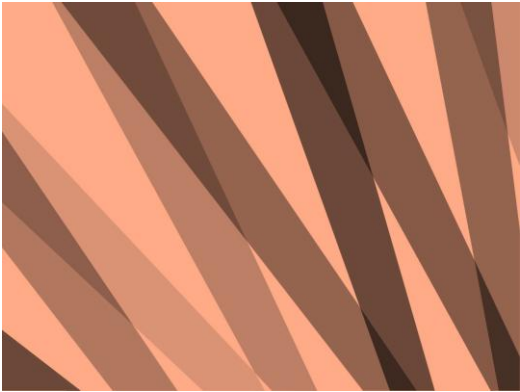




Charcot-Marie-Tooths sykdom og arvelig nevropati med trykkbetingede lammelser (HNPP)

Frambu, 5.- 8. mai 2025

Program

Mandag

Ankomst og innkvartering (i tidsrommet 13.00 til 17.00)

17.30 Middag

18.30 Sosialt samvær/Aktivitetstilbud (se eget kveldsprogram på Frambu)

Tirsdag

09.15 – 09.30 **Velkommen til kurs**

09.30 – 10.00 **Helsekompetanse**
ved sosionom Una Stenberg

10.15- 11.00 **Gruppesamtaler**

11.15 – 12.00

Diagnoseinformasjon om CMT ved overlege Susann Simensen	Diagnoseinformasjon om HNPP ved overlege Lise S. Loftsgaard
--	--

12.00 – 13.00 Lunsj

13.15 – 15.00 Parallele tema med teori og praksis:

Mindfulness -oppmerksomhet og avspenningsøvelser	Spill Bruk av spill i trening og rehabilitering	Trening i gymsal ved fysioterapeut	Trening i basseng ved fysioterapeut
---	--	--	---

Onsdag

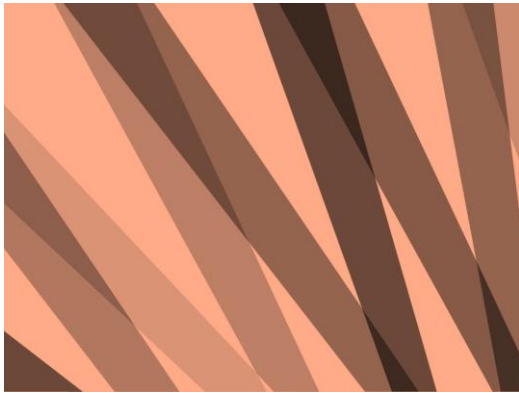
Første del av onsdag er brukerkurs om CMT og fagdag om HNPP
Se eget program for fagdag om HNPP

09.15 – 10.00 **Hvordan påvirker CMT hverdagen?**
ved psykolog Tonje Elgsås og ergoterapeut Solvor Skaar

10.15 – 11.00 **Trening og tilpasning av en hverdag med CMT**
ved fysioterapeut ved NMK Andreas D. Rosenberger
og ergoterapeut Solvor Skaar

11.15 – 12.00 **Gruppesamtale**

12.00 – 13.00 Lunsj



Program

13.15-15.00

Parallele tema med teori og praksis:

Mindfulness	Spill	Trening i gymsal	Trening i basseng
-oppmerksomhet og avspenningsøvelser	Bruk av spill i trening og rehabilitering	ved fysioterapeut	ved fysioterapeut

Torsdag

09.15 – 10.00	Rettigheter, tjenester og ytelser ved sosionom Una Stenberg
10.15 – 11.00	Utdanning og arbeidsliv ved sosionom Una Stenberg
11.15 – 12.00	Selvivaretakelse del 1 ved psykolog Tonje Elgsås
12.00 – 13.00	Lunsj
13.15 – 14.15	Selvivaretakelse del 2 ved psykolog Tonje Elgsås
14.30 – 15.00	Oppsummering og avslutning
15.00 – 15.30	Avreise (<i>innen 15.45</i>)

(10.04.25) Endringer kan forekomme

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