

Kultur och kreativa möten

KFRs studiedagar 3 – 4:e september, 2026.



KFRs styrelse vill hälsa er varmt välkomna till KFRs studiedagar i sensommarens Karlstad.

I en inspirerande och naturskön miljö ger vi plats för trevligaste kollegiala umgänget.

Med en förlängd kulturlunch ges möjligheten till att ta del av platsens kultur på Värmlands museum och Lars Lerins konsthall.

Under tre föreläsningar kommer vi dessutom lära oss om yogans terapeutiska möjligheter, den privata parrelationens koppling till arbetet samt fördjupa oss i vad rörelse-och dansterapi innebär.

Torsdag kvällen inleds med ett minglande årsmöte innan vi roar oss och äter gott.

Innan våra vägar skiljs åt kommer vi även att träffa representanter från RFSU inför vårt aktuella och spännande samarbete, samt vara med på bokrelease av översättningen av Peggy Kleinplatzs bok, Magnificent Sex.

Program

Vi börjar torsdag 3:e september kl 9.00 med incheckning, och avslutar med lunch fredagen 4:e september kl 12.00.

Värmlands museum – konferens och mat

Vi kommer att vara på Värmlands museum under båda våra konferensdagar och för luncher, fika och inte minst: torsdagskvällens middag.

Värmlands Museum ligger på Sandgrundsudden i centrala Karlstad, med Stadsbiblioteket och Sandgrund Lars Lerin konsthall som närmaste grannar.

Adressen är Västra Torggatan 31, 652 24 Karlstad.

Värmlands museum ligger nära city, ca 1 km från busstation och tågstation. Kör du bil finns det en stor parkeringsplats.

Boende

Ni bokar boende själva, och så snart ni bara kan. Se ovan utifrån information om Värmlandsmuseums adress och läge.

Presentation av föreläsarna:

Traumayoga



Ida Ahl är legitimerad psykolog med specialisering inom traumarelaterade tillstånd och medgrundare till Vida Traumamottagning. Hon arbetar kliniskt med traumafokuserad behandling och utbildning, med särskilt fokus på komplex traumatisering och nervsystemets roll i återhämtning.

En föreläsning om empatitrötthet och Sekundärtraumatisering utifrån traumaanpassad Yoga.

Att leva i en parrelation parallellt med pararbete



Hannah Untoro är socionom och legitimerad psykoterapeut inom familjeterapi.

Hannahs föreläsning utgår ifrån hennes uppsats från psykoterapeutprogrammet som belyser dilemman om att själv leva i en parrelation samtidigt som man professionellt arbetar med par i sin dagliga yrkesutövning. Föreläsningen innefattar teori och forskning kring ämnet och lämnar även stort utrymme till åhörarnas reflektioner och delaktighet.

Dans- och rörelseterapi



Jenny Davidsson är i botten utbildad fysioterapeut samt har även grundutbildning i psykoterapi, basal kroppskännedom mindful self-compassion och existentiella samtal. Hon har mångårig erfarenhet att undervisa i dans-och rörelseterapi vid Karlstads universitet och arbetar även som kurator med samtalsstöd på Studenthälsan.

Dans-och rörelseterapi är en konstnärlig terapiform där dans, rörelse och psykoterapi möts. Terapiformen bygger på en relationell psykoterapeutisk bas och arbetssättet varierar och anpassas efter den målgrupp man möter.

Dans-och rörelseterapi är tvärvetenskaplig i och med att den förenar medicinsk, psykoterapeutisk och konstnärlig kunskap. Det handlar inte om att lära ut dans utan om att möjliggöra en integration mellan kropp, rörelse, känsla och tanke. Dansen ses som ett icke-verbalt språk som kan synliggöra inre mentala och känslomässiga processer.

Ni får under denna timme en introduktion till dans-och rörelseterapi genom föreläsning och enkla upplevelsebaserade moment.

Torsdag 3:e september

9.00	Incheckning
9.30	Ida Ahl - Traumayoga
10.30	Kaffe
11.00	Ida Ahl - fortsättning
12.00	Kulturlunch
14.30	Kaffe
15.00	Hanna Untoro – Att leva i en parrelation parallellt med pararbete
16.30	Avslutning av dagen
18.00	Årsmöte i mingelform
19.00	Middag med underhållning

Fredag 4:e september

9.00	Jenny Davidsson – Dans-och rörelseterapi
10.00	Kaffe
10.30	Träff med representanter för RFSU
11.30	Bokrelease av översättning av Peggy Kleinplatzs bok Magnificent Sex- lessons from extraordinary Lovers
12.00	Lunch innan hemfärd

Extra inslag: skapa din egen namnskylt att ta med. Vinnare får en hedersplats i Styrelsen.

Soligaste Karlstad hälsningar!

Kfr:s styrelse/Helena, Sara, Carina, Johan, Gun, Kent, Pia, Cajsa och Ulrika