



# Föräldrträff

## – ett forum för att dela erfarenheter

Under våren kommer det att anordnas tre inspirerande träffar för föräldrar till barn, unga och vuxna med intellektuell funktionsnedsättning.

Syftet med första träffen är att skapa ett forum där föräldrar och anhöriga kan mötas och dela erfarenheter.

Forumet ska inspirera och sänka trösklarna för rörelseglädje och motion i vardagen.

Träffarna kommer att ledas av Lena Revholm, idrottskonsulent på Parasport Norrbotten samt Johanna Oskarsson, projektledare för Tillsammansprojektet på Parasport Sverige.

Det kommer finnas möjlighet att delta antingen fysiskt eller digitalt. Alla deltagare får anpassat material om kost och hälsa. På den fysiska träffen bjuder vi på fika och goodie bag.

På denna första träff finns det möjlighet att delta antingen digitalt eller fysiskt:

### DIGITAL TRÄFF

18 april kl. 18:30–20:00 på Teams. Anpassat digitalt material kommer att finnas tillgängligt för alla som deltar.

### FYSISK TRÄFF

25 april, 18:30–20:00 i Luleå. Vi bjuder på fika och delar ut anpassat material och goodie bag till alla som deltar.

Anmälan görs till [lena.revholm@parasport.se](mailto:lena.revholm@parasport.se), ange eventuella allergier om ni deltar på den fysiska träffen.

Tipsa gärna om träffen så att vi blir många som kan umgås, utbyta erfarenheter och lära av varandra. Välkomna!

Se en inspirerande film från Special Olympics School Day i Luleå, skanna koden!



Norrbotten



FUB LULEÅ

Special  
Olympics  
Sweden



PARASPORT  
/SVERIGE