

Invitation til SMA-Temadag på Musholm

Lørdag d. 30. august 2025

Alle voksne med SMA inviteres til en temadag med fokus på smertehåndtering, energiforvaltning & træthed.

Vi får besøg af Inge Bjerregård fra RCFM, som vil fortælle om hvordan man kan forvalte sin energi bedst muligt, under hensyntagen til smerter og træthed. Inge vil også gennemgå nogle fysiske øvelser med os, så vi kan være aktive sammen.

Muskelsvindfonden vil forud for temadagen udsende spørgsmål til de tilmeldte om deres eget fysiske funktionsniveau, så Inge kan tage afsæt i svarene, når hun skal forberede træningsøvelserne til os. Det bliver derfor tilpasset og vil foregå på et niveau, hvor alle kan være med, og hvor alle vil få noget med hjem, som de selv kan arbejde videre med.



Sidste på dagen vil vi slutte af med et fælles oplæg for både de voksne med SMA og forældregruppen til børn med SMA. Oplægget handler om ”nyt siden sidst på forskningsfronten og i det internationale samarbejde”, og det forestås af Lisbeth Koed Doktor og Thomas Koed Doktor. Begge er aktive i det internationale arbejde med SMA Europe, har erfaring fra Medicinrådet, og Thomas er desuden formand for SMA Europes behandlingskomite.

Vi sørger for, at de, der evt. er forhindrede i at deltage i temadagen, i stedet kan logge sig på online og følge dette oplæg om forskning digitalt. Nærmere info følger i august.

Vi slutter af med en hyggelig middag i restauranten, med dessert og kaffe før hjemturen. Programmet slutter officielt kl. 20.00.

Vi håber at se mange af jer. Vel mødt!

Mange hilsener fra Lene, Louise og Lisbeth

NB:

Vi har aftalt med Muskelsvindfonden, at der vil blive mulighed for at tilkøbe en overnatning i forbindelse med temadagen. Der bliver derfor tre muligheder for tilmelding og tre priser, afhængig af hvordan man vælger at tilmelde sig:

- 1: Kun selve temadagen lørdag jf. vedlagte program
- 2: Ankomst fredag eftermiddag og overnatning til lørdag. Deltagelse i temadagen jf. vedlagte program. Denne pakke indeholder middag i restauranten fredag aften og morgenmad lørdag morgen fra kl. 7.30. Lene Lebech fra medlemsafdelingen er på Musholm fra fredag-lørdag og modtager jer, men der er ingen planlagt program.
- 3: Ankomst lørdag formiddag, deltagelse i temadagen jf. program og overnatning til søndag. Denne pakke indeholder morgenmad søndag. Der er ingen program efter kl. 20.00 lørdag aften, og heller ingen vært.