



Vara folkhögskola våren 2018 – Inbjudan

- Vårens tema:** Rörelse och resan tillbaka till ett nytt liv efter skadan.
Ett liv som räddas ska också levas! – obruten vårdkedja där varje individ får rehabilitering och stöd efter behov.
- Plats:** Vara folkhögskola, Torggatan 41, Vara.
- Tid:** **fredag 9 - lördag 10 mars 2018**
Start fredag kl. 12.00. Avslutning lördag ca kl. 16.00.
- Målgrupp:** Medlemmar i Hjärnkraft.
Personliga assistenter som arbetar med funktionshindrade.
Personal och handläggare i kommun och assistansbolag.
Övriga intresserade.
- Antal deltagare:** 25 övernattande + dagdeltagare. Inkvartering sker i flerbäddsrum, 2-, 4- resp. 6-bädd. Säg till om du behöver bo i enkelrum.
- Innehåll:** Se program på nästa sida.
- Föreläsare:** Mia Olsson, Vara folkhögskola håller ett rörelsepass.
Kerstin Söderberg, ombudsman Hjärnkraft om Regional Patientprocess för vuxna med förvärvade hjärnskador (RPP).
Josefine Elf, yoga-lärare med egen erfarenhet av hjärnskada.
- Kostnad:** 550 kr för medlemmar i Hjärnkraft, faktureras efter kursen.
1100 kr för assistenter, personal och handläggare samt övriga.
Mat, logi samt föreläsningar fredag och lördag ingår.
Var god uppge ev. allergi eller specialkost vid anmälan, samt behov kring boendet (handikapp / enkelrum / vem du vill dela rum med).
- Notera! På Hjärnkrafts aktiviteter serveras ingen alkohol.
- Senaste anmälningdag:** Så snart som möjligt men senast **tisdag 27 februari**.
Anmälan till info@hjarnkraftgoteborg.se, tel:031-24 32 34.
Anmälan är bindande och "först till kvarn" gäller.
- Vid frågor:** Kerstin Söderberg 0721–770888 och Lars Claesson 0321–14384.

VÄLKOMMEN!

PROGRAM

alla tider är ungefärliga och programmet ändras efter behov och önskemål

Fredag 9 mars 2018

- Kl. 12.00 Lunch i matsalen.
- Kl. 13.00 Kursinformation.
- Kl. 13.15 Rörelsepass som Mia, lärare på Vara folkhögskola, leder.
- Kl. 15.00 Kaffepaus.
- Kl. 15.30 Vi presenterar oss för varandra och gör en grupp/samarbetsövning.
- Kl. 17.00 Inkvartering.
- Kl. 17.15 Kvällsmat i matsalen.
- Kl. 19:00 Gruppdiskussion kring dagens övningar och inför morgondagen.
- Kl. 20:00 Kvällsfika och gemenskap med musik.

Lördag 10 mars 2018

- Kl. 8.00 Frukost.
- Kl. 9.00 **Ett liv som räddas ska också levas!** Obruten vårdkedja, kan vi få till det? Kerstin Söderberg presenterar pågående arbete kring en jämlik **Regional Patientprocess** (RPP) för vuxna med förvärvade hjärnskador. Grupparbete/diskussion där vi delar egna erfarenheter och önskemål samlas som värdefull kunskap att ta med i det fortsatta arbetet.
- Kl.10.30 Kaffepaus.
- Kl. 11.00 Resan att lära sig leva ett nytt liv med en förvärvad hjärnskada. Josefine Elf. Föreläsning med frågestund.
- Kl. 12.30 Lunch.
- Kl. 13.30 Yoga för alla. Josefine Elf leder ett mjukt yoga-pass anpassat efter gruppen.
- Kl. 14.45 Aktuell information från Hjärnkraft samt utvärdering.
- Kl. 15.00 Eftermiddagsfika & därefter slut.