

NETTVERKSAMLING FOR KOMMUNALE LEDERE LARVIK 6. - 7. FEBRUAR 2012

MANDAG 06.02

KL 10.00 Registrering m/mat

**KL 10.30 Velkommen og kulturelt innslag
Presentasjon og praktisk informasjon**

KL 11.00 Ledelse/kommunikasjon v/Marga Dijkman NLP Coach

KL 11.50 Pause m/frukt

KL 12.00 Ledelse/kommunikasjon forts

KL 13.00 LUNSJ

KL 14.00 Samhandlingsreformen v/Eilin Ekeland NFF

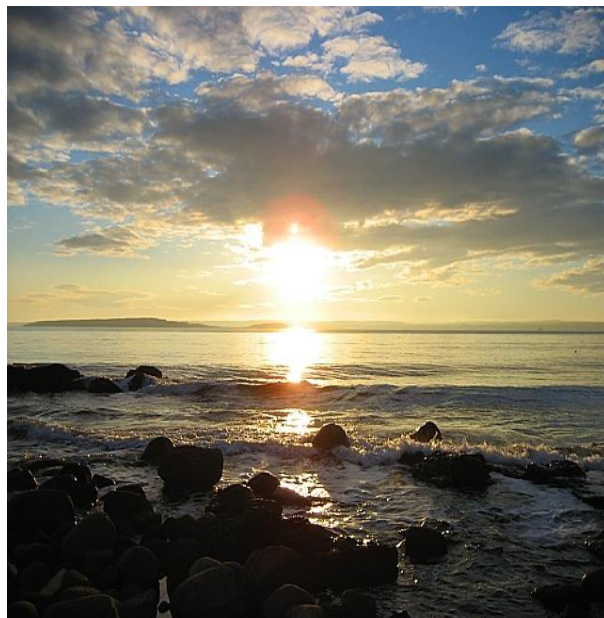
KL 14.45 Pause

**KL 15.00 Fra praksis til praksis
(inkl. pause med mat)**

KL 16.30 Slutt for dagen

KL 17.00 Valgfrie aktiviteter

KL 20.00 Middag



TIRSDAG 07.02

KL 08.30 Takk for i går

KL 08.40 Årsmøte, se egen sakliste

KL 09.30 Pause m/frukt

KL.09.45 Nytt fra NFF

KL 10.15 Pause

KL.10.25 Nytt helselovverk v/Lena Fagervold NFF

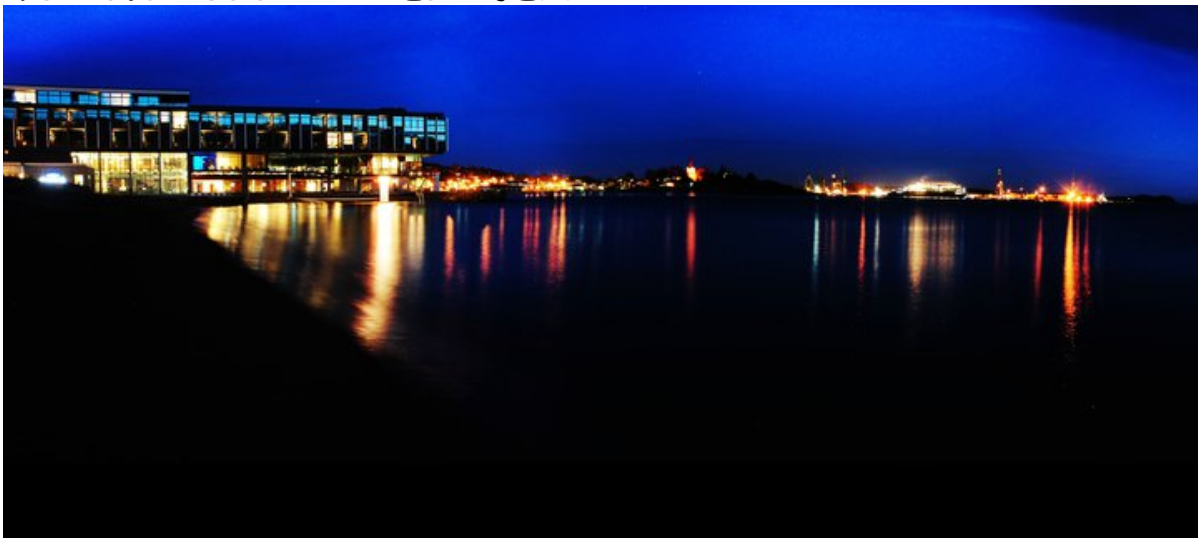
KL 11.30 LUNSJ

KL 12.30 Fra privat praksis v/Lena Fagervold NFF

KL 14.00 Pause m/mat

KL.14.20 Gruppediskusjon

KL 15.30 SLUTT - VEL HJEM



PRAKTISK INFORMASJON:

Samlingen vil bli holdt på Farris Bad, Fritzøe Brygge 2, 3264 Larvik tlf. 33 19 60 00.

Overnatting samme sted - Farris Bad.

Overnatting fra mandag til tirsdag er inkludert i deltakeravgiften.

Ta kontakt direkte med hotellet dersom du trenger overnatting fra søndag til mandag.

3-retters middag (alt inkludert) Farris Bad Restaurant.

BINDENDE PÅMELDING innen 06.01.2012 til avdelingsleder

Grete Thunold grete.thunold@larvik.kommune.no

Reiseinformasjon fås ved påmelding

Deltakeravgift (inkl. opphold, seminar og middag avec):

Medlem av Fagforum for kommunale ledere: kr. 2.250,-

Medlem av NFF: kr 2750,-

Ved påmelding oppgi navn, arbeidssted, tlf.nr, e-mail, fakturaadresse, samt

- om du skal ha overnatting fra 06-07.02 (inkl i prisen)
- om du skal være med på middag (inkl. i prisen)
- diett/spesielle behov
- medlemskap i fagforum og NFF

Dersom du ønsker å bli medlem av Fagforum for ledere i kommunehelsetjenesten, kan du gå inn på www.fysio.no. Under fanen organisasjon finner du fagforumets nettside med innmeldingsblankett. Medlemskontingent kr. 250,- pr. år (faktura sendes ut av NFF)

VALGFRIE AKTIVITETER MANDAG ETTERMIDDAG

(ikke inkl. i prisen):

1. HAMAM

Opplev ekte tyrkisk hamam, en velgjørende spa-opplevelse med lange tradisjoner. Dere starter i hamamets hot-room før dere fortsetter videre til det som kalles warm-room. Deretter blir dere skrubbet, rensset og massert etter alle kunstens regler. Behandlingstiden avhenger av hvor mange deltakere det er. Pris: kr 595,- pr pers

2. RHASSOUL

Etter å ha skrubbet deg med en deilig grov havsaltskrubb, smører du deg inn med Rhassoul leire. Deretter setter du deg inn i Rhassoulen og lar steamen øke leirens effekt mens du slapper av med vår vakre skiftende stjernehimmel og lytter til behagelig musikk. Det hele avsluttes med en kraftig tropisk regndusj. Huden blir myk og klar. Pris: kr 595,- per pers

3. SAUNAGUSS

Vår saunaguss-mester gjør hele denne badstuopplevelsen til et høydepunkt. Mesteren heller vann og eteriske oljer på ovnen, og forteller historiene om oljene og deres velgjørende virkning. Dette er en fremragende måte å rense kroppen på. Vi avslutter med havbad, uansett årstid. Resultatet er økt forbrenning, ro i sjelen og silkebløt, spenstig hud. Pris: kr 195,- per pers

4. AFTER-GOLF TREATMENT (ikke nødvendig å spille golf først)

Deilig muskelmassasje for rygg og nakke - og en drenerende legg og fotmassasje med oppfriskende og kjølede gelé. Tid: 25 minutter. Pris: kr 595,- per pers

5. POWER-WALK

I Norges største vernede Bøkeskog - et yndet rekreasjonsområde, tar vi fatt på en av de mange tur-stiene i skogen. Under ledelse av en kyndig trener får du føle kroppen jobbe etter det intensitetsnivået du har satt mål om. Pris: kr 195,- per pers

6. YOGA

Yoga utvikler deg både fysisk og mentalt, og er en unik metode som forener bevegelser, pust og konsentrasjon. Pris: kr 195,- per pers

7. ZUMBA

Pris: kr 195,- per pers

8. AQUAPILATES

Utføres i det flotte bassenget på Farris Bad. Styrker den dype muskulaturen, slik at kroppen får en sterk kjerne rundt mage, bekken og rygg. Pris: kr 195,- per pers

Når du melder deg på - gi beskjed om hvilke aktiviteter du vil være med på - påmelding er bindende! Timeplanen settes opp av Farris Bad i etterkant av påmeldingene. Gruppeaktivitene avhenger av et minimum antall påmeldte for gjennomføring.