



Kom med til generalforsamling i Bækkensmerter.dk

Lørdag d. 16. marts 2024 kl. 11-17
på Hotel Best Western i Fredericia

På generalforsamlingen er der valg til bestyrelsen samt godkendelse af årsregnskab og budget. Formanden fremlægger formandsberetningen for året, der gik, og fortæller om foreningens planer fremadrettet.

Resten af dagen – spændende foredrag og hygge

Efter generalforsamlingen skal vi bruge hele eftermiddagen sammen med Camilla Birkebæk, Fysisk og neurologisk træner, smerteterapeut og diætist, som kommer og holder foredrag for os om smerter med fokus på hjernen. Hun vil holde oplæg omkring neuroplastisk smerte og hvordan man igennem forskellige kognitive øvelser såvel som fysiske øvelser kan "om-programmere" sin hjerne og lære den at lytte efter signalerne fra kroppen på en anden måde, så smerte er en fornemmelse på samme måde som andre signaler fra kroppen. Hun vil også komme ind på, hvad stress, kan gøre for hjernen, og hvordan vi kan arbejde med at holde det vigtigste organ – hjernen - sund og rask. Du kan læse mere om Camilla på www.camillabirkebaek.dk.

Gå ikke glip af en spændende eftermiddag, hvor vi efter foredraget også har tid til samvær og at hygge med hinanden.

Festmiddag og aftenhygge

Bækkensmerter.dk arrangerer en skøn festmiddag kl. 19.00 lørdag aften, for dem der vælger at overnatte på hotellet og til dem der har lyst til at deltage. Der er en egenbetaling på 250 kr., hvis du vælger at deltage i denne. Beløbet dækker 3-retters festmenu og alle drikkevarer til middagen.

Det er gratis at deltage udelukkende i dagsarrangementet.

Praktisk info - se også gerne mere i den udsendte indbydelse:

Tilmelding: kan kun ske til Else Rennison på elserennison@gmail.com

Spørgsmål? Skriv til Else på elserennison@gmail.com

Vi glæder os til at se jer til generalforsamlingen.

Venlig hilsen

Bestyrelsen i Bækkensmerter.dk