



En förening för alla som lever
med eller har en närstående
med
PAH eller CTEPH



INBJUDAN

till dig som är född 1973 eller senare

Välkommen till Fårö
och vår träff för yngre vuxna

11-14 maj 2023

Detta arrangemang har genomförts fyra gånger tidigare på Fårö Kursgård. Vi kan konstatera att dessa träffar har blivit lyckade tack vare en blandning av kunskapsförmedling och kontakten med andra personer som är i samma situation som "jag själv". Då vi vet, att du inte är den enda i din familj som är berörd av sjukdomen, så får du även ta med dig en närstående. Vistelsen på Gotland vad avser logi, mat, gemensamma transporter och aktiviteter är kostnadsfria både för dig och din närstående. Ni svarar själv för resan till och från Gotland.

Viktigt

Tyvärr måste vi med hänsyn till transporterna på Gotland konstatera att din rörelseförmåga och eventuell utrustning inte får vara allt för begränsande för dig.

OBS!

Aktuell helg är en stor resehelg till och från Gotland. Därför hoppas vi att du anmäler ditt intresse så tidigt som möjligt. Detta görs antingen på vår hemsida eller till träffansvarig nedan.

Upplysningar

Har du frågor kring det praktiska som resor eller annat, hör av dig till Peter Bäärnhjelm
070-237 23 00
peter@pah-sverige.se

Vill du prata med en jämnårig deltagare? Ring Sussie
076-324 43 58
sussie@pah-sverige.se

På nästa sida får du mer information kring program och planering av resan till och från Gotland

Bra att tänka på i planering inför Fåröträffen 2023-05-11--14

- Allmänt** - Bibringa inspiration, kunskap och förmåga, för att i framtiden skapa livskvalité
- Syftet** - Bilda grunden till ett fungerande nätverk med yngre vuxna patienter.
- Mål** - Patienter födda mellan 1973 och 2005 tillsammans med en närstående
- Deltagare** - Den närståendes deltagande är viktigt, då även de indirekt är drabbade av sjukdomen.
- Deltagare från förra året, dock utan anhörig.
- Patienter något äldre än 50 år och yngre än 18 kan efter styrelsebeslut få delta.

Vad förväntas av dig?

Hälften av deltagarna är patienter, som har en bra kunskap om hur man själv mår både fysiskt och psykiskt. Alla är även i detta avseende olika. Det är därför bra, om du är öppen och beredd att ge av dina egna och lyssna till andras erfarenheter. Detta kan ske i grupp eller enskilda samtal med övriga deltagare. Öppenheten är dock inget absolut krav. Av de närstående hoppas vi på en öppenhet, om hur det är att vara anhörig. Alla möjligheter kommer att finnas, till att ge dig en upplevelse i alla avseenden.

Principer i upplägget av träffen

- Inga lektioner! Kunskapsbiten förmedlas genom samtal. Samtalet är den pedagogiska basen.
- Programmet är en blandning mellan kunskapsförmedling, diskussioner, enskilda möten och sociala programpunkter t.ex. utflykter.

Du skall bara ombesörja din resa till och från Gotland. Vi möter dig i hamnen eller på flygplatsen. Därefter har du inga kostnader för transporter, mat, logi och utflykter.

Programmet i enkelhet (slutligt program kommer senare)

- Torsdag** Tillresa, middag (19.00) - samkväm med bl.a presentation av oss själva
- Fredag** Frukost - Kort förenklad genomgång av sjukdomen nu och i framtiden (PAH/CTEPH) - Frågor och samtal kring sjukdomen - Lunch - Samtal kring fysiska aktiviteter och rehabilitering - En liten utflykt - Middag -Umgänge
- Lördag** Frukost - Samtal kring arbete, psykisk hälsa och kost - Lunch - Utflykt på Fårö (om vädret tillåter - middag på annan plats) - samkväm
- Söndag** Frukost - Utvärdering av mötet - Lunch - Besök i Visby - Hemresa

Resandet

- Till Visby - De som tar färja från **Nynäshamn** rekommenderas att åka 11.25. Framkomst Visby 15.00. (Båtbuss Cityterminalen 09.40)
- Tyvärr finns det i nuläget ingen lämplig tur från Oskarshamn. Däremot en lämplig restur på söndagen. (se nedan)
- De som väljer **flyg** hoppas vi hittar ett alternativ där ankomsten inte är senare än 16.00. Det finns sådana alternativ från Sturup/Landvetter/Kallax/Umeå
- Från Visby - Återresa **Nynäshamn** rekommenderas 16.00 (Nynäshamn 19.15)
- Återresa **Oskarshamn** rekommenderas 16.20 (Oskarshamn 19.15)
- Flygalternativ finns från flera flygplatser.

- När vi vet allas ankomsttider, så gör vi en plan för transporten/transporterna till Fårö

OBS! När/om du bokar båtbiljett väljer du "flexibiljett". Händer något får du tillbaka dina pengar utom avgiften för flexin. Biljetten är också ombokningsbar. Du kan alltså boka redan nu. (Boka båten på www.destinationgotland.se)