



VELKOMMEN TIL

SMA- WEEKEND

TEMA OM REJSER

24. – 26. APRIL

2026

Egmont Højskolen

PROGRAM

Fredag d. 24. april

Kl 15.00 – 17.30: Indtjekning, Kaffe og kage

Kl 17.30: Middag

Kl 19.00 – 21.30: Introduktion til weekenden og oplæg fra Anna Le Dous om at rejse og derefter hygge

Lørdag d. 25. april

Kl 10.00 – 10.45: Præsentation: *Fortæl hvor du drømmer om, at næste eventyr går hen. Det kan være en rejse eller et sted, du holder af tæt på dit hjem.*

Kl 10.45 – 12.00: Oplæg fra Muskelsvindfondens politiske afdeling om regler og lovgivning, når

Vi glæder os til at se jer!

Her kommer programmet, som vi har forsøgt at tilpasse bedst muligt med pauser. Vi er dog lidt bundet af, at aftensmaden ligger helt fast og ikke kan rykkes, men vi håber, det går alligevel.

Forbered gerne en præsentation om dig selv, og hvor du drømmer om at rejse hen

Kontakt til Lene Thomsen
vedrørende quiz:

lenetrouble@gmail.com

man rejser med behov for hjælp som f.eks. hjemmehjælp, hjælpemidler eller BPA.

Kl 12.00: Frokost efterfulgt af pause.

Kl 13.45 – 16.30: Sif Holst, der tidligere har repræsenteret Danske Handicaporganisationer ved udvalg omkring turisme, natur og tilgængelighed, vil guide os gennem eftermiddagen. Her kommer der inspiration til at komme ud i naturen og til de nære oplevelser og dagsudflugter. Undervejs skal I på banen, så vi kan dele gode råd og erfaringer medlemmerne imellem. Der vil blive serveret kaffe og kage i løbet af eftermiddagen.

Kl 17.30: Middag efterfulgt af pause

Kl 19.30: Kort indlæg fra Lisbeth Doktor omkring at rejse med medicin (Risdiplam).

Herefter rejsequiz og hygge.

Vi skal lære hinanden bedre at kende. Send en beskrivelse af den vildeste, sjoveste eller mest rørende oplevelse, du har haft på en tur i ind- eller udland til Lene på lenetrouble@gmail.com - og send gerne et billede med.

Så skal vi gætte, hvem der ved et tilfælde mødte 3 bævere, 500 flamingoer og 1 million myg på samme dag; hvem der er blevet stoppet af politiet i mere end ét land; og hvem der er blevet kysset af Michael Jackson. Måske bliver du overrasket... Du må gerne sende mere end én oplevelse + billede.

Søndag d. 26. april

Kl 10.00 – 11.30: Oplæg fra Thomas Doktor og Lisbeth Doktor om SMA-konferencen i Budapest 2026 og forskning samt nyt fra SMA Europe.

Kl 11.30 – 12.00: Evaluering

Kl 12.00: Frokost og farvel for denne gang