

Bli med på kurs:

Lær å leve med din sykdom

Er du yngre, under 40 år, og har vanskelig for å forstå og godta at du har fått en kronisk sykdom? Norges Fibromyalgi Forbund (NFF) inviterer til kurs hvor vi prøver å lære deg å leve med din sykdom og få en bedre hverdag.

Kurset er 2-delt.

Del 1 – First Hotell Ambassadeur, Drammen 28.–30.10.
Del 2 – (sted ikke bestemt ennå) 17.–19.02. 2012

Dette kurset prioriterer først og fremst medlemmer under 40 år. En del ledsagere ønsker å være med for å lære om fibromyalgi og på den måten få en bedre forståelse av hva partneren sliter med. Det kan være vanskelig for andre å forstå oss, siden vi er så "opp og ned". Samtidig ser mange av oss godt ut (forbasket frisk). Det kan være godt å komme sammen for å lære andre å kjenne med samme problemer som oss selv, noen som faktisk forstår hva vi snakker om. Vi har satt opp en del emner

vi vil komme inn på. Det vil også bli avsatt tid til litt trim og turgåing, for bevegelse/lett trening er bra for oss samt sosialt samvær.

For at kurset skal bli best mulig, kan vi ikke ta inn mer enn 22 personer utenom kurslederne fra NFF. Kurslederne er sentrale tillitsvalgte fra NFF med bred kunnskap om fibromyalgi, og "å leve med fibromyalgi" samt litt om rettigheter.

Kurset vil ta for seg:

- Informasjon om fibromyalgi
- Hvordan leve best mulig med fibromyalgi
- Hva kan jeg selv gjøre for at min hverdag kan bli bedre
- Rettigheter i folketrygden
- Utvexling av erfaring

Kursavgift pr. person:

Kr 2.000,- som inkluderer to samlinger med fullpensjon og reise på billigste måte.

✂

Påmelding:

- Ja, takk! Jeg ønsker å delta på kurset 28.– 30. oktober 2011 og 17.– 19. februar 2012
- Ønsker å ha med ledsager
- Ønsker å betale hele kursavgiften nå/ønsker betale halvparten nå og halvparten til våren

Medl.nr.: _____

Alder: _____

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./sted: _____

Tlf. privat: _____ Mobil: _____ Tlf. jobb: _____

Navn, ledsager: _____

Spesielle dietter/allergier/annet som hotellet bør vite om: _____

Påmeldingsfrist 22. september 2011.

Påmelding sendes til Norges Fibromyalgi Forbund,

Tollbugata 4, 3044 Drammen. Evt. faks til 32 80 90 95 eller send e-post til adm@fibromyalgi.no

Nærmere informasjon fås på tlf. 32 80 90 90.