Januari 2024

Inbjudan till

Att leva med en neurologisk diagnos – Nystartskurs

NEURO Förbundet Östergötland arrangerar en gemensam resa för nya medlemmar eller medlemmar som inte tidigare deltagit i en internatkurs med länsförbundet på tex Valjeviken.

Tidigare deltagare har bla sagt ”så här mycket information har jag inte fått eller förstått att jag behövde – borde haft det mycket tidigare”. ”Det har varit jätteroligt att få följa med till Valjeviken och få veta så mycket och lära känna nya människor”.

Att genom föreläsningar och praktiska övningar få mer insikt och lära sig mer om att hantera sina funktionsnedsättningar/diagnos

Denna kurs innebär att erfarenhetsutbytet mellan deltagarna blir ett mycket värdefullt inslag. Samtidigt ges ett stöd av behandlingspersonal och övrig profession kring hur man skall träna och aktivera sig för att bibehålla och om möjligt utveckla sina funktioner. Varje del av kursen syftar till att motivera och visa på vägar att gå vidare. Anhöriga deltar på samtliga aktiviteter/ föreläsningar för att få ökad förståelse.

Efter kursen ska

- deltagarna ha fått utökade kunskaper för jobba med sin rehab träning hemma och därigenom få ork och kraft att delta i samhällsliv och arbetsliv/fritid.

- deltagarna ha fått utökade kunskaper om hur diagnosen påverkar vardagslivet samt om kompensatoriska verktyg för ett så självständigt liv som möjligt

- anhöriga ska ha fått kunskap om hur man kan stötta den med neurologisk diagnos i träning samt hur man kan vara ett minnes stöd i det vardagliga livet.

- anhöriga ska ha fått kunskap om hur man använder kompensatoriska verktyg för att stötta diagnostiserad i vardagslivet för största möjliga delaktighet.

Målgrupp: Alla medlemmar, är välkomna ensamma eller med en anhörig. Vi hoppas

Att anhöriga känner sig så välkomna att de blir medlemmar.

Datum: 15 april - 17 april 2024, avresa med buss från Norrköping. Bussen gör stopp

på vägen genom Östergötland, ner till vår anläggning, Valjeviken i Blekinge

OBS: om det är bättre för Dig att åka riksfärdtjänst, meddela oss, och förbeställ i god tid.

Kostnad: Medlemsavgift i NEURO förbundet ska vara betald för 2024. För kursen tar vi en avgift på 500 kr/person (**återbetalas ej**). Ej medlem 1.000:-/person i sällskap med medlem. För enkelrum tas ut ett tillägg om150:-.

Assistenter: 3.750: -/ assistent, insättes på NEURO Förbundet Östergötlands Bankgiro 865 – 7504 senast den 1 april. Vid sjukdom med giltigt sjukintyg återfås avgiften, utom 750 kr.

Program: kursinnehåll tex: gruppdiskussioner mellan deltagare och anhöriga, men även

var för sig. Sittgympa. Båda kvällarna kan vatten aktiviteter göras i simhallen.

vattengympa, träning – Hur?, yoga, rehab processen? Stavgång. En del av

aktiviteterna äger rum utomhus, information om samhällsstöd.

Anmälan: På bifogad blankett, snarast och senast den **01 mars 2024,** insändes till:

NEURO Förbundet Östergötland Eller: [ostergotland@neuro.se](mailto:ostergotland@neuro.se)

Gamla Övägen 23

603 79 Norrköping

Antagningsbesked meddelas snarast

Frågor: Telefon kansliet: tel: 011 – 16 99 97/ostergotland@neuro.se

Välkommen med din anmälan!

Med vänlig hälsning

NEURO Förbundet Östergötland