

**Den Tværfaglige Sundhedsklinik er et behandlingstilbud**, som tilbyder kortere eller længerevarende psykologiske eller afspændingspædagogiske behandlingsforløb. Der er også mulighed for at komme på et genoptræningskursus i forhold til tinnitus, balanceproblemer, whiplash eller stress. Kurserne kombinerer afspændingspædagogisk træning med vidensformidling og erfaringsudveksling, og der undervises udelukkende på små hold. Den Tværfaglige Sundhedsklinik har specialviden indenfor høretab, øresygdomme (fx Ménières sygdom) eller ørelidelser, såsom tinnitus og lydoverfølsomhed, men i det daglige henvender der sig også mennesker med helt andre, og ofte, eksistentielle problemstillinger. Alt det, som Den Tværfaglige Sundhedsklinik yder, kræver brugerbetaling. Mange dækker selv behandlingsudgiften, selvom det bliver mere og mere almindeligt, at udgiften til psykologbehandling dækkes af en forsikringsordning, kommunen eller lignende. Henvielse fra egen læge til psykologbehandling under Sygesikringens ydernummerordning kan ikke anvendes i forhold til at få tilskud til behandlingen. Her må man betale det fulde beløb selv eller undersøge, om en forsikringsordning kan dække den fulde udgift. Kurserne oprettes under AOF og er derfor yderst rimelige i pris. Eva Brix er foruden at være afspændingspædagog (dap) også uddannet som craniosacral terapeut. Anne-Mette Mohr er autoriseret psykolog og specialist i Klinisk psykologi og psykoterapi. **Yderligere information:** [www.sundhedsklinik.dk](http://www.sundhedsklinik.dk). Tlf. 3325 5510.

**House of Hearing er et gratis, anonymt rådgivningstilbud.** Teamet bag House of Hearing består af professionelle, der i det daglige arbejder med hørelse, og af såkaldte "ligemænd", der har lært sig at leve godt med problemerne. Alle arbejder frivilligt, alle er nøje udvalgte, og alle efteruddannes løbende.

**Der gives to typer tilbud:** Det ene er et tilbud om **afklarende, vejledende og rådgivende telefonrådgivning** på tirsdage 9-12 på 3325 5455. Rådgiveren hedder Dorthe Andresen. Hun er uddannet indenfor høreområdet bl.a. i Tyskland og af engelske og amerikanske specialister. Problemer/spørgsmål, som hun ikke selv kan besvare, kan hun ofte få besvaret ved at konsultere de professionelle, som er tilknyttet House of Hearing – eller hun vil vide, hvem der kan hjælpe en given bruger videre omkring sin problemer.

Det andet tilbud under House of Hearing kaldes for **Åbent Hus**. Her kan man komme direkte fra gaden og få del i de mange tilbud. **Åbent Hus** foregår godt 10 gange pr. år og ligger altid på en tirsdag mellem kl. 16-19.00. Ved **Åbent Hus** indledes der først med en lille "Høreskole", hvor alle fremmødte gives en grundviden om, hvordan vores hørelse fungerer, og hvad der kan være på spil, når man får et høretab, tinnitus eller en øresygdom. Derefter er der mulighed for at deltage i gruppevis information om

- håndtering af høretab og afhjælpning heraf. Information om høreapparater og andre tekniske hjælpemidler,
- tinnitus
- lydoverfølsomhed
- forebyggelse eller afhjælpning af støjskade
- lavfrekvent tinnitus (også kaldet infralyd)
- svimmelheds- eller balanceproblemer som skyldes en skade i indre øre (som fx ved Ménières sygdom).

Ved **Åbent Hus** er der også mulighed for individuelle, anonyme rådgivende samtaler à en halv times varighed. Gennem en individuel samtale med en ligemand kan man således kan få ideer til, hvordan man bliver bedre til at tackle høreproblemerne, ligesom ægtepar, hvor den ene eller begge måske hører dårligt, kan få gennemdrøftet problemerne med to ligemænd, en kvinde og en mand. Der er også mulighed for at få individuel rådgivning hos en socialrådgiver eller en hørepedagog ligesom to psykologer står klar til at give en individuel kriseafhjælpende samtale, hvis man fx har det rigtig svært grundet tinnitus. Man behøver ikke at bestille tid.

Der findes ikke lignende tilbud rundt om i landet. House of Hearings team er derfor som noget nyt begyndt at rejse ud i landet og stille sig til rådighed som et samlet Åbent Hus- arrangement for en aften. Det koster 5.000 kroner + moms, samt transport og bispisning efter arrangementet. Det er dog værd at huske på, at der på landets forskellige høreinstitutioner findes en række dygtige og engagerede hørepedagoger, som står til rådighed for mennesker med brug for netop deres hjælp. Nogle institutioner og klinikker har også tilknyttet psykologer, som har erfaring med høreområdet.

House of Hearing henvender sig udelukkende til personer, der selv har problemer med hørelsen og til deres nærtstående. Af og til udbyder House of Hearing dog efteruddannelsstilbud til professionelle. House of Hearing støttes af midler fra Frederiksberg og Københavns Kommune, Tips- og Lotto midler, Oticon Fonden, Fonden for Bedre Hørelse samt af private donationer.  
**Yderligere information: [www.houseofhearing.dk](http://www.houseofhearing.dk) eller 3325 5455.**