



**Narkolepsi**  
föreningen

*Program för familjeträffen i Tylösand  
26-28 september 2014*

## Fredag 26 september

- Samling kl.13.00 i receptionen för registrering. Tallrikslunch serveras i Leifs Lounge. Incheckning först kl.15.00
- **Fredagens program sker i grupprum enligt anvisning.** Övriga dagar, där inget annat anges sker programmet i kongresshallen.
- Vi har en anslagstavla i entrén med lista på namn på grupprum, fler detaljer kring idrotten på lördag och annan information som inte får plats i det tryckta programmet.
- Under hela helgen anordnar Tylösand schemalagda, frivilliga aktiviteter för syskon i åldrarna från 4 t.o.m 6 år samt 7-12 år som inte står med i programmet. Samling i receptionen fre 14.00, i entrén kongressgallen lö-sö 9.00.
- Syskon är alltid välkomna att delta i alla programpunkter utom yoga pga av platsbrist i yogalokalen.

Tid    Förälder/anhörig                      18 år & uppåt                      13-17 år                      7-12 år

13.00  
Ankomst, registrering i receptionen. Tallrikslunch i Leifs Lounge.

14.00  
Styrelsen välkomnar i Leifs Lounge. Grupprum för dagen aviseras.

14.15 • 18 år Arbetsförmedlingen • 7-12 år Malin Rapp.	Arbetsförmedlingen, Pia Ekman informerar.	Fria aktiviteter.	Tylösand ordnar aktivitet.
---	---	----------------------	-------------------------------

15.00  
Incheckning i receptionen. Därefter fika.

16.00 • 18 år FK, frågestund • 13-17 år Dietist • 7-12 år Malin Rapp forts.	Försäkringskassan, Sara Eriksson Frågestund AF, FK.	Dietist Tina Jönsson.	Malin Rapp, syskon välkomna.
---	---	--------------------------	---------------------------------

17.00 • 18 år FK, AF -18.00 frågor. • 7-12 Malin Rapp	Frågestund AF, FK. Unga vuxna berättar. Workshop.	Fria aktiviteter.	Tylösand ordnar aktivitet.
---	---	----------------------	-------------------------------

18.30  
Middagsbuffé, flytande tid 18.30-19.00 för mindre kö.

19.30  
Fria aktiviteter.

21.00  
Kvällsmacka i restaurangen. Spa kvällsöppet utan personal till 24.00.

# Lördag 27 september

Tid Förälder/anhörig

18 år & uppåt

13-17 år

7-12 år

Från 7.00	Frukostbuffé			
9.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Styrelsen informerar.</li> <li>• Avslagsprocessen kort information, fortsätter i grupprum.</li> </ul>	Tylösand ordnar aktiviteter för medlemmar 7-12 år.		
10.15	Fika			
10.45	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dirce ger en 15 min introduktion om yoga.</li> <li>• Dietist Tina Jönsson föreläser.</li> </ul>	Yoga med Dirce i yogasalen. Mjuka kläder.		
12.15	Lunchbuffé			
13.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Britta Lundgren, professor i etnologi Umeå Universitet</li> </ul>	Prova på idrott för alla medlemmar och syskon, Hallands Idrottsförbund.		
13.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Advokatbyrån Wikner &amp; styrelsen informerar om remissvaret, m.m</li> <li>• Föräldrar 13-17 Malin Rapp i grupprum.</li> </ul>			
14.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wikner &amp; styrelsen fortsätter.</li> <li>• 13-17 fortsätter Malin Rapp.</li> </ul>	Yoga med Dirce, effektiv vila & energigivande yoga. Sal Akrobaten, till ca 15.45. Mjuka kläder.	Malin Rapp i grupprum, syskon välkomna.	Prova på idrott, Hallands Idrottsförbund forts.
15.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wikner &amp; styrelsen fortsätter.</li> <li>• Föräldrar 13-17 Malin Rapp forts.</li> </ul>		Prova på idrott för alla medlemmar och syskon, Hallands Idrottsförbund.	
16.15	Fika			
16.45	Inspirationsföreläsning, Pär Johansson från Glada Hudik.			
18.00	Fria aktiviteter			
19.30	Middagsbuffé, flytande tid 19.30 - 20.00 för mindre kö.			
21.00	Lättare underhållning & dans. Spa öppet utan personal till 24.00			

# Söndag 28 september

Tid Förälder/anhörig

18 år & uppåt

13-17 år

7-12 år

Från 7.00	<i>Frukostbuffé</i>	<i>Tylösand ordnar aktiviteter för medlemmar 7-12 år.</i>
9.00	<i>Bodil Mollstedt, specialpedagog från Ågrenska informerar.</i>	
9.30	<i>Inspirationsföreläsning med Helena Tinnert: "I Have a Dream".</i>	
10.30	<i>Fika</i>	
11.00	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Forskning, Attila Szakacs informerar.</i></li><li>• <i>Andra länder, forskningsgruppen informerar.</i></li></ul>	
12.00	<i>Styrelsen avslutar.</i>	
12.30	<i>Lunch för de som bokat.</i>	



**Narkolepsi**  
föreningen

## Våra föreläsare

- **Pia Ekman**, samordnare Unga Med Funktionsnedsättning på Arbetsförmedlingen. Vad finns det för möjligheter till stöd och hjälp.
- **Sara Eriksson**, Försäkringskassan. Vilka regler gäller.
- **Malin Rapp**, är akademiskt utbildad inom kognitiv neurovetenskap, positiv psykologi och evidensbaserat förändringsarbete. Hon driver det sociala entreprenörskapet "Bättre skolor" där hon med hjälp av psykologiska forskningsresultat jobbar för att stärka lärares och elevers välmående och resultat i skolan. En annan satsning är utbildningsinitiativet "Framtidens tjejer" där hon stärker tjejer i rollen att leda sig själva samt sin förmåga till återhämtning vid utmaningar och hinder. Malin tar upp ämnen som motivation, självkänsla, ledarskap och välmående. Hennes styrka ligger i att göra psykologin till något du upplever, verkligen förstår och viktigast av allt - börjar använda i vardagen.
- **Tina Jönsson**, är dietist på Halmstad Sjukhus. Aptit och vikt kan påverkas av olika anledningar vid narkolepsi. Föreläsningen ger tips kring kosten både vid ökad aptit och viktuppgång och vid dålig aptit på grund av medicinpåverkan. Tina pratar bland annat om hur man håller sitt blodsocker på en jämn nivå och hur ska man tänka kring "nattätande"?
- **Britta Lundgren**, är professor i etnologi vid Umeå Universitet och har påbörjat ett forskningsprojekt om de narkolepsidrabbade.
- **Dirce Corradini Stridh**, är lärare på Göteborgs Yoga Centrum. Hon ger en kort introduktion och berättar hur yoga kan underlätta vardagen med narkolepsi. Under träningspasset får du konkreta tips på effektiv vila och energihöjande övningar.
- **Pär Johansson**, är grundare av Glada Hudikteatern. Hans föreläsning lämnar ingen oberörd, den handlar om att tänja sina egna gränser, att sträva lite längre utifrån sina egna förutsättningar och är fylld av humor och värme. En bra blandning av allvar, skratt och teoretiska exempel.
- **Bodil Mollstedt**, specialpedagog på Ågrenska Stiftelsen.
- **Helena Tinnert**, är chef på teknikkonsultföretaget ÅF och har varit Svenska Fotbollsförbundets spelarutbildare i Småland och Öland. Hon talar om attityder, mentala bilder, goda vanor och om att bygga självkänsla. Hennes föreläsningar ger inspiration, motivation och konkreta verktyg för hur du kan göra det omöjliga möjligt.
- **Attila Szakacs**, specialist inom barn- och ungdomsmedicin Halmstad Sjukhus. Har bl.a inlett en forskningsgrupp för att ta fram riktlinjer för behandling av narkolepsi.