



På weekend-træffet møder du andre ALS-ramte og deres pårørende og hjælpere. Dagene er et miks af spændende foredrag og hyggeligt samvær og en unik mulighed for at dele erfaringer, skabe kontakter og få et netværk med ligestillede.

Programmet er sammensat af

- Oplæg/foredrag om forskellige emner og debat/erfaringsudveksling omkring, hvordan andre tackler de mangfoldige problemer, der følger i kølvandet på ALS/MND.
- Socialt samvær med ligestillede.

[Musholm Bugt Ferie-Sport-Konference](#) er særdeles handicapvenligt og et af verdens mest tilgængelige ferie-, sport- og conferencecenter. Centret ligger direkte ud til Storebælt, 2 km nord for Korsør.

Find praktisk info og gode råd til weekenden <https://muskelsvindfonden.dk/praktisk-info/>

Hvis du ikke finder svar på dine spørgsmål på Muskelsvindfondens hjemmeside, er du velkommen til at kontakte koordinator i ALS Gruppen, Hafdis Thorsteinsdottir: Tlf. 20983977 eller mail: hafdis@korslund.dk

Arrangør af weekenden er frivillige i ALS Gruppen under Muskelsvindfonden.

VI GLÆDER OS TIL AT SE JER 😊 !

PROGRAM FOR WEEKENDEN

FREDAG

15.00-17.00 Ankomst, kaffe og velkomstkomité ved Kjeld og Hanne, som begge har ALS

17.15-18.00 Velkomst og intro af arbejdsgruppen og Muskelsvindfonden

18.00-19.00 Middag

19.00 Præsentationsrunde og Netværk og lær hinanden at kende.

LØRDAG FORMIDDAG

08.00-10.00 Morgenmad

10.30-12.00 Oplæg ved Flemming Hoeg Colbjørn Christensen, IKT-konsulent v. Center for Kommunikation og Undervisning (CKU) - Hillerød.

Kommunikation med ALS/MND – om hjælpemidler og tiltag, der kan støtte i hverdagen. Hvordan hjælpemidler og støtteforanstaltninger kan være en hjælp i de forskellige faser af ALS/MND- sygdommen. Fra indstillinger på din telefon eller tablet til monterede computerløsninger med øjenstyring. Hvad kræver det af brugeren og de pårørende? Hvor man få hjælp, samt hvad lovgivningen siger i forhold til bevilling. Mulighed for spørgsmål.

12.00 Frokost

Mulighed for at komme rundt i området, og evt. ned til stranden ad den kørestolsvenlige sti

LØRDAG EFTERMIDDAG

14:00-15.00 Underholdning ved Rune Green, Foredragsholder og humorist

Rune er uddannet dramaturg fra Århus Universitet og har arbejdet med humor i over 30 år, både i teori og som udøvende humorist. En foredragsholder, der behandler seriøse og alvorlige temaer med humor og charme.

15.00-15.30 Kaffepause

15.30-16:30 Erfaringsudveksling om hjælpemidler i hverdagen

"Det er ikke altid de store hjælpemidler, der gør den største forskel – men de små, der gør hverdagen mulig"

Vi inviterer til udveksling af konkrete erfaringer med små hjælpemidler. I mindre grupper giver vi hinanden inspiration til at lette dagligheden. Medbring dine specielle hjælpemidler, hvis du tænker det kan give andre glæde og inspiration.

LØRDAG AFTEN

- 18.30** **Festmiddag**
- 20:00** **Pub quiz**
- Kaffe kage og hygge.**

SØNDAG

08.00-10.00 **Morgenmad**

10.30-12.00 **Oplæg v. ALS-konsulent og sygeplejerske Mads Jung-Jensen fra Rehabiliteringscenter for Muskelsvind (RCFM) Øst**

Mads fortæller om ernæring: Mave/tarmfunktion. Herunder fordøjelsen, når man har ALS/MND. Problemstillinger man kan møde, når man er kørestolsbruger eller har svært ved at opretholde sit aktivitetsniveau. Hvorfor det er vigtigt ikke at tabe sig med ALS/MND.

Kort pause efterfulgt af evaluering

12.30 **Frokost**

I restauranten eller med på hjemturen

PÅ GENSYN OG KOM GODT HJEM

Ret til ændringer forbeholdes!

