

Välkomna
till WS-föreningens
sommarräff och årsmöte på Hjälmgården
(2) 3-5 juni 2011



Välkomna till Hjälmgården i Läppe som ligger 3,5 mil nordväst om Katrineholm. För er som planerar att komma dit för första gången kan vi berätta att Hjälmgården är en konferens- och lägeranläggning belägen vid Hjälmgården strand.

Konferensgården har fräscha lokaler där vi har föreläsningar och grupparbeten och maten äter vi i den vackra restaurangen med utsikt över Hjälmgården.

Utomhusmiljön inbjuder till en mängd olika aktiviteter. Roddbåt, kanoter och jollar finns att hyra. En uppskattad aktivitet förra året var sumobrottning. Miljön är drogfri och inomhus är det rökfritt.

Spännande aktiviteter och intressanta föreläsningar

Vi upprepar förra årets succé då vi engagerade 6 ungdomar för att **leda olika spännande aktiviteter**, speciellt för de mindre barnen. Ungdomarna är elever från barn- och fritidsprogrammet vid gymnasiet i Katrineholm och har alltså ett genuint intresse för barn och ungdomar. Detta för att alla föräldrar i lugn och ro ska kunna delta i de olika aktiviteterna som workshops, föreläsningar och i årsmötet.

Temat för årets sommarträff är **HÄLSA**. Helena Bergström från Karolinska Institutet som är huvudansvarig för projektet "*Hälsofrämjande gruppbostad*" berättar om projektet som initierats för att främja hälsosam mat- och rörelsevanor. En av våra WS-are har deltagit i projektet och kan intyga att det gett ett väldigt gott resultat och att det dessutom för alla på gruppbostraden varit roligt och lärorikt. Linda Junker kommer sedan att berätta vad "*Livsstilsprojektet – en aktivare fritid*" står för.

Ett nytt och uppskattat inslag förra året var "**workshops**" där föräldrar och WS-are inspirerades till många bra idéer och förslag inför det nya verksamhetsåret. Hur styrelsen lyckats "leva upp" till förväntningarna ska vi redogöra för och hoppas också att nya tankar och åsikter ska komma upp vid årets workshops.

Dessa workshops, se lördagens program, kommer att bli regionindelade och ska, som vi tror, också i år leda till intressanta och givande diskussioner kring WS. Nya familjer ska också på det sättet få dela "äldre" föräldrars erfarenheter.

Det blir också en uppföljning av **WS-Forum** som startades för två år sedan för och med äldre WS-are. Förra årets WS-Forum, som liksom tidigare leddes av föräldern Nita Lorimer och styrelseledamoten P-O Kippel, resulterade i en WS-deklaration.

Vår hemsida kommer att få en massa nya funktioner och Serena Granlund, vår hemsidesansvarig, kommer att ge en genomgång av hemsidan för dem som önskar.

Vid lämpligt tillfälle ska vi också försöka visa hur man söker **fondmedel på nätet**.

Förra årets vinnare i **fotbollsmatchen** blev den yngre generationen (som spelade mot den äldre i). Kanske är det dags för vuxengenerationen att ta revansch? Kommer det att lyckas?

En festmiddag på lördagskväll blir sedan en trevlig avslutning på alla aktiviteter. Vad det blir på menyn är tänkt att bli en överraskning!

Det är flera som har önskemål att komma redan under torsdagen den 2 juni. Om vi vill att köket är öppet bör vi vara minst 15-20 personer. Därför är det bra om ni meddelar i er anmälan att ni önskar komma redan på torsdag. Vid ankomst vill vi att du skriver in dig hos någon av oss i styrelsen.

Logi: Hjälmgården erbjuder logi i enkel-, dubbel-, eller flerbäddsrum. Här finns också stugor att hyra för den som vill. Begränsat antal!
Dessutom finns en campingplats med stugor och tält/ husvagnsplatser.

Mat: Beställs efter eget behov/önskemål i samband med anmälan.
OBS! Ev. avbokning av mat måste ske senast 1 dag innan!

Prislista: Priserna finns i den bifogade prislistan!

Adress: Hjälmgården, Lappe, Vingåker. Tel: 0151-73 09 80
E-post: info@hjalmgarden.se, Hemsida: www.hjalmgarden.se

Bokning: *OBS! Var och en bokar boende och måltider direkt hos Gunbritt Sandström i WS-föreningen så snart som möjligt, **dock senast den 20 maj**.
Anmälan är bindande om inte avbokning sker senast 7 dagar innan ankomst.
Anmälan görs på bifogad blankett.*

Transport: För er som inte har tillgång till bil; det finns buss, i anknytning till tåg, från Vingåker till Hjälmgården, Lappe

Ifall du kör bil och har en plats ledig i bilen, kanske du har möjlighet att låta någon följa med. I så fall kan du fylla i det på bifogade anmälningsblankett.

Önskemål: Om du inte har möjlighet att komma i år men ändå skulle vilja framföra någon idé om verksamheten kan du skicka e-post med dina önskemål till antingen sekreteraren@williams-syndrom.se eller info@williams-syndrom.se

Bilagor

- Program (1 sid)
- Anmälningsblankett (1 sid)
- Prislista Hjälmgården (1 sid)
- Dagordning årsmöte (1 sid)
- Verksamhetsberättelse (4 sid)
- Verksamhetsplan (2 sid)
- Skrivelse styrelsens roll (1 sid)
- Valberedningens förslag (1 sid)

Program WS-föreningen

(2) 3-5 juni 2011

Tor 2/6		Hjälmargården är bokad för oss men föreningen har ingen speciell aktivitet inbokad.
Fre 3/6	14:30	Registrering/incheckning (Eftermiddagskaffe står framdukat från kl 14:30)
	17:00	Middag
	17:45	Trollkarlen Nielo underhåller.
	19:15	Alla hälsas välkomna. Trubadur underhåller (kaffe serveras)
	21:00	Styrelsen avslutar dagen med att berätta litet om lördagens och söndagens program. (Eventuellt en brasa att samlas kring vid altanen)
Lör 4/6	08.00	Frukost
	09:00	Ungdomsledarna presenteras och står redo att leda dagens barnaktiviteter som bl.a. kan vara sumobrottning, skattjakt och annat spännande.
	10:00	<i>Tre parallella aktiviteter:</i> 1. <i>Hälsofrämjande gruppbostad:</i> Helena Bergström, huvudansvarig för projektet föreläser <i>Livsstilsprojektet:</i> projektledaren Linda Junker och en av hennes "coachar" berättar 2. Ledarledd aktivitet för barn och ungdomar 3. JanEric står redo med sin raggabil fram till årsmötet 14:00
	12:00	Lunch
	13:00	<i>Tre parallella aktiviteter</i> 1. WS-forum (WS:are fr.o.m. 15 år i gruppdiskussion) 2. Workshop för anhöriga (regionindelning/åldersindelning) <i>"Hur får vi igång aktiviteter/lokala träffar"?</i> 3. För barn och ungdomar (ledarledd aktivitet)
	14:00	Årsmöte i konferensrummet, huvudbyggnaden Då också resultatet av WS-forum kommer att presenteras. För barn & ungdomar (ledarledd aktivitet)
	15:30	<i>Kaffe</i>
	16:00	Genomgång av hemsidan och nya funktioner för dem som önskar med Serena Granlund
	17:00	Fotbollsmatch – barn mot vuxna. Blir det revansch i år för de vuxna? Pris utlovas till vinnande lag.
	18:30	Ombyte till festmiddagen
	19:00	Festmiddag. Föreningen bjuder alla på middag med överraskningsmeny.
	20:30	Musikgruppen Häggarna bjuder upp till dans. Tilltugg och dryck medtages. Lottdragning. Platsen är konferensrummet i huvudbyggnaden.
Sön 5/6	08.00	Frukost
	10:00	Gemensamt kaffe före avresan – föreningen bjuder.

Anmälningsblankett

Använd denna blankett eller om du anmäler dig via e-post så vill vi ha svar på samma uppgifter som de som finns på denna blankett. Du kan använda baksidan av blanketten om du behöver mer utrymme.

Namn på WS:are: _____

Antal vuxna, namn: _____

Antal barn, namn: _____

Hemtelefon: _____ Mobil: _____

E-post: _____

Ankomst dag o ca-tid: _____

Avresa dag o ca-tid _____

Vill ha boende: _____

Vill ha alla måltider: _____

Specialkost: _____

Är du ny medlem? _____

Är det första gången du besöker Hjälmgården? _____

Jag har *inte* bil och samåker gärna med någon som har lediga platser.

Jag/vi bor i _____ Vi är _____ personer.

Vi har bil och det finns _____ lediga platser i vår bil.

Vi bor i _____

Övrigt bra att veta för oss som planerar detta: _____

Din anmälan skickas till
Gunbritt Sandström
Rosengårdsvägen 29, 186 33 Vallentuna
tel 08-511 73 638
gunbritt.sandstrom@zeta.telenordia.se