



*Velkommen til*

# Parkinson-uka 2020

Hedmark Parkinsonforening og Savalen Fjellhotell & Spa inviterer til den 7. Parkinson-uka på Savalen mandag 9. til fredag 13. mars 2020.

En uke med vekt på trivsel, hygge og sosialt samvær, samt faglig innhold legger rammene for en flott Parkinson-uke på Savalen.

## **Matopplevelse**

Frokostbuffe, lunsjbuffe og 3-retters middag/aftensbuffe hver dag. En kveld Østerdalsbord. Siste kvelden "Levende lys aften".

## **Trim og trening**

Felles stavgang med guide. Oppkjørte skiløyper. Trimrom og velværebasseng til fri bruk.

## **Spa behandlinger**

15% rabatt på alle spabehandlinger.

## **Interessante foredrag**

Bård Næstebø Moshagen holder foredrag om impuls-kontroll forstyrrelser, og om egne gripende opplevelser.

Autorisert foterapeut/biomekanisk terapeut Solveig G. Bekk holder foredrag om sko - helse - bevegelse som er biomekanisk terapi.

**"Syng med oss"** - Ønskekonsert m/kjente sanger.

## **Dans i kobbersalen**

Hver kveld er det åpen bar og dans i kobbersalen med våre faste musikere.

## **Velkommen til Parkinson-uka Savalen 2020**

*Hedmark Parkinsonforening & Savalen Fjellhotell & Spa*

## **SAVALEN PAKKEPRIS**

til Parkinson medlemmer og deres respektive, inkl. hjelpesjon, foredrag, aktiviteter.

**Kr 3590,-** pr. person. Tillegg enkeltrom **kr 720,-**

Buss fra Steinkjer/Trondheim og Larvik/Oslo med påstigning underveis.

Tillegg **kr 740,-** pr. p. tur/retur.

## **Påmelding og info**

☎ Savalen Booking 62 47 17 17

✉ [post@savalen.no](mailto:post@savalen.no)