



SHORTCRAMP

18–20 NOVEMBER

PROGRAM



FREDAG 18 NOVEMBER

- 17.00 – 17.30 Registrering och inkvartering i rummen.
- 17.30 – 19.00 **Kort introduktion av Shortcramp**
Presentation av familjer som deltar samt våra ledare som är med för att stötta och leda aktiviteterna.
- 19.00 **Gemensam middag** i restaurangen.

LÖRDAG 19 NOVEMBER

- 08.00 Frukost serveras i matsalen.
- 09.00 – 09.30 Anna Eksell hälsar alla välkomna och går igenom helgens program. Uppdelning av föräldrar och ungdomar i olika grupper.
- 09.30 – 10.30 **Föreläsning: Att växa upp och leva med epilepsi**
Anna Eksell, ungdomskonsulent på Svenska Epilepsiförbundet. Hon berättar om sitt liv med epilepsi som hon har haft sedan hon var liten. Att få lyssna på och se någon som själv har epilepsi är otroligt viktigt. Med humor och djup berättar Anna om sitt liv och hur det vi har fått lära oss i helgen faktiskt fungerar samt vilken nytta det gör.
- 10.30 Fika
- 11.00 – 12.00 **Kommunikationsövningar mellan föräldrar och ungdomar**
- 12.00 **Gemensam lunch** serveras i matsalen.
- 13.00 – 16.00 **Epilepsikalas med minimässa, föreläsningar och mingel**
Epilepsiförbundet bjuder på föreläsningar om epilepsi, happening, tävlingar, kaffe & epilepsitårta med mera. Du kan gå runt och mingla, se hur första hjälpen går till vid ett anfall, besöka minimässan och tävla i frågesport. Intressanta böcker lottas ut som kan hjälpa till i vardagen för personer som lever med epilepsi.
- 13.30 Presentation av dagen och Svenska Epilepsiförbundet**
Svenska Epilepsiförbundet introducerar Epilepsikalas samt presenterar dagens program och föreläsare.
- 14.00 Att vara förälder till ett barn med epilepsi**
Satu Nivala, förälder till dotter med epilepsi, berättar personligt om familjens erfarenhet från kontakter med vården och skolan.
- 15.00 Fika med epilepsitårter**
Vi bjuder på förbundets egen epilepsitårta samt kaffe/te/läsk.
- 15.15 Våga ta steget!**
Jan Boklöv, f.d. världsmästare i backhoppning som aldrig lät sin epilepsi hindra karriären. Nu inspirerar han andra att våga ta steget ut i livet och våga göra det de vill.
- Digitalt: Ditt barns rättigheter och skolans skyldigheter**
Laszlo Hegedüs, författare till boken "Skoljuridik ur ett föräldraperspektiv". Digital föreläsning om hur man praktiskt kan gå tillväga för att tillvarata barn med särskilda behovs rättigheter i skolan. Föreläsningen visas i separat rum.
- 19.00 **Gemensam middag** med trevlig underhållning och möjlighet till erfarenhetsutbyte och samtal.



SHORTCRAMP

18–20 NOVEMBER

PROGRAM

SÖNDAG 20 NOVEMBER

08.30	Frukost serveras i matsalen.
09.30	Vi startar söndagens program med samling och återkoppling av gårdagen.
09.45 – 12.00	Gemensamma aktiviteter och övningar
12.00	Lunch och utvärdering

Helgen avslutas med gemensam lunch och utvärdering av helgens Shortcramp.

Anmälan och frågor

Anmälan sker senast den 14 oktober på epilepsi.se/anmalan, frågor ställs till Anna Eksell via e-post anna.eksell@epilepsi.se.

Adress

Shortcramp hålls på Clarion Hotel Gillet, Dragarbrunnsgatan 23 i Uppsala.

Kostnad och inbetalning

Deltagaravgiften för helgen där allt ingår är 900 kr per vuxen och avgiften sätts in på förbundets bg: 181-5554 senast den 14 oktober. Ange "Shortcramp" samt ditt namn. Helgen är kostnadsfri för barn och ungdomar upp till 18 år. Resan står deltagarna själva för.

Att ta med sig

Den här helgen bygger på att göra saker tillsammans. Därför vill vi gärna att ni i er familj skriver upp ett antal händelser eller ämnen relaterade till epilepsi som kan vara svåra att prata om i familjen. Målet är att ni efter helgen har fler verktyg för att kunna kommunicera med varandra.

Övrig information

Vi vill att alla familjer som anmäler sig meddelar följande:

- Vilka vuxna kommer att vara med på föreläsningarna?
- Vilken typ av epilepsi har den/de som kommer?
- Hur många barn/ungdomar finns det i varje familj och vilken ålder har de?
- Vilka är syskon?

Varmt välkommen med din anmälan!

