



VÄLKOMMEN TILL AMBASSADÖRS/INFORMATÖRSHELG PÅ MEDLEFORS 2019.

LÖRDAG 19 JANUARI:

09.00 – 09.45	Incheckning
09.45 – 10.30	Presentation av program och varandra. Mål och syfte med dagarna. Praktisk information. Kristina Landström, Medlefors och Brittis Malm, Hjärnkoll
10.30 – 11.00	”SWEDISH FIKA” i matsalen
11.00 – 12.30	Föreläsning med Kristina Landström, Medlefors
12.30 – 13.30	LUNCH i matsalen
13.30 – 14.30	forts. med Kristina Landström, Medlefors
14.30 – 14.50	”SWEDISH FIKA” i matsalen
15.00 – 16.00	Afrikansk dans med Linda Ohlsson, Medlefors (alla kan vara med. Ta med mjuka byxor och t-shirt)
16.30 – 17.30	Egen berättelse med Lina Markusson från Lycksele.
17.30 – 19.00	Tid för egen reflektion och vila.
19.00 -	MIDDAG i matsalen med samkväm
21.00 -	POOLHÄNG för den som vill och orkar

SÖNDAG 20 JANUARI:

- 07.00 – 08.30 UTCHECKNING och FRUKOST i matsalen
- 08.30 - 09.30 Reflektion över gårdagen
Genomgång av den Etiska plattformen
Brittis Malm, Torbjörn Olofsson, Lage Granqvist
- 09.30 – 09.45 ”SWEDISH FIKA” i matsalen
- 09.45 – 11.45 Sambandet mellan kropp - tankar - känslor.
Föreläsning och samtal
Anki Ståhl, fysioterapeut/psykoterapeut
- 11.45 – 12.15 Förväntningar på 2019!
Vad vill vi uppnå?
Hur går vi vidare?
Skriftlig utvärdering.
- 12.15 – 13.15 LUNCH i matsalen.

