

Kursusprogram

**Det gode hverdagsliv med en nyresygdom
28. – 29. oktober 2023**



**Frederik den VI's Hotel
Rugaardsvej 590
5000 Odense**

Praktiske informationer:

Kurset henvender sig primært til;

Alle, der lever med en nyresygdom og pårørende.

Programmet vil veksle mellem forskellige oplæg og der vil også være rig mulighed for, at I kan dele jeres erfaringer med hinanden.

Betaling

Der er en deltagerbetaling på 375 kr. pr. person på delt dobbelt værelse. Enkelt værelse 550 kr.

Transport sørger du selv for. Drikkevarer er for egen regning

Kursus indbetaling senest 11. oktober 2023 til Nyreforeningens konto:

3129 000 927 2100 eller på MobilePay 35346 mrk. Medlemskursus og jeres navne.

Særlige hensyn

Hvis du har brug for en særlig kost, er gangbesværet eller lignende, så kontakt Kursusleder Jan Jensen på telefon 50935950 eller jj@nyre.dk

Hvor foregår kurset?

Hotel Frederik den VI

Rugaardsvej 590

Odense

Frederik6hotel.dk

Tlf.: 65 94 13 13

Program

Lørdag den 28. oktober 2023

- Kl. 10.00 Ankomst og morgenkaffe med rundstykke**
- Kl. 10.30 Velkomst**
- Kl. 11.00 Når nyresygdom rammer familien - ved Hanne Agerskov, professor i nefrologisk sygepleje**
Hanne Agerskov fortæller hvordan nyresygdom kan påvirke ikke kun den syge, men også familien og andre nære relationer. Opsamling og drøftelser.
- Kl. 12.45 Frokost**
- Kl. 13.45 Walk&talk: Find en gå-partner som du ikke kender og gå en tur. I får lidt spørgsmål med til turen**
- Kl. 14.15 Erfaringsudveksling i grupper. Kaffe/te/kage kl.15**
- Kl. 16.15 Opsamling**
- Kl. 16.30 Pause** Mulighed for at gå tur i de skønne omgivelser og / eller tag et hvil
- Kl. 18.30 Middag**

Søndag den 29. oktober 2023

- Kl. 08.00 Morgenmad**
- Kl. 09.00 Krop og bevægelse i naturen**
- Kl. 10.30 Intimitet, krop og seksualitet, når man har en nyresygdom**
En nyresygdom kan påvirke ens forhold til krop, intimitet og seksualitet – lige meget om man er i parforhold eller er single. En evt. partner påvirkes ofte også. Det kan skyldes nyresygdommen i sig selv, og måske andre sygdomme, med træthed og manglende overskud, utilpashed og kropsforandringer efter behandlinger mv.
En del medicin til nyresygdom kan også have seksuelle bivirkninger.
Det er vigtigt at få talt sammen og finde din/jeres vej til at bevare nærværet og det intime liv. Rikke Thor vil komme ind på alt dette og komme med forslag til hvad du/I selv kan gøre for at komme videre. Der vil være plads til deltagernes eventuelle spørgsmål og emner undervejs.
- Kl. 12.00 To go sandwich og god tur hjem**