

Ung Kick-Off

MS-Forbundet Region Sør

07.03.26 – 08.03.26 Skien Fritidspark



MS-Forbundet Region Sør ønsker å invitere våre medlemmer som er 18-40 år til et sosialt og gøyalt arrangement i Skien Fritidspark!

Arrangementet inkluderer overnatting Hotell Fritidsparken, lunsj, curling og middag lørdag – samt frokost og lunsj søndag. Deltagerne dekker eventuell alkohol de ønsker selv. Ha med varme klær da vi skal spille curling. Hotell Fritidsparken har mange flotte tilpassede rom. Det er totalt 25 tilgjengelige plasser på dette arrangementet. Alle med overnatting i enkeltrom 😊

Arrangementet er helt uten egenandel – og det er vi utrolig takknemlige for. Dette er mulig takket være støtten fra Stiftelsen Dam. Dere trenger bare å komme dere til Skien Fritidsparken selv.

Vi har bindende påmelding til arrangementet – og vi vil se oss nødt til å fakturere den enkelte full reell kostnad - om man ikke møter opp.

Påmelding med navn, mobilnr og hvilken MS-Forening man tilhører til tobben@gmail.com så fort som mulig – og senest innen 15.01.26. Gi også beskjed om eventuelle tilpasninger man trenger.

Mvh. Styret i MS-Forbundet Region Sør

Program Ung Kick-Off

Lørdag 07.03.26

KL 12.00: Oppmøte ved Hotell Fritidsparken. Vi starter dagen med en bedre felles lunsj på Hotell Fritidsparken. Det vil bli servert en deilig lunsj buffet. De som har behov for å oppbevare bagasje til vi sjekker inn kan sette på eget bagasjerom.

KL 13.00: Faglig seanse. Vi er så heldige å få besøk av nevrolog Heidi Øyen Flemmen fra Sykehuset i Telemark. Heidi har en doktorgrad innen MS og er aktiv innen MS-forskning. Hun har lang erfaring med både behandling og oppfølging av unge voksne med MS, og vil holde et foredrag om sykdommen, dagens behandling og ferske forskningsfunn. Det blir selvsagt mulighet for spørsmål.

KL 14.00: Pause 15 minutter. Omklledning til varm jakke anbefales pga aktivitet Curling etter pausen. Oppmøte etter pause er i Ishallen hvor vi skal spille Curling. Det tar ca 5 minutter å gå fra hotellet til Ishallen.

KL 14.30: Aktivitet Curling.

Vi skal spille curling – og har holdt av alle de 3 banene de har i Skien Fritidspark. Her vil dere få grundig innføring fra en profesjonell instruktør. Curling er et morsomt spill som passer for alle!

KL 16.30: Söt baks og kaffe etter curling nede på hotellet. Innsjekk hotell og egentid. Folk sjekker inn på hotellrommene og det er egentid frem til middag.

KL 18.00: Middag. Vi koser oss med en felles bedre middag på Hotellet.

KL 19.00: Sosialt i Peisestua. Vi samles i Peisestua på Hotell Fritidsparken for en hyggelig og uformell kveld sammen. Her er det god plass til å slappe av, prate og bli bedre kjent. Hotell Fritidsparken har alle rettigheter for de som ønsker å kjøpe noe å drikke. Det blir garantert en veldig hyggelig kveld – og for mange gjerne langt ut i natta.

Søndag 23.03.26

KL 09.00: Felles frokost på hotellet. Vi koser oss med en deilig felles frokost på hotellet. Her vil det garantert være noe for enhver smak. **Utsjekk før faglig seanse (frokosten stenger kl 10.00)**

KL 10.30: Inspirasjonsforedrag – Sondre Holm.

Sondre Holm er med oss hele helgen, og han vil holde et inspirerende innlegg om sitt store prosjekt, «Fra MS til Aconcagua» – målet om å bestige Aconcagua, Sør-Amerikas høyeste fjell, i januar 2026. Når vi møtes i mars, har han nettopp kommet hjem, og vi får høre hvordan turen faktisk gikk og hvilke erfaringer han sitter igjen med.

Som en liten fun fact tok Sondre også en tur opp Kilimanjaro høsten 2025 som oppvarming til hovedprosjektet. Det sier mye om både motivasjonen og stå-på-viljen hans. Dette blir et engasjerende innslag – og en unik mulighet til å høre en fersk og utrolig inspirerende historie.

KL 12.00: Felles lunsj. Vi avslutter med en deilig felles lunsj på hotellet.

Generelt for arrangementet:

Vi forventer en gjensidig taushetsplikt fra de som deltar på dette arrangementet. Ønsker heller ikke at folk fotograferer/tagger folk/legger ut i sosiale medier – uten å ha sjekket med alle de involverte først.

Man skal kunne føle seg trygg på at det som man eventuelt deler disse dagene – forblir mellom oss.

Velkomne skal dere være!

Med vennlig hilsen,

Trude Fenne, Maren Bendiksby og Torbjørn Laundal

MS-Forbundet Region Sør

