



HJERNETUMORFORENINGEN
hjernetumorforeningen.dk

Weekend seminar for hjernetumorrामte og pårørende

'Når livet slår hårdt - udfordring og mestring'

05.- 06. oktober 2024

Program lørdag 5. oktober:

09.30 - 10.30	Ankomst og indkvartering. Der serveres kaffe og morgenbrød ved ankomst
10.30 - 12.00	Når livet slår hårdt - udfordring og mestring: Oplæg, gruppearbejde og erfaringsudveksling om de udfordringer og ændringer, vi står overfor, når vi selv eller en nærtstående rammes af hjernetumor. Hvilke ændringer møder vi? Hvad skyldes de? Hvordan kan vi håndtere det? Efter fælles oplæg deler deltagerne sig i tre grupper: - hjernetumorrामte - pårørende til en hjernetumorrामt - hjernetumorrामte forældre med hjemmeboende børn Grupperne ledes af neuropsykologerne, Anne-Sofie Damm Kristensen og Nanna Rossen Dahl, samt familierapeut Hanne Høgh.
12.00 - 13.00	Frokost
13.00 - 14.00	Middagshvil
14.00 - 16.00	Oplæg og gruppearbejde fortsat
16.00 - 17.00	Vi går en tur i det grønne område ved Trinity, hvor der er plads til at være stille eller fortsætte samtaler fra grupperne.

17.00 - 18.00	Hvilepause
18.00 -	Middag og socialt samvær

Program søndag 6. oktober:

08.00 - 09.00	Morgenbuffet – husk check ud, inden kl. 9.00
09.30 - 10.30	Hjernetræthed – hvordan leve med 'den nye hjerne' Kenneth Kinastowski, som siden 2010 har levet med hjerneskadetræthed vil med sit foredrag inspirere og diskutere, hvordan og med hvilke virkemidler man kan energiforvalte hverdagen bedst.
10.30 – 11.00	Pause
11.00 - 12.00	Hjernetræthed fortsat
12.00 -12.15	Tak for denne gang
12.15	Frokost 'to-go' – en sandwich, vand og frugt