

## Kurs/utbildning om psoriasis



I samarbete med Psoriasisförbundet i Västerbotten anordnar vi en kurs, utbildning om psoriasis.

Förra gången kursen anordnades deltog drygt 40 personer och många uppskattade den trevliga stämningen och det informella upplägget. Kursen anordnas i samverkan med folkhögskolan och ABF.

Kursen, inklusive logi och mat är gratis för medlemmar.

**Datum:** Lördag 2/2 till Söndag 3/2 2013  
10.00–17.00, middag 19.00 08.30-13.00

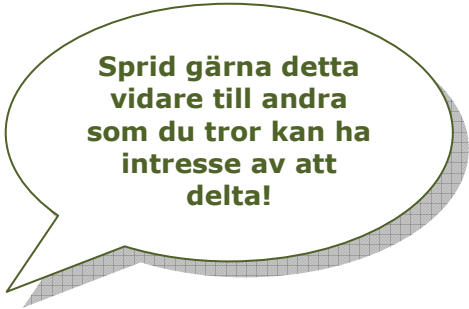
**Plats:** Medlefors Folkhögskola, Skellefteå

### Målgrupp

Kursen/utbildningen vänder sig till alla som vill veta mer om psoriasis och psoriasisartrit (psoriasis i lederna).

### Medlefors Folkhögskola

Medlefors Folkhögskola ligger på ca 15-20 minuters promenadavstånd från Skellefteå centrum. Skolan, som även fungerar som konferensanläggning har goda möjligheter till olika aktiviteter, t.ex. bassäng, relax och bastuavdelning (ta med badkläder om du vill bada). Rummen håller god hotellstandard och man kan få enkel, dubbel eller trippelrum. Badrock finns på varje rum. Maten är av hög kvalitet. Motorvärmare ingår. Hiss finns.



**Sprid gärna detta vidare till andra som du tror kan ha intresse av att delta!**

Läs mer om folkhögskolan på Internet: [www.medlefors.se](http://www.medlefors.se)

### Betalning, kostnader

Kursen/utbildningen är kostnadsfri för medlemmar och anhöriga givet att dessa är fullbetalande medlemmar (familjemedlem räknas inte). Personer som inte är medlemmar betalar fullt pris – prata med våra kontaktpersoner för att få veta det fulla priset för de som inte är medlemmar.

Fika, lunch och middag, logi (hotellrum) och resor till och från utbildningen ingår för medlemmar. I middagen ingår lättöl eller vatten, vill man ha annan

Psoriasisförbundet är en intresseorganisation för människor med psoriasis. Vårt övergripande mål är att alla med psoriasis och psoriasisartrit ska kunna leva ett bra liv.

dryck får man betala den själv. Reseersättningen betalas ut i efterskott via Folkhögskolan.

## Bli medlem

Det kostar 225 kronor per år att vara fullbetalande medlem i Psoriasisförbundet. Medlemskap i organisationen Ung med psoriasis (7-30 år) kostar 150 kronor per år och då blir man automatiskt medlem även i Psoriasisförbundet.

Anmäl ditt intresse för medlemskap till våra kontaktpersoner eller gå in på förbundets webbplats på Internet: [www.psoriasisforbundet.se/medlem](http://www.psoriasisforbundet.se/medlem).

## Resa

Psoriasisförbundet samordnar inte resorna, det vill säga man får själv ordna med transport till folkhögskolan, till exempel med buss eller bil. Om du är intresserad av samåkning, antingen åka med någon eller låta någon annan åka med dig kan du meddela det till våra kontaktpersoner så kanske det går att ordna.



## Anmälan

Sista anmälningsdatum är den 13/1 2013 och sker till våra kontaktpersoner.

## Kontaktpersoner

Gunnel Lidström, Älvsbyn  
0929-101 25, 070-353 82 14  
[gunnelli@telia.com](mailto:gunnelli@telia.com)

Inger Östman, Umeå  
070-661 82 58  
[inger.ostman@hissjo.net](mailto:inger.ostman@hissjo.net)

Eller ordförande i Västerbotten: Åke Burstedt, Umeå, 070-533 81 49

## Preliminärt program

OBS! Programmet är ännu inte helt spikat och kan komma att justeras/kompletteras.

### *Lördag 2/2*

**09.30 Drop-in-fika**

**10.00 Välkommen**

Åke Burstedt, ordförande Västerbotten och Tina Norgren, ordförande Norrbotten

#### **Praktisk information**

Inger Östman, Västerbotten

**10.30 Föreläsning om psoriasis, inkl. frågor och svar**

Hudläkare/dermatolog

**11.30 Egen tid**, t.ex. för incheckning, promenad etc.

**12.15 Lunch**

- 13.15**      **Föreläsning om mediciner, inkl. frågor och svar**  
Apotekspersonal/farmaceut
- 14.15**      **Psoriasisförbundet 50 år!**  
Representant från förbundsstyrelsen
- 14.30**      **Fika**
- 15.00**      **Föreläsning om friskvård, egenvård, livsstilsfaktorer och psoriasis, inkl. frågor och svar**  
Sjukgymnast eller liknande
- 16.00**      **Avslutning för dagen**  
Eventuella friskvårdsaktiviteter samt möjlighet till bastu, bassäng och relaxavdelning.
- 19.00**      **Gemensam middag i matsalen**

### *Söndag 3/2*

- 08.30**      **Reflektioner från gårdagen**
- 08.45**      **Information från Medlefors folkhögskola**
- 09.00**      **Föreläsning om att leva med psoriasis, inkl. frågor och svar**  
Psykolog eller liknande med erfarenhet av att leva med psoriasis
- 10.00**      **Gruppdiskussion – erfarenhetsutbyte samt fika**
- 11.00**      **Film om hur det kan vara att leva med psoriasis i Sverige och andra länder**  
Fortsatta diskussioner, erfarenhetsutbyte
- 12.00**      **Lunch samt avslutning**
- 13.00**      **Hemresa**

### **Webbplats**

Eventuella justeringar, kompletterande information kommer att läggas ut på vår webbplats, löpande. [www.psoriasisforbundet.se/norbotten](http://www.psoriasisforbundet.se/norbotten)

### **Varma hälsningar från styrelsen, genom:**



Tina Norgren, ordförande länsavdelningen



## Anmälan till kursen ”Systemsjukdomen psoriasis”

**Plats: Medlefors Folkhögskola i Skellefteå**

**Tid: 2-3 februari 2013**

Namn: .....

Adress: .....

Postadress: .....

Postnr: ..... Tel: .....

### Övernattning:

Lördag – söndag                      Ja                       Nej

Enkelrum                       Dubbelrum                       Rummet delas med .....

### Allergier/särskilda behov:

.....  
 .....

### Skicka ifylld anmälan till :

Psoriasisförbundet Västerbotten, c/o Inger Östman Hissjö 507, 905 91 Umeå. Du kan också ringa Inger Östman 070-661 82 58 eller

Psoriasisförbundet Norrbotten Gunnel Lidström 070-353 82 14

**Senast 13 januari 2013**

*Kom ihåg att ange alla uppgifter enligt ovan när du anmäler dig.*