



# Sæt ord på sorg med ASK

## – hvordan skaber det livsenergi?

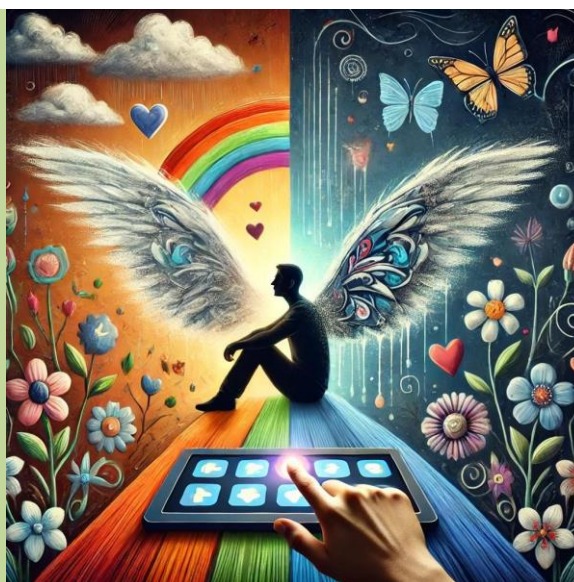
### Invitation brugerweekend på Musholm 2024

Nu nærmer vi os endelig årets brugerweekend og du er inviteret. Vi samles for at dele erfaringer, styrke vores fællesskab og finde inspiration sammen. Denne gang vil vi sammen sætte ord på de mange facetter af sorg og opdage, hvordan vi kan finde livsenergi. Vi har inviteret oplægsholdere, som vil guide os igennem samtaler og refleksioner, der hjælper os med at forstå og håndtere sorg på måder, der giver os både styrke og mod til at leve vores liv fuldt ud. Der vil som altid være tid og rum til gode snakke, hygge og grin!

#### Hvad er sorg?

Sorg er en universel følelse, men den opleves forskelligt fra person til person. Denne weekend vil vi udforske de mange facetter af sorg, man som ASK-bruger kan opleve:

- Sorg over at have en krop, der er anderledes.
- Sorg over at møde andres fordomme.
- Sorg over de udfordringer, der kan være forbundet med at stifte familie.
- Sorg over at skulle sige farvel til en hjælper.
- Sorg over ikke at kunne gøre det, man gerne vil.
- Sorg over at miste en elsket person.



**Tid:** 6. - 7. december 2024

**Sted:** Musholm Feriecenter, Musholmvej 100, 4220 Korsør

**Pris:** 1.400 kr. inkl. hjælper

**Tilmelding:** <https://www.isaac.dk/tilmelding/>

**Praktisk:** Musholm Feriecenter har gode faciliteter for kørestolsbrugere. Du kan læse mere her: [www.musholm.dk](http://www.musholm.dk). Giv os gerne besked, hvis der er særlige ønsker til kost eller andet.

**Kontakt:** Har du spørgsmål, så kontakt os på mailadressen [brugergruppe@isaac.dk](mailto:brugergruppe@isaac.dk).



## Program fredag d. 6. december

11:30 Ankomst og indtjekning

12:00-13:00: Frokost

13:00-13:45: Præsentationsrunde og forventninger

14:00-17:00: Oplæg med psykolog Lykke Jauss Madsen med indlagt pause

- Del 1: Teoretisk gennemgang af sorg
- Del 2: Hvad er sorg for mig?

18:00-20:00: Middag

20:00-?: Repremiere på TV-tosserier med bobler og lækkerier

## Program lørdag d. 7. december

09:00-10:00: Morgenmad

10:00-12:00: Oplæg med Mads Jannik Holm med indlagt pause

12:00-13:15: Frokost

13:15-14:30: Oplæsning og debat med Digtergruppen Mind Step fra bogen *'Fucked uden hjælp'*

14:30-15:00: Pause

15:00-16:00: Workshop: Hvad er dit eget næste bedste skridt til livsenergi?

16:00-16:30: Afslutning med evaluering og forslag til nye temaer



Vi ser frem til at se **både nye og gamle** ansigter til en brugersamling  
med fællesskab og nye indsigter

### Mange hilsner

ISAAC brugergruppeudvalget



Jeppe Forchhammer \* Rikke Thomsen \* Vibe Lund Jensen \* Tenna Lygum Sørensen



## Glæd dig til at møde vores oplægsholdere

### Lykke Jauss Madsen

Lykke er 39 år og uddannet psykolog fra Københavns Universitet. Hun driver til dagligt virksomheden Jauss Psykologi ([www.jausspsykologi.com](http://www.jausspsykologi.com)).

Lykke har bred erfaring inden for det handicapspsykologiske felt og har deltaget i forskellige relevante kurser, herunder kursus om sorg og tab. Lykke har tidligere holdt oplæg for forskellige handicapgrupper samt haft terapi med klienter med forskellige typer af funktionsnedsættelse. Lykke har CP, sidder i kørestol og har de sidste 16 år haft hjælperordning 24 timer i døgnet.



### Digtergruppen Mindsteps

Digtsamlingen "Fucked uden hjælp – handicapdigte" er skrevet af 6 unge fra Mindsteps, der alle er afhængige af hjælp, fordi de lever med handicaps.

Formålet med denne samling er at skabe opmærksomhed omkring de udfordringer, der kan følge med et liv med handicap.

På brugersamlingen vil forfatterne selv oplæse udvalgte digte.

### Mads Jannik Holm

Mads Jannik Holm er forfatter, litteraturformidler og skønlitterær oversætter. Mads lever selv med CP og vil fortælle om, hvordan man aktivt kan anvende litteraturen som et værktøj til at tackle sorg og livets udfordringer. I anden del af oplægget kommer han ind på kropsbevidsthed og de blikke, man kan have på sig selv.

Mads perspektiv vil blive understøttet af hans egen erfaring med digtsamlingen "Nike" af Caspar Eric, som har været en vigtig inspirationskilde for ham.

