

## Kjære medlem, endelig er det familiesamling igjen!

Foreningen for Fragilt X-Syndrom har gleden av å invitere alle sine medlemmer til familiesamling med innlagt årsmøte på Eidene.

**Fredag 2. juni til søndag 4. juni 2023**

### Påmelding

Påmelding gjøres til «Eidene-General» Truls Jonassen via: [truls@frax.no](mailto:truls@frax.no) eller på telefon 97181200 innen **26. april 2022**.

Det er viktig at påmeldingen inneholder navn, fødselsår, behov for ledsager, e-postadresse og telefonnummer. Vi trenger også ledsagere så gir oss beskjed om du ønsker å bidra med dette. De som stiller vil kunne få en kompensasjon på kr 1000,-

Egenandelen per medlem er kr 600,- for de over 18 år og kr 300,- for de under 18 år.

Egenandelen må betales innen fredag **5. mai** til kontonummer **7058 05 57919** innbetalingen vil regnes som en bindende påmelding.

Husk at skrive inn **navn og alder på alle deltakerne i betalingen.**

Det er et begrenset antall plasser, så de som melder seg på og betaler først vil bli prioritert. Vi minner også om at alle deltakerne må være **medlemmer i foreningen.**

Vi ønsker også innspill fra dere om ønsker til boforhold. Det er for å plassere familiene i forhold til kveldsaktiviteter og støy.

Foreningen vil bidra med **reisestøtte for de som har store reiseutgifter.** Ta kontakt med [post@frax.no](mailto:post@frax.no) om det er behov.

### Om Eidene

Eidene-senter er et Rødekors-senter som ligger på Tjøme, ca. en halv times kjøring sør for Tønsberg. Transport-muligheter både bil, buss og tog til Tønsberg og bil ut til senteret. Foreningen kan avhjelpe transport fra Tønsberg til Eidene.

Senteret er oppbygd med et hovedhus med spisesal og peisestue. Vi spiser til felles måltider, frokost lunsj og middag, samt at det er mulighet for brødmat til kvelds i et minikjøkken.

Overnattingen skjer både i doble-rom og familierom, med 2-5 ligge plasser. Senteret har også noen tilknyttede hus med overnattingsrom. Alle rom har sengetøy og håndklær.

Vi arrangerer aktiviteter for barna/ungdommene mens de voksne har foredrag og årsmøte. Dere kan lese mer om eidene her <https://www.rodekors.no/sentrene/eidene/>

## Program Eidene 2023

### Fredag 2. Juni

- 16.00 - 19.00 Ankomst og **Tacomiddag** blir servert fortløpende.  
19.30 - 20.30 Samling i peisestua med sosialt samvær, vi tar spesielt imot de nye.

### Lørdag 3. Juni

- 07:00 Yoga for de morgenfriske – påmelding fredag  
08.00 Frokost  
09.30 Møtes utenfor hovedinngangen og avgang til skogsløpa for barna  
09:45 – 10:30 **Forelesning om Adferd hos personer med Frax Frambu v/ Ingunn Juel Fagermoen og Heidi Nag**  
10:45 – 11:30 Forelesningen med Frambu forts.  
11:45 – 12:30 Forelesningen med Frambu forts.  
**12.30-13:15 Lunsj**  
13:15 – 14:00 **Foredrag Livssorg** – med Psykolog Janette Røseth  
14:15 – 15:00 Forelesningen om Livssorg forts.  
  
15:00 Møter/hente barna.  
  
16:00 Ulike samtalegrupper i sal 1 og 2 for de som ønsker  
Båten og tur ved vannet for de som ønsker det  
17:00 Yoga i sal X – påmelding fredag  
  
18.00 **Grillmiddag** - Vi pynter oss med fine kjoler og stramme skjorter.  
19.00 Loddsalg og trekking av flotte premier.  
  
20.00 **Diskodans**  
Utover kvelden har vi sosialt samvær som varer så lenge vi har noe å prate om.  
Kan være lurt å ta med varme klær. Og husk myggspray!

### Søndag 4. Juni

- 08:00 Frokost  
09:00 Pakker for utsjekk kl 12.00  
09:45-11:00 **Årsmøte for Fragilt X-foreningen (se egen innkalling)**  
11:15-12:00 Nytt fra Danmark og FraXI  
  
12.00-12:30 Innspill og tilbakemeldinger fra deltakerne og en kort oppsummering v/styreleder  
  
**13.00 Lunsj og avreise** 