

Min kropp, mine grenser – et kurs om grensesetting knyttet til bevegelseshemming og assistansebehov.

Scandic Oslo Airport 4-6 mai 2018

Mange muskelsyke trenger mer hjelp enn andre, og det medfører en rekke vanskelige problemstillinger, både for den muskelsyke og for de som skal hjelpe.

- Når man er i en situasjon hvor man trenger hjelp, hvor går grensa, eller hvordan setter man grensa, i forhold til egen kropp?
- Hvordan skal man sikre seg at man er individ som mottar hjelp, og ikke bare en passasjer i en kropp som hjelpen rundt styrer grensene for?



Det er mange i foreningen som har hatt rikelig med tid til å tenke over og føle på problemstillinger rundt dette. Mange har funnet sine grenser, men mange kan ha nytte av å dele erfaringer.

I samarbeid med Frambu senter for sjeldne diagnoser arrangerer vi et kurs der du både kan få innspill og dele egne erfaringer.

Planen er bruke erfaringene fra dette kurset til å kunne lage et hefte om temaet, slik at vi kan dele med flere. I heftet vil selvsagt alt gjøres anonymisert, og det er lov til å si at noe ikke kan brukes. Heftet vil bli lansert på et eget kurs for yngre brukere i desember. Dette første kurset derimot er beregnet på brukere fra 26 år og oppover.

«Kropp, selvbilde og grenser»

Psykolog Torun Vatne fra Frambu senter for sjeldne diagnoser holder foredrag som følges opp med diskusjonsgrupper. Det blir åpnet for at deltakerne kan påvirke foredraget i forkant, ved å sende inn problemstillinger og erfaringer de synes er relevante.

«Intimitet, nærhet, seksualitet og assistansebehov»

Ergoterapeut Solvor Sandvik Skar og psykolog Torun Vatne fra Frambu senter for sjeldne diagnoser innleder, viser videoinnslag og styrer cafediskusjoner med brukerne.

«Jeg sa nei. Selvforsvar uten muskelstyrke.»

Samfunnsviter Tollef Ladehaug fra FFM har skrevet hefte om selvforsvar uten muskelstyrke. Han holder foredrag om temaet og demonstrerer noen teknikker. Det blir delt ut eksemplarer av heftet deltakerne kan ta med seg hjem.

«Assistanse og grenser»

Ola Schrøder Røyset er muskelsyk og arbeider for BPA-leverandøren Prima Assistanse. Han holder et foredrag der han presenterer det formelle og praktiske rundt brukerstyrt personlig assistanse sett fra assistentens og leverandørens side.

«Et liv i grenseland»

Sammen med Arne Schrøder Kvalvik, skapte Ola Schrøder Røyset furore med boka «min fetter Ola og meg». Spesielt det at han var så åpen om seksualitet og assistanse fanget medienes

Kurset vil finne sted på Scandic Hotell Oslo Airport fredag 4 fra kl 17.00, og avsluttes med lunsj søndag 6. mai kl 13.00. Kurset er gratis, og det er kost og losji også. Reiseutgifter dekkes med inntil 1500 per deltaker og 1500 per assistent.

Bindende påmelding på denne linken her:

https://docs.google.com/forms/d/17LN5nPKdVBGZK8nImNwPjJ0AsqrleGyX_K9o0hIMyUM/edit

For ytterligere informasjon, kontakt prosjektleder:

Tollef Ladehaug

tollef.ladehaug@ffm.no

41170902