

## MjøsRygg inviterer til RYGGTREFF 26.oktober

---

**Tirsdag 26.oktober klokken 19:00** ønsker MjøsRygg medlemmer, men også andre interesserte, velkommen til «ryggtreff» på Vertshuset V-E6 på Biri.

Aktiviteten i MjøsRygg har lenge ligget brakk, så nå ser vi i styret virkelig fram til å endelig kunne arrangere en aktivitet for våre medlemmer. Vi håper mange vil benytte seg av denne muligheten til å få vite mer om kveldens hovedtema og om Ryggforeningens aktivitet. Blir det svært få påmeldte, må vi avlyse.

### Tema for kvelden:

- **Smerteforståelse og smertemestring:**
  - o Fysioterapeut Ingvild Gisnås Sorken holder foredrag om smerteforståelse og smertemestring. Hun arbeider til daglig ved Unicare Steffensrud, et rehabiliteringssenter i spesialisthelsetjenesten som leverer tverrfaglig dag- og døgnrehabilitering for pasienter med ulike diagnoser og behov for aktiv rehabilitering.
  - o Laila Hansteen Selnes Grande, medlem i Ryggforeningen og styremedlem i MjøsRygg forteller om sine opplevelser med smertemestring.
  
- **Ryggforeningens arbeid:**
  - o Leder for Ryggforeningen i Norge, Eirik Moe, kommer for å fortelle om Ryggforeningens interessepolitiske arbeid og aktiviteter.

I tillegg til kveldens temaer, blir det tid til litt servering og sosialt samvær.

For å få en viss oversikt over antall deltakere, ber vi om påmelding til [ellenjnf@gmail.com](mailto:ellenjnf@gmail.com) innen 20.oktober.

**Velkommen!**

Med vennlig hilsen  
Ryggforeningen avdeling MjøsRygg