektikere og deres nærmeste blir bedre kjent med andre i samme situasjon. Vi ønsker å skape et nettverk blant barn og deres familier.

Ved å tilby ulike aktiviteter ute og inne en helg, ønsket vi at dyslektikere skulle oppleve mestring for seg selv, og sammen med andre i samme situasjon. Opplevelsen av mestring er positivt for barnas / ungdommens psykisk helse og styrker livskvaliteten generelt.

I tillegg ønsker vi å gi foreldrene økt kompetanse om dysleksi / dyskalkuli / språkvansker, og om følgevanskene som følger med dette.

3. Prosjektets målgruppe.

Prosjektets målgruppe er medlemmer med dysleksi, dyskalkuli og spesifikke språkvansker og deres nærmeste familie / pårørende.

4. Beskrivelse av gjennomføringen.

Dysleksi Romerike hadde i søknaden beskrevet en helg på Haraldvangen i Hurdal. Haraldvangen ble imidlertid gjort om til flyktninger mottak og vi måtte derfor finne et annet sted. Vi hadde arrangert mestringshelg på Budor tidligere og valgte derfor å ha mestringshelgen ett år til. Vi arrangerte derfor mestringsleir på Budor helgen 16.09-18.09.2016. I løpet av helgen hadde vi ulike aktiviteter ute og inne som krever samarbeid, gir mestringsfølelse og bidrar til at alle blir bedre kjent.

5. Prosjektets betydning og verdi.

Det er viktig for lokallaget å skape engasjement og aktivitet for dyslektikere og deres familier. Å arrangere en mestringshelg med glede og felles opplevelser, bidrar til et levende lokallag.

Som beskrevet over kan en slik helg bidra til å gi barna / ungdommene mestringsopplevelser som fører til økt selvfølelse og selvtillit. De ser at andre har det som dem, og det kan trygge dem i hverdagen. For foreldrene og barna er det



betydningsfullt å bli kjent med andre som opplever de samme utfordringene som dem selv. Foreldrene vil få mer kompetanse og minst like viktig er erfaringsutvekslingen foreldrene imellom. Målet er at familiene tar med seg erfaringene fra helgen med seg tilbake i hverdagen.

6. Fremdriftsplan

Fredag:

- Innkvartering og fordeling på leilighetene.
- Felles middag på Budor gjestegård.
- Bli kjent, ulike bli kjent/ samarbeids oppgaver i peisestua.

Lørdag:

- Frokost.
- Barna/ ungdommene hadde aktiviteter ute i skogen i regi av Norwegian basecamp. Vi grillet ute til lunsj
- Læringsøkt og erfaringsutveksling for foreldrene sammen med Line. Foreldrene spiste felles lunsj på gjestegården.
- Felles aktiviteter ute for alle. Vi hadde felles aktiviteter i regi av Norwegian basecamp.
- Felles middag på gjestegården. Etter middag var det sosialt samvær med leker i peisestua.

Søndag:

- Frokost
- Avslutning og oppsummering av helgen.

Med vennlig hilsen

Ann-Kristin Lunde
Kasserer Dysleksi Romerike



A

L

, q

0

m

F

g

u

v

Z

y