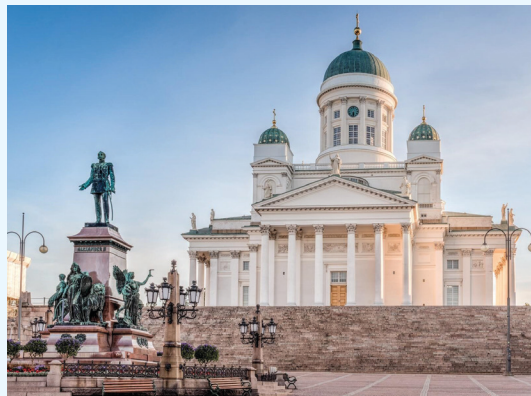




Välkommen på SVENSKA TRÄFFEN 3-4.9.2022 I HELSINGFORS

Diabetesföreningarnas verksamhet har kört igång och vi kan nu bjuda in till årets svenska träff som ordnas veckoslutet **3-4.9.2022 i Helsingfors**. Träffen är ett ypperligt tillfälle att från hela Svenskfinland komma samman, träffas och ha roligt tillsammans.

Svenska träffen kör igång på lördag kl. 11 med den första föreläsningen och det blir ett ganska så **traditionellt program**. Efter lunch fortsätter vi kl. 13 fram till kl. 17 och vi bjuds på diabetesrelaterade föreläsningar om vård, kost och motion. Efter lite egentid fortsätter lördagens program kl. 19 med en **festmiddag på hotellet** och avslutas med musikunderhållning och dans för den som vågar sig på det. Söndagsprogrammet omfattar en **guidad sightseeing** i vår huvudstad och avslutas med en **båutfärd** i vattnen utanför Helsingfors. Vi äter söndagens lunch ombord på båten. Träffen avslutas då vi är tillbaka på fast mark senast kl. 14 på söndagen.

Det subventionerade **medlemspriset** för allt detta är **120€** per person och inkluderar alla föreläsningar, två luncher, eftermiddagskaffe på lördagen, festmiddagen med program, söndagens sightseeing och båutfärd samt övernattnings lördag-söndag i tvåpersoners rum på **Hotel Crowne Plaza Hesperia**. Hotellet ligger på Mannerheimvägen 50 snett mitt emot Operan och Hesperiaparken finns precis invid.

Anmäl ditt deltagande i träffen till **Ann Laurén** på telefon **040 554 7558** eller till e-posten **annlauren57@gmail.com** senast 31.7.2022. I samband med anmälan noterar Ann också eventuella matallergier samt övriga önskemål. Mot en tilläggskostnad på **35€** kan man också reservera ett enpersonsrum. **Dröj inte med anmälningen eftersom platserna fylls i anmälningsordning!**

ANMÄLNINGAR SENAST 31.7.2022



PROGRAMMET

(med reservation för förändringar)

Lördag 3.9

- 11.00 Ankomst
- 11.15 Läkaren **Robert Bergholm** om det nyaste inom diabetesvården
- 12.00 Lunch
- 13.00 Välkomsttal av **Björn Månsson**
- 13.15 Läkaren, forskaren **Stefanie Hägg-Holmberg** om stroke och diabetes
- 14.00 Läkaren, forskaren **Per-Henrik Groop** om njurar och diabetes
- 14.45 Kaffepaus och utdelning av hotellrum
- 15.30 Fysioterapeuten **Oscar Gruner** om motion och välmående
- 16.15 Näringsterapeuten **Lisa Torsdatter Markussen** om kostfrågor
- 17.00 Egen tid
- 19.00 Festmiddag och kvällsprogram med stå up-komik, musik och dans

Söndag 4.9

- 7.30 Frukost
- 9.30 Guidad rundtur i Helsingfors med buss
- 11.45 Lunchkryssning utanför Helsingfors
- 13.30 Träffen avslutas