Mars 2024

Inbjudan till

Att leva med en neurologisk diagnos – Diagnoskurs

NEURO Förbundet Östergötland arrangerar en gemensam resa för medlemmar med **stroke,**

**Parkinson eller polyneuropati** i september 2024 till 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 - 18 september 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 och förbeställ i god tid.

Kostnad: Medlemsavgift i NEURO förbundet ska vara betald för 2024. För kursen tar vi en avgift om 1.000 kr/person (**återbetalas ej**). Ej medlem 1.450:-/person i sällskap med medlem. För önskemål om enkelrum tas ut ett tillägg om150:-.

Assistenter: 3.900: -/ assistent, insättes på NEURO Förbundet Östergötlands Bankgiro 865 – 7504 senast den 20 augusti.

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

 var för sig. Sittgympa. På 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 **10 augusti 2024,** insändes till

 -kolla gärna om det finns rest platser efter den 10 augusti

 NEURO Förbundet Östergötland Eller: 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