



Arvelig ataksi og arvelig spastisk paraparese (HSP)

Frambu, 2.-4. september, 2024

Program

Mandag

09.00 – 10.30

Ankomst og innkvartering

11.00 – 11.30

Oppstart **Velkommen til kurs!**

11.30 – 12.30

Lunsj

12.30 – 13.00

Hvorfor trenger vi helsekompetanse?
ved sosionom og PhD Una Stenberg

13.15 – 14.15

Grppesamtaler
Arvelig ataksi: Overlege Susann Simensen
HSP: Overlege Lise S. Loftsgaard

14.30

Sosial samling ute

17.30

Middag

18.30

Viktig informasjon om oppholdet og aktivitetstilbudet på kveldene
ved resepsjonist og aktivitetsleder
Sosialt samvær/Aktivitetstilbud (se eget kveldsprogram på Frambu)

Tirsdag

Fagkurs

09.00 – 12.00 **Fagkurs om arvelig ataksi (se eget program)**

12.45 – 15.45 **Fagkurs om HSP (se eget program)**

09.00 – 09:45

For deltakere med HSP i brukerkurset:
Grppesamtale

10:00 – 12:00

Parallellsesjoner i mindre grupper (valgfrie)
1) Spillaktivitet og trening
2) Fysioterapi og trening
3) Mindfulness - oppmerksomhetsøvelser

12.00 – 12.45

Lunsj

12.45 – 13:30

For deltakere med arvelig ataksi i brukerkurset:
Samtale ved overlege Susann Simensen

13.45 – 15.45

Parallellsesjoner i mindre grupper (valgfrie)
1) Spillaktivitet og trening
2) Fysioterapi og trening
3) Mindfulness - oppmerksomhetsøvelser



Onsdag

09.15 – 10.00

For HSP-gruppen:

Samtale ved overlege Lise Skogstad Loftsgaard

09.15 – 10.00

For arvelig ataksi-gruppen:

Gruppesamtale

10.15 – 12.00

Parallellsesjoner i mindre grupper (valgfrie)

- 1) Ergoterapi og hjelpemidler
- 2) Rettigheter i kommunehelsetjenesten og NAV
- 3) Arbeidsliv og tilrettelegging
- 3) Logopedi

Sesjonene vil ledes av sosionomer, ergoterapeut og logoped

12.15 – 13.00

Lunsj

13.00 – 13.45

Psykisk helse ved psykologspesialist Tonje Elgsås

14.00 – 14.30

Avslutning av kurset

15.00

Avreise

-Med forbehold om endringer

Faste poster hver dag

08.00 *Frokost*

09.15 *Programmet starter*

12.15 *Middag*

16.00 *Sosialt samvær, aktiviteter*

17.30 *Kveldsmat*

18.30 *Sosialt samvær, aktiviteter*

20.00 *Kaffe/te i stua*

Fagkoordinator: Kaja Giltvedt

Administrativ koordinator: