

# **NAAF Region Telemark**

## **KURS**

**PÅ QUALITY HOTEL & RESORT SKJÆRGÅRDEN I LANGESUND**  
**16.-17. oktober 2010**

**Tema: ”Å leve med en kronisk sykdom - astma”**

### **PROGRAM**

#### **LØRDAG**

*Barna får barnepike kl.10.00 – 13.00 og kl.14.00 – 15.30*

**Kl. 09.00 – 10.00** Fremmøte og registrering (innsjekking i pauser)

**Kl. 10.00 – 10.15** Velkommen, praktisk informasjon  
Presentasjon av foredragsholdere m.m. v/ Mona H Larsen

**Kl. 10.15 – 13.00** Foredrag v/ Fagsjef i inneklime / uteluft i NAAF  
Britt Ann K Høiskar  
Pauser etter behov. Tid til spørsmål.

**Kl. 13.00 – 14.00** Lunsj

**Kl. 14.00 – 15.30** Foredrag ved Akupunktør Conrad Prestbøen  
Pauser etter behov. Tid til spørsmål.

**Kl. 15.30 – 15.45** Pause.

**KL.15.45 – 16.30** Bassengtrening m/instruktør

**Kl. 16.30 – 17.00** Kaffe, te kake til de som ønsker det.

**Kl. 17.00** Bading / Tur i frisk luft.

**Kl. 18.00** Middag

**KL. 19.30-22.00** Samtale og utveksling av erfaringer.

## **SØNDAG**

***Barna får barnepike kl.09.30 – 13.00***

**Kl. 08.00 – 09.30 Frokost**

**Kl. 09.30 – 10.15 Organisasjonen NAAF**

**Kl. 10.15 – 10.30 Beinstrekk, utsjekking av rommene.**

**Kl. 10.30 – 11.45 Foredrag ved ernæringsfysiolog Hanne Reiersen ved Sykehuset Telemark HF. Tid til spørsmål.**

**Kl. 11.45 – 12.15 Pause, utsjekking av rommene /Kle på ungene for natursti**

**Kl. 12.15 – 12.45 Foredrag med Hanne Reiersen fortsetter.**

**Kl. 12.45 – 13.30 Oppsummering, avslutning.**

**Alle er samlet fra kl.13.00**

**Kl. 13.30           Lunsj**

**Bading for de som måtte ønske det.**

-----  
*Med forbehold om endringer*