



## Inspirationsdagar för dig med Parkinson och närstående

Vi har glädjen att på nytt få bjuda in er till en innehållsrik helg med intressanta och lärorika föreläsningar, härlig underhållning och trivsamt gemenskap! Vi ses som vanligt på Ädelfors Folkhögskola i Holsbybrunn.

I samband med föreläsningarna finns också utrymme för att ställa frågor. Inte minst viktigt är att du under helgen får träffa andra i samma situation som kan ge möjlighet till meningsfullt erfarenhetsutbyte. Vi ser fram emot att träffas just dig!

**Tid:** Lördagen den 10 oktober kl. 9:30 - söndagen den 11 oktober kl. 16:00

**Plats:** Ädelfors Folkhögskola, Holsbybrunn, ca 1 mil öster om Vetlanda.

**Innehåll:** Se program på nästa sida.

**Kostnad:** 850 kr/per person inkl. mat och logi i dubbelrum

1000 kr/per ickemedlemmar i Parkinsonföreningen

Tillägg för enkelrum 200 kr

Kostnad för 1 dag: 400 kr

Kostnad för 2 dagar utan logi: 650 kr

**Anmälan:** Anmälan är endast digital och ni anmäler er via länken eller QR-koden på sidan två, senast den 9 september. Vänta ej med anmälan, antalet platser är begränsat. Om du är osäker är det bättre att du anmäler dig och sedan avanmäler, innan 9 september. *Om återbud ej meddelas före kursstart debiteras 50 % av kursavgiften.*

**Bekräftelse:** Kallelse skickas ut i september samt faktura efter kursens slut.

**Övrig info:** Kurshelgen subventioneras av länets Parkinsonförening och genomförs i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan och Ädelfors folkhögskola. För subventionerad kursavgift måste du vara medlem i länets Parkinsonförening (även anhörig). Har Du några frågor så hör gärna av dig!

**Vi ser fram emot att få träffa just Dig! Varmt välkommen!**

*Anne-Marie Andersson, Elisabeth Elmsjö och Nancy Arvidsson Parkinsonföreningen Jönköpings län*

## Program

### Lördag 10 oktober

**09.30 Kaffe och registrering**

**10.00 Kursintroduktion**

**10.15 Existentiell hälsa-** insikt kring existentiell hälsa enligt WHO:s olika begrepp och aspekter.  
*Anna Svärd, sjuksköterska*

**11.00.** Bensträckare

**11.10 Olika varianter av Parkinson sjukdom inkl. atypisk Parkinson-** *Håkan Widner, Professor Lunds universitet*

**12.10 Lunch**

**13.15 Aktuellt om forskning bl.a. Stamcellsbehandling** *Håkan Widner, Professor Lunds universitet*

**14.00** Bensträckare

**14.15 Parkinson-, Lewybody-demens och hjärtat-** unik forskning, *Isak Heyman, ST-läkare i geriatrik och forskare vid Lunds universitet*

**15.00 Fika**

**15.30 Elake herr P-** om romanen Svalornas flykt och författarens egna erfarenheter med Parkinsons sjukdom, *Majgull Axelsson författare, journalist och dramatiker*

**16.30 Avrundning**

**18.15 Underhållning-** *Anders Axelsson, trubadur*

**19.00 Gemensam middag**

### Söndag 11 oktober

**08.00 Frukost**

**09.00 Hjälpmedel-** *Jenny Stenberg arbetsterapeut*

**09.45** Bensträckare

**09.50 Varför gör det ont-** om smärta, *Nenad Stankovic, smärtiläkare, hand-och plastikkirurg, ledamot i styrelsen för Parkinsonförbundet*

**10.35 Fika**

**11.00 Forts. Varför gör det ont-** *Nenad Stankovic*

**12.00 Lunch**

**13.15 Röstens Kraft-** Vi tränar rösten och sjunger tillsammans, *Sofie Sjöberg, Röstcoach/körledare*

**14.00** Bensträckare

**14.10 Ett aktivt liv med Parkinson-** Leva med Parkinson och vara hockeytränare på elitnivå, *Björn Hellkvist hockeytränare för Växjö Lakers*

**15.15 Avslutning och fika**

### Kontaktuppgifter:

**Ann-Marie Andersson, Parkinsonföreningen**

[annmarie.hjartlanda@gmail.com](mailto:annmarie.hjartlanda@gmail.com) 070-647 07 35

**Birgitta Andersson, Studieförbundet Vuxenskolan**

[bna@sv.se](mailto:bna@sv.se) 070-431 39 20



Skanna QR-koden med mobilen för att anmäla.  
[Eller klicka på länken här!](#)