

YNGRE ÅRSMØDE 24.-26. APRIL 2026

PROGRAM

FREDAG

Vi har åbnet mulighed for ankomst fredag, hvis ønskes.

Der vil **ikke** være nogle planlagte aktiviteter, men der vil være et loungeområde, hvor man kan hænge ud med de andre 'early birds' og få en sandwich.

Der er fri adgang til svømmehallen hele opholdet.

LØRDAG

Kl. 8-10 Morgenmad for overnattende

Kl. 10.15-12.30 Fælles velkomst, gennemgang af programmet, praktiske informationer, sjippetaser samt netværksaktivitet

Kl. 12.30-13.30 Frokost

Kl. 13.30-14 Omklædning og gå over til hallen

Kl. 14 -16.30 Boldaktiviteter m. instruktør inkl. frugt, kaffe/te pause

16.30-18 Hviletid, omklædning, 'fri leg'

18-19.30 Aftensmad

19.30-? Brætspilsaktivitet og efterfølgende 'fri leg' fx hyggesnak, billard, dart, hækling, høre musik, danse...

SØNDAG

Kl. 8-9 Morgenmad og udtjekning

Kl. 9-10.30 Sjippeaktivitet

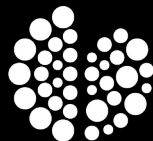
Kl. 10.30-12 Flerstemmig sang - for ALLE fugle

Kl. 12-12.30 Opsamling, evaluering og nem frokost to-go

Kl. 12.30 Tak for i dag og kom godt hjem

Mulighed for svømmehal og saunagus for dem der har lyst søndag eftermiddag.

PARKINSON
foreningen

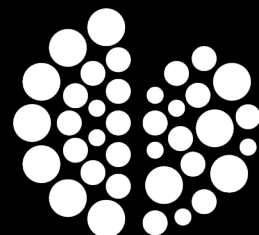




Formålet med årsmødet for yngre er at give Parkinsondiagnosticerede <56 år muligheden for at

- udvide deres sociale netværk
- blive inspireret til anderledes aktiviteter, der kan sætte gang i hjerne, krop og sind
- blive motiveret til at gøre hverdagen lidt sjovere
- blive informeret om, hvad der rører sig lige nu i Parkinsonforeningen

Forhåbentlig vil alle gå hjem med fornyet energi og en 'pose' fuld af gode idéer til at gøre hverdagen lidt mere sjov og energifyldt



PARKINSON
foreningen



convatec

ØKONOMISK STØTTET AF

Infusion Care

VELKOMMEN TIL

YNGRE ÅRSMØDE

24. -26. APRIL 2026

SAMVÆR
INSPIRATION
NÆRVÆR
YNGRE
ÅRSMØDE
OPTIMISME
MOTIVATION
VURDERLIGE SAMTALER
PARKIE POWER
SMITTENDE ENERGI
SAMMENHOLD
UDFORDRING

