



MUSKELSVINDFONDEN

## Invitation til

# Netværksweekend for Familier med muskelsvind d. 13.-15. september 2024

Tiden er inde til at mødes til endnu en netværksweekend i Familienetværket Familier med muskelsvind

Netværket og weekenden for alle, som er forælder og har muskelsvind samt deres børn og ægtefæller/partnere.

Vi rummer små såvel som store børn og børnene danner hurtigt venskaber indbyrdes, når vi samles. Det er et netværk med plads til sparring om stort og småt, og alle er velkomne.

**Hvornår:** D. 13.-15. september

**Tid:** Kl. 17 d. 13. september til kl. 13.00 d. 15. september 2024

**Hvor:** Musholm Ferie – Sport – Konference, Musholmvej 100, 4200 Korsør

**Praktisk info:** Prisen inkluderer kost, logi, program, muskeltéer. Der vil være sengelinned og håndklæder på værelserne.

**Kontaktperson fra gruppen:** Michelle Andreasen

Programmet vil både have fælles oplæg for mødre og fædre, med fokus på massage og zoneterapi. Gennem weekenden står Muskelsvindfondens frivillige Muskeltérkorps til rådighed med et fedt børneprogram, for at passe børnene, mens forældrene kan deltage i de programpunkter, hvor børnene vil kede sig (programmet lægges, når vi kender børneflokkene).

Har I spørgsmål til weekenden eller til tilmelding kan henvendes til medlemskonsulent Tine Højgaard Jensen, [tinehj@muskelsvindfonden.dk](mailto:tinehj@muskelsvindfonden.dk) eller tlf. 61240239.

I kan tilmelde jer på linket [HER](#)

Tilmeldingsfrist senest d. 2. august 2024, pladser er først til mølle.



MUSKELSVINDFONDEN

## Program

### Netværksweekend for Forældre med muskelsvind d. 13.-15. september 2024

Tidspunkt	Program for forældre	Program for børn med Muskeltererne
<b>Fredag 13-09-2024</b>		
15.00-17.30	Check-in ved receptionen	
17.30-18.20	Aftensmad i Evald K	
18.20-18.30	Afleverer børnene til Muskeltererne i lokale 1	
18.30-20.00	Præsentation af hinanden og snak i lokale 1	Filmhygge med fredagsguf
<b>Lørdag 14-09-2024</b>		
08.00-09.00	Morgenmad i Evald K	
09.00-12.00	Wellness for kvinderne v/massør og zoneterapeut Bjørge Olsen i lokale 1	Naturpatrulje for mænd og børn med Muskeltererne
12.00-13.00	Frokost i Evald K	
13.00-13.50	Pause / fri leg	
13.50-14.00	Afleverer børnene til Muskeltererne i lokale 1, husk passende overtøj	
14.00-16.00	Vejledning i massage og zoneterapi v/massør og zoneterapeut Bjørge Olsen i lokale 1	Hygge med muskeltererne. Der skal bl.a. laves aftensmad over bålet, som børn og Muskelterer spiser sammen.
16.15-17.45	Rejse og kulturvejledning i ind- og udland ved MSF politisk afd. i lokale 1	Derudover laver de fælles dessert, som vi kan nyde sammen ved bålet / i børnehuset.
18.00-19.00	Aftensmad i Evald K	
19.00-20.00	Fælles hygge med dessert ved bålet / i børnehuset	
20.00-20.45	Quiz for hele familien i lokale 1	

<b>Søndag 15-09-2024</b>		
<b>08.00-09.00</b>	Morgenmad i Evald K	
<b>09.00-12.00</b>	Aktive i hal B sammen med en instruktør og Muskeltererne. Prøve airtrack, klatrevæg, svævebane m.m.  Husk check-ud i receptionen inden kl. 11.00	
<b>12.00-13.00</b>	Frokost i Evald K og tak for denne gang	

\*Ret til ændringer af programmet forbeholdes\*

Lidt praktisk info her til sidst:

- Der er bestil børnevenlig forplejning hele weekenden
- Lørdag vil der være "voksen" aftensmad til de voksne
- Husk passende overtøj til alle

Vi glæder os til at se jer..



**MUSKELSVINDFONDEN**