

Kesäpäiville Kotkaan 22.-24.5.2015

Kesäpäivät ovat raikas sekoitus tietoa, vertaistukea ja tutustumista Kotkan nähtävyyksiin koko perheelle. Luennoilla kuulemme IBD:stä sekä sen kanssa elämisestä.

Tällä kertaa luentojen rinnalla järjestetään vaihtoehtoisia ohjelmaa, jossa huomioidaan myös lapset. Tässäpä siis mainio avaus kesän matkailukaudelle!

PERJANTAI 22.5.

Retki Langinkosken keisarilliselle kalastusmajalle

17.30 Lähtö hotellilta bussilla, kokoontuminen hotellin aulaan klo 17.15

Opastettu museokierros sekä vertaistuki-illanvietto ja keittoiltpala. 21.00 Paluu hotellille

Keisari Aleksanteri III:n kalastusmaja vuodelta 1889 on ainut Venäjän rajojen ulkopuolella säilynyt keisariperheelle rakennettu rakennus. Keisarilliseen loistoon, kultaan ja hopeaan tottuneille on nautinto nähdä, miten vaatimattomasti keisariperhe halusi Suomen suurruhtinaskunnassaan aikaansa viettää.

Retki järjestetään, jos osallistujia on vähintään 25. Hinta jäsenille 30 €, muille 39 €. Sisältää ohjelman, kuljetuksen ja iltapalana lohikeittoa tai mustajuurikeittoa. www.langinkoskenmuseo.com

LAUANTAI 23.5.

11.00–11.15 Avaus, toiminnanjohtaja Ulla Suvanto

11.15–12.30 Mitä ovat krooniset tulehdukselliset suolistosairaudet? gastroenterologian el Nina Eriksson

11.00–12.30 **Vaihtoehtoisesti ulkoiluojelmaa** ja pelejä aikuisille ja lapsille vastapäisessä puistossa, sateen sattuessa sisällä

12.30–13.30 Lounasbuffet Fransmannissa

13.30–15.00 IBD iski, miten selviytyä pitkäaikaissairauden kanssa ET-perheterapeutti, seksuaaliterapeutti, psyk.esh. Jaana Kotiranta

13.30–17.00 **Vaihtoehtoisesti retki** suomalaisten kalojen luonnonmukaiseen akvaarioon **Maretariumiin**. Matkaa noin 700 m. www.maretarium.fi

15.00–15.30 Iltapäiväkahvi hotellin kahvitorilla (maksuton, muista silti ilmoittautua)

15.30–17.00 Kevätkokous

19.00–22.00 Ohjelmallinen illallisbuffet Fransmannissa Trubaduuri Lauri Yrjölä. Tämän miehen kitaroineen olette voineet nähdä ja kuulla Ottilia-yhteessä sekä teinisenaatio Isac Elliotin bändissä.

SUNNUNTAI 24.5.

11.00–12.00 Retki Merikeskus Vellamoon

www.merikeskusvellamo.fi

Opastettu kierros Merta ja menneisyyttä. Lapset seikkailevat Laivakoira Vellun tassunjäljissä.

KUTSU Crohn ja Colitis ry:n kevätkokoukseen

Crohn ja Colitis ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidetään lauantaina 23.5.2015 klo 15.30–17. Paikkana Sokos Hotel Seurahuone, Keskuskatu 21, 48100 Kotka.

Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset kevätkokousasiat. Kokous on tarkoitettu Crohn ja Colitis ry:n jäsenille.

Tervetuloa!
Crohn ja Colitis ry:n hallitus



MAJOITUS

Original Sokos Hotel Seurahuone Kotka
Keskuskatu 21, 48100 KOTKA
010 782 1000
www.sokoshotels.fi/fi/kotka

Majoitushinnat/vuorokausi:
99 €/hlö yhden hengen huoneessa
59,50 €/hlö kahden hengen huoneessa
46,35 €/hlö kolmen hengen huoneessa
• Aamiainen sisältyy hintoihin

Lounasbuffet Fransmannissa 19,50 €

Salaattipöytä
Broilerinfiletä, bearnaisekastiketta
Hauki-jokirapuwallenberg ja ruohosipuli-kapriskastiketta
Annanperunoita
Paahdettuja juureksia
Kahvi ja minimunkki

Illallisbuffet Fransmannissa 25,50 €

Salaattibuffet
Ylikypsää häränrintaa tai lohta
Yrttilohkoperunoita
Lämmin kasvislisäke
Kahvi ja suklaafondant, vadelmamelba

ILMOITTAUTUMINEN

Sitovat ilmoittautumiset koskien majoitusta ja ruokailua **21.4.** mennessä. Muista ilmoittaa myös erityisruokavaliosi.

Ilmoittautumislomakkeen löydät kotisivuiltamme www.crohnjacolitis.fi. Voit ilmoittautua myös Carita Sinkkoselle puh. 075 325 4400 (ma ja to 14–17) tai 040 765 7931 tai sähköpostilla carita.sinkkonen@crohnjacolitis.fi (ilmoittautuminen on vastaanotettu vasta, kun saat kuittauksen).

Muistathan ilmoittautua, vaikka osallistuisit vain luennoille tila- ja kahvitusvarausten takia.

MAKSAMINEN

Ruokailut maksetaan etukäteen yhdistyksen tilille 8.5. mennessä. Tilinumero FI45 2281 1800 0207 07.

Viestikenttään merkintä "kesäpäivät" sekä osallistujan/osallistujien nimi/nimet.

Majoitus maksetaan suoraan hotelliin majoittautumisen yhteydessä.

Kuvat: Kotkan matkailutoimisto

