



# Kursus for senhjærneskadede børn og unge med familier

## Food For Brains

Også hjerner har det bedst, når de får noget at leve af og noget at leve for

# **Familiekursus for Senhjerneskedede børn og unge med familier på Lejren "Solborgen" i Hønsinge Lyng, 4650 Vig, Sjællands Odde.**

## **Målgruppen:**

Familier, som har et senhjerneskedet barn eller ung

## **Tidspunkt:**

Familiweekend afholdes fra fredag den 28. maj til søndag den 30.maj 2010 på "Solborgen" ved Hønsinge Lyng.

## **Indhold:**

Vi har lagt vægt på at arrangementet skal bære præg af rummelighed og fagligt indhold.

For at forbedre det skadede barn og dets familie er det vigtigt at kunne fokusere på at finde vores glade og positive sider af tilværelsen. Weekenden vil have fokus på børnenes/ de unges næring og læring. Vi vil ud fra den nyudgivne kogebog "food for brains" skrevet og udarbejdet af Nikolai Kirk og Mikkel Maarbjerg afprøve deres opskrifter, samt få viden om, hvordan kosten kan påvirke og viderudvikle vores senhjerneskedede børn og unge.

På kurset vil I få lejlighed til

- at møde andre, som er i næsten samme situation som jer selv
- at få tankerne vendt mod de styrker, som gemmer sig
- at udtrykke glæde og lege til styrkelse af både den skadede og resten af familien
- få inspiration til nytænkning i madlavningen og som hjælp hertil et eksemplar af "food for brains" kogebogen pr. familie

## **Mål:**

Det er vores mål at arbejdet på weekenden skal munde ud i positive oplevelser til gavn og glæde i de enkelte familiers hverdag.

**FFSB** er en landsdækkende forening for *BØRN OG UNGE*, som har fået en *hjerneskade efter fødslen*. D.v.s. under opvæksten og deres familier. [www.ffsb.dk](http://www.ffsb.dk)

Klaus Liltorp, Formand, Tlf: 36 75 79 50 / 60 68 61 06, E- mail: [liltorp@fdf.dk](mailto:liltorp@fdf.dk)

## **Program:**

### **Fredag d. 28/5:**

17:00 - 18:00 Ankomst og indkvartering på Lejren.

18:30 Vi samles i fællessalen  
Velkomst og præsentation

19:00 Middag

20:00 – 22:00 Vidensudveksling v/ FFBSB  
Emne : Næring og Læring til et senhjerneskadet barn eller ung.

### **Lørdag d. 29/5:**

– 9:30 Morgenmad – I spisesalen

10:00 – 17:00 Familieaktivitet – ” Hvordan kan vi påvirke vores barne/de unge unge mennesker til ”fornuftige” spisevaner og udfordrende og sjove lege.

12:00 – 13:00 Vi afprøver en masse af ”food for brains” opskrifter og udfordrer os selv med lege, der stiller krav til forskellige dele af hjernen.

17:00 - 18.30 Tid til eftertanke og refleksion af dagens program. Vi arbejder videre med formiddagens aktiviteter enten alene, sammen i familien eller i mindre grupper. Vi forbereder aftenens middag.

19:00 Middag.

Efter middagen er der tid til hygge og samvær

### **Søndag d. 30/5:**

- 9:30 Morgenmad - i spisesalen

9:30 – 10:00 Pakke og oprydning.

10:00 – 12:00 Lege / aktivitet for de legesyge børn og voksne

12:00 Afrunding og evaluering

12:30 – 13:30 Frokost i spisesalen

ca. 13.30 Afgang

**Praktiske oplysninger:**

Hele weekenden foregår på

"Solborgen",

Strandgaardsledet 2,

Hønsinge Lyng,

4560 Vig,

hvor vi har lejet hele lejren. Er I nysgerrige efter at se nærmere på lejren, kan I gå på nettet under adressen **www.solborgen.dk**.

**Tilmelding: Senest onsdag den 23. april. 2010.**

til Heidi Johansen på telefon 61 75 31 47 eller på mail

skilitorp@hotmail.com

Tilmeldingen er gældende og bindende når den er betalt.

**Betaling:**

kr. 3.000,00 pr. familie som indbetales til Foreningens konto i

Danske Bank, Hvidovre Afdeling.

Reg. 3350 konto: 3350 171665

**Prisen dækker:**

Leje af Solborgen for 2 overnatninger (fredag – søndag) , forplejning og kursusmateriale.

**Dog skal der selv betales for transporten til og fra kurset.**

**Forplejning:**

Vi sørger for forplejningen fra ankomst fredag til og med afgang søndag middag.

Der er mulighed for at købe øl og vand til rimelige priser.

**Pakkeliste:**

Husk badetøj, sengelinned, viskestykker og håndklæder, praktisk tøj og hvad man ellers synes at have brug for på en weekend.

Det er vigtigt at I pakker til al slags vejr. Vi regner med at være en del udenfor

Vi håber at alle både børn og voksne kommer til at hygge sig i de dejlige omgivelser ved Hønsinge Lyng.

**NB..... Vi gør jer opmærksom på at I kan søge jeres hjemkommune om dækning af udgifterne til familieweekenden, da det er en merudgift som følge af barnets handicap.**