

## Till alla medlemmar i AMC-föreningen - barn och vuxna med AMC och familjer!

### När ses vi?

Helgen den 13-15 augusti 2010. Vi träffas på fredagen kl. 15.00 och reser hem på söndag efter lunch kl. 14.00.

### Var ska vi vara?



Vi bor, äter, umgås och konfererar på Herrfallet Konferensanläggning som ligger 1,5 mil

söder om Arboga, cirka 15 mil från Stockholm. Herrfallet ligger i ett naturskyddsområde vid Hjälmaran med fina omgivningar, badstrand och restaurang. Kost och logi blir i år något enklare jämfört med de senaste åren, men det påverkar förstås priset positivt. Vi hoppas att många har möjlighet att delta! Anmälan görs på bifogat anmälningsformulär. För vägbeskrivning och mer info om Herrfallet besök: [www.herrfallet.se](http://www.herrfallet.se) och all information om träffen finns på vår egen hemsida [www.amcforeningen.se](http://www.amcforeningen.se)

### Vad händer på AMC-träffen 2010?

Våra träffar brukar vara uppskattade och vi gör allt för att årets träff ska bli en höjdpunkt med en bra mix av nytta och nöje! I bifogat program presenteras innehåll upplägg. Vi försöker anpassa lekar och aktiviteter för alla åldersgrupper och det finns många möjligheter att umgås familjevis och lära känna nya vänner.

### Programmet - Vilka berättar och om vad?



**Christina Renlund** är psykolog och psykoterapeut med mångårig erfarenhet av arbete med barn och unga med kronisk sjukdom/funktionsnedsättning och deras familjer. Hon har senast skrivit boken "Litet syskon" där barn mellan två och sex år berättar hur det är att ha ett annorlunda syskon. Christina föreläser och leder arbetet med att låta barnen göra egna berättelseböcker.



**Marie Eriksson** är ortopedingenjör vid Olmed i Stockholm. Hon har en magisterutbildning i Barn och ungdomars hälsa, KI och mångårig erfarenhet av ortosförsörjning för barn och ungdomar. Hon deltar i det kliniska arbetet och i forskning vid Astrid Lindgrens

barnsjukhus i Stockholm och har tillsammans med sjukgymnast och medicine doktor Åsa Bartonek skrivit en bok "Ortoser för barn och ungdomar".



**Viktoria "Vicki" Wedin** är elitidrottare i sportskytte som vunnit brons i paraolympics och blev världsmästare i stående luftgevär år 2006. Vicki har AMC och berättar om sin idrottskarriär, sina resor världen över och ger tips kring resande med hjälpmedel mm. Vi som är med på träffen får också

möjlighet att prova skytte.



**Karin Schlyter** är socionom, mamma till tre barn, farmor och har AMC. Hon berättar om föräldraskap, om svårigheter och möjligheter och om människors attityder. Karin jobbar som rådgivare på ett brukarkooperativ och har ett företag där

hon föreläser och utbildar i olika frågor om funktionshinder. Karin leder under helgen två samtalsgrupper.

**AMC-teamet på Astrid Lindgrens Barnsjukhus** jobbar tvärvetenskapligt med att behandla och planera insatser för barn med artrogryphos (AMC). Några från teamet presenterar verksamheten och svarar på frågor. Det kommer även en sjukgymnast som berättar mer om träning för vuxna med AMC.

**Petra Palm** arbetar som studie- och yrkesvägledare. Petra är mamma till tre barn, varav ett har AMC. Hon delar med sig av sina erfarenheter om skolstart. Vilka rättigheter man har, vad man ska tänka på, olika möjligheter mm. Det finns även möjlighet att diskutera gymnasievalet.

### Hur bor vi?



Vi bor i bekväma sexbäddsstugor på 62 m<sup>2</sup> med tre sovrum och storstuga med matplats. I stora sovrummet finns två

sängar och i sovhytterna våningssäng med två bäddar. Stugorna är handikappanpassade och parkering finns direkt utanför stugan.

## Vilken hjälp får vi med barnen?



Liksom tidigare år får vi hjälp av några engagerade och duktiga medhjälpare-/assistenter som tar hand om barnen när vuxna har föreläsningar eller gruppdiskussioner.

Däremellan är det vanligt föräldraansvar som gäller.

## Vad ska vi äta?



Vi brukar inte gå hungriga långa stunder på våra träffar – något som gäller även i år. Herrfallets restaurang utlovar god mat och fika däremellan. Om du önskar specialkost eller har någon allergi meddelar du

detta i samband med anmälan. Under vår vistelse får vi helpension som inkluderar frukost, förmiddagsfika, lunch, eftermiddagsfika, middag och måltidsdryck. Övrig dryck (läsk, vin och öl mm) finns, men är något var och en bekostar själva.

## Vad kostar det att vara med på träffen?

Totalkostnaden för en familj beror på antal och åldersfördelning och består av kostnad för boende (inkl sänglinne/handduk) och mat.

**Logi:** En sexbäddsstuga kostar för hela helgen 2 280 kr (vi lämnar stugan i ett "grovstädat" skick och Herrfallet ansvarar för slutstädning). Sänglinne och handdukar tillkommer för 80 kr per person.

**Kost:** Helpension för hela helgen kostar 830 kr för en vuxen (samt ungdom från 13 år), 470 kr för ett barn mellan 5-12 år och barn mellan 0-4 år äter gratis.

**Prisexempel kost & logi för helgen i en sexbäddsstuga (inkl sänglinne/handduk/slutstädning):**

**2 vuxna och 2 barn 5-12 år: 5200 kr**

**1 vuxen, 1 ungdom fr 13 år, 1 barn 5-12 år, 1 barn under 4 år: 4730 kr**

**2 vuxna, ett barn 5-12 år och ett barn 0-4 år: 4730 kr**

**1 vuxen och 1 barn 5-12 år: 3740 kr**

**1 vuxen: (ensam i en sexbäddsstuga) 3190 kr**

Det finns två sätt att få ner boendekostnaden om man är ensam eller en liten familj. 1) dela stuga med andra 2) bo i en tvåbäddscampingstuga i området (1140 kr). OBS!

Ett enklare boende (ej handikappanpassat) med dusch/wc i intilliggande byggnad. Ange i anmälan vad du/ni är intresserade av, så försöker få till en bra lösning. Antalet personer i stugan ska inte överstiga antalet bäddar (undantag om man har ett litet barn som sover i medhavd resesäng).

**Prisexempel kost & logi i tvåbäddsstuga för helgen (inkl sänglinne/handduk/slutstädning):**

**1 vuxen i en 2-bäddsstuga: 2050 kr**

**2 vuxna i en 2-bäddsstuga: 2960 kr**

## Ansök om bidrag!

AMC-föreningen har som vanligt sökt bidrag från olika fonder, men ännu inte fått svar från alla. Vi hoppas få in pengar som kan täcka kostnader för våra kringaktiviteter. Det blir däremot allt svårare att få bidrag som täcker del av kostnaden för deltagarna. Vi uppmanar därför alla att söka egna medel från fonder och stiftelser för att minska sina kostnader. På vår hemsida [www.amcföreningen.se](http://www.amcföreningen.se) finns en del tips på hur du gör och vilka fonder du kan vända dig till. Var ute i god tid! Om vi får mycket bidrag i år kan vi bidra med eventuellt överskott till medlemmar som deltagit, när vi betalat våra kringkostnader för träffen. Först i sommar vet vi hur utfallet på bidragssidan blir.

## När och hur anmäler jag/mig oss?

Anmäl dig/er **senast den 1 juni 2010** genom att fylla i och skicka in bifogat anmälningsformulär. Där framgår adressuppgifter mm. Samtidigt som du skickar in anmälan betalar du/ni in **anmälningsbeloppet senast den 1 juni** på AMC-föreningens postgirokonto: 50 91 24-4.

**Anmälningsavgiften** är 2 000 kr per familj eller 1 000 kr om anmälan gäller en person. Glöm inte att ange ert namn. Anmälan är bindande!

**Slutbetalning** ska ske **senast den 1 juli**. Vi meddelar slutsumman när vi tagit emot anmälan. Om du inte redan betalat in medlemsavgiften ber vi dig göra detta så snart som möjligt. Du måste vara medlem för att delta i träffen. Se på [www.amcföreningen.se](http://www.amcföreningen.se) under rubriken "Bli medlem!"

Har du frågor går det bra att ringa: Camilla Dahlberg, 08-913475, 073-6319691 eller Camilla Björk, 08-628 95 50, 070-779 82 09.

Vi hoppas att du och din familj kommer och ser verkligen fram emot att ses!

**Hjärtligt välkomna!**