



Opplærings- og likepersonhelg 6.–8. september 2019 Region Sør-Øst



Clarion Collection Hotel Astoria Torggata 23, Hamar

Vi ønsker alle medlemmer velkommen til vår årlige opplærings- og likepersonhelg – denne gang på Clarion Collection Hotel Astoria, Hamar!
(<https://www.nordicchoicehotels.no/hotell/norge/hamar/clarion-collection-hotel-astoria>)

Det blir som tidligere en kombinasjon av fagprogram og aktiviteter for store og små, samt mye sosialt samvær. ☺

Overnatting på hotellets enkelt-, dobbelt- eller familierom.

Vi håper å se både gamle kjente og nye fjes, og legger opp til at både store og små skal ha det hyggelig. I tillegg til representanter fra styret, vil noen av regionens likepersoner være tilgjengelige hele helgen.

Foreløpig program: (kan bli endringer. Endelig program sendes deltakerne).

Fredag 6.9:

Oppmøte på Clarion Collection Hotel Astoria, Hamar, fredag ettermiddag/kveld.
18:00-21:00 Kveldsmat serveres i dette tidsrommet på buffet. Består av varmrett, salat m.m. og dessert.
Gi beskjed hvis du/dere ikke ønsker kveldsmat.



Norsk forening for cystisk fibrose

Lørdag 7.9:

Frokost og evt. behandling/egentrening

Gi beskjed ved påmelding dersom det er behov for barnepass under det faglige programmet.

10:00 Hvilke rettigheter finnes og er gjeldende for personer med CF og deres familie? Birthe Christensen, sosialfaglig rådgiver, Norsk senter for cystisk fibrose, informerer om dette.

12:30 Lunsj på hotellet

14:00 Klatreparken Domkirkeodden. I historiske omgivelser langs Mjøsas bredd, kan unge og gamle utfordre seg i forskjellige løyper med forskjellige vanskelighetsgrader.

<https://www.klatreparkendomkirkeodden.no/>

19:30 3-retters middag på hotellet. Gi beskjed hvis det ønskes barnerett.

Det arrangeres egen middag for ungdom hvis interesse. (f.eks. bowling og pizza e.l.) Gi beskjed ved påmelding om en ønsker å delta.

21:00 Quiz og uformelt sosialt samvær på hotellet.

Søndag 8.9:

Frokost og evt. behandling/egentrening

10:30 Tur i nærområdet

13:00 Lunsj på hotellet og vel hjem! Gi beskjed ved påmelding dersom du/dere reiser tidlig hjem og ikke ønsker lunsj.

Priser for hele helgen:

Barn 0-2 år:	gratis
Barn og ungdom 3-16 år:	kr 350,-
Ungdom og voksne f.o.m. 17 år:	kr 500,-

Bindende påmelding innen 5. august på e-post til:
[**cfsorost@gmail.com**](mailto:cfsorost@gmail.com)

Ved påmelding ønsker vi informasjon om:

- Navn og alder på alle deltakerne, og hvem som evt. har CF/Tx-CF/PCD
- Behov for barneseng
- Behov for barnepass under det faglige programmet
- Det ønskes barnerett middag lørdag
- Deltakelse ungdomsmiddag lørdag
- Det *ikke* ønskes kveldsmat fredag og/eller lunsj søndag
- Evt. allergier (mat)



Norsk forening for cystisk fibrose

Betaling for oppholdet gjøres til konto 2280 31 16001, NFCF Sør-Øst v/Renathe Jenssen, Njårds vei 6D, 1412 Sofiemyr, før arrangementstart.

Smittevern og hygiene

Foreningen ber alle om å følge anbefalingene fra NFCF-fagråd vedr. smittevern og hygiene ved foreningens samlinger – alle deltakere med CF/Tx-CF/PCD må på forhånd ta ekspektoratprøve slik at dyrknings svar foreligger og evt. behandling iverksettes før regionsamlingen. Prøven skal ikke være eldre enn 6 uker ved arrangementsstart.

Den enkelte deltaker må selv avklare med egen lege at det er i orden å delta på samlingen. Prøvesvar sendes til overlege Bjørn Skrede: UXBJKR@ous-hf.no eller BS, Lungemedisinsk avdeling, OUS Ullevål, Postboks 4956 Nydalen, 0424 Oslo, senest 1 uke før arrangementet starter, evt. egen lege konfererer med Bjørn Skrede. Se for øvrig hygieneretningslinjene vedlagt.

Velkommen til opplærings- og likepersonhelg! ☺

Hilsen styret i Sør-Øst - Grethe, Henriette, Renathe, Monica og Charlotte