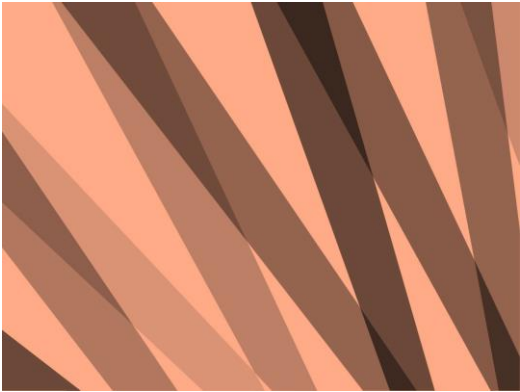




Voksne med nevromuskulære sykdommer

Frambu, 18. – 20. januar 2021

Program

Mandag 18. januar

09.00 – 11.00

Ankomst og innkvartering – Kaffe, te, saft og frukt

11.00 – 12.00

Velkommen til kurs!

12.00 – 13.00

Lunsj

13.00 – 13.30

Å ha en sjelden diagnose

13.45 – 14.45

Grppesamtaler

15.00 – 16.00

Fysioterapi og avspenning
ved fysioterapeutene Mari Ellefsen-Martinsen og Kaja Giltvedt

16.00

Sosialt samvær og tilbud om aktiviteter

17.30

Middag

18.30

Sosialt samvær og tilbud om aktiviteter

Tirsdag 19. januar

08.00 – 09.00

Frokost

09.15 – 11.00

Diagnoseinformasjon ved overlege Øivind Kanavin

11.15 – 12.00

Fysioterapi og avspenning ved fysioterapeutene

12.00 – 13.00

Lunsj

13.00 – 13.45

Hverdagen med endret funksjonsnivå ved ergoterapeut Solvor Skaar

14.15 – 15.00

Grppesamtale

16.00

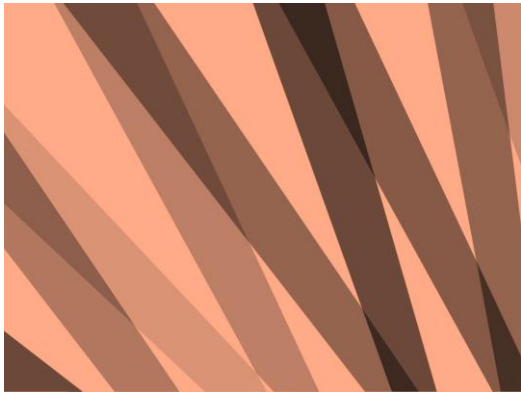
Sosialt samvær og tilbud om aktiviteter

17.30

Middag

18.30

Sosialt samvær og tilbud om aktiviteter



Program

Onsdag 20. januar

08.00 – 09.00

Frokost

09.15 – 10.00

Å ivareta egen psykiske helse ved psykolog

10.15 – 11.00

Gruppesamtale

11.15 – 12.00

Fysioterapi og avspenning ved fysioterapeutene

12.00 – 13.00

Lunsj

13.00 – 13.45

Ytelser og tjenester ved sosionom, PhD Una Stenberg

14.00 – 15.00

Oppsummering og avslutning

15.30

Avreise

(11.09.2020)

Endringer kan forekomme

Faglig koordinator: Rita Sofie Stige

Administrativ koordinator: Elin Bredeesen