



HELSE MØRE OG ROMSDAL

# Opplæring av pasientar og pårørende

## kurs og grupper 2017



Lærings- og meistringssenteret (LMS)

[www.helse-mr.no/pasientopplaering](http://www.helse-mr.no/pasientopplaering)

## Innhold

<b>1. KURS FOR VAKSNE</b> .....	<b>3</b>
ADHD .....	3
Autismespekter/Asperger syndrom .....	3
Artrose.....	3
Cøliaki .....	3
Diabetes .....	3
Funksjonshemming .....	4
Hjarte-/ karsjukdommar .....	4
Hjerne.....	5
Hovudpine .....	5
Kreft.....	5
Lunge .....	6
Nevrologi .....	6
Ortopedi .....	6
Overvekt.....	6
Smerte.....	7
Sorg.....	7
Stoffskifte .....	7
Svimmelhet.....	7
Tarm .....	7
Urologi .....	8
<b>2. KURS FOR PASIENTAR OG PÅRØRANDE I PSYKISK HELSEVERN med henvisning til aktuell DPS</b> .....	<b>8</b>
<b>3. KURS FOR BARN, UNGDOM OG DERES FAMILIE</b> .....	<b>12</b>
ADHD .....	12
Asperger/Autisme.....	12
Astma.....	13
Bleiefri .....	13
Cøliaki .....	13
Downs syndrom .....	14
Eksem .....	14
Epilepsi .....	14
Foreldre/funksjons/utviklingshemming .....	14
Rettigheter.....	15
Revmatologi .....	15
<b>4. AURE REHABILITERINGSSENTER</b> .....	<b>16</b>
<b>5. KURS OG FAGDAGAR FOR HELSEPERSONELL OG ANDRE</b> .....	<b>17</b>
Opplæring av pasientar og pårørnde.....	17
Kva er eit Lærings- og meistringssenter?.....	18
Tilsette ved Lærings- og meistringssenteret (LMS):.....	20

## 1. KURS FOR VAKSNE

### ADHD

<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>ADHD</b> Vaksne	Kristiansund	11. - 12. september	Lærings- og Meistringssenteret Bente B. Olsen 71 12 09 98
<b>ADHD</b> Vaksne	Ålesund	Oppstart i oktober	Psykiatrisk poliklinikk for vaksne Synnøve I. Molvær 70 16 73 10

### Autismespekter/Asperger syndrom

<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Psykoedukasjon unge vaksne 18-30 år	Molde	8 samlingar	Seksjon for vaksnehabilitering Aud Sissel Suoranta 71 12 31 25
---	-------	-------------	---

### Artrose

<b>Artrose</b> Personer med artrose – som ikkje er nyoperert	Kristiansund	13. og 14. november	Klinikk for kirurgi Lærings- og Meistringssenteret Bente B. Olsen 71 12 09 98
<b>Artrose</b> Nydiagnostiserte/ diagnostiserte, ikkje nyopererte	Ålesund	2. og 3. oktober	Ortopedisk poliklinikk 70 10 52 25

### Cøliaki

<b>Cøliakiskule</b> Vaksne pasientar og pårørande	Ålesund	28. og 29. november	Poliklinikk for mage - og tarmsjukdom 70 10 58 40
---	---------	------------------------	---

### Diabetes

<b>Diabetes type 1</b> Vaksne pasientar med pårørande	Kristiansund	1. november	Medisinsk poliklinikk Diabetessjukepleier 71 12 23 00
<b>Diabetes type 2</b> Vaksne pasientar med pårørande	Kristiansund	18. og 25. september	Medisinsk poliklinikk Diabetessjukepleier 71 12 23 00

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Diabetes karbohydrattelling</b> Vaksne pasientar med pårørande	Kristiansund	2. oktober	Medisinsk poliklinikk Diabetessjukepleier 71 12 23 00
<b>Diabetes type 2</b> Vaksne pasientar med pårørande	Molde	4. og 12. oktober	Medisinsk poliklinikk Bente Skotheimsvik 71 12 22 12/71 12 15 46 Torunn Kanestrøm 71 12 22 18
<b>Pumpekurs</b> Vaksne pasientar	Molde	15. november	Medisinsk poliklinikk Bente Skotheimsvik 71 12 15 47 Torunn Kanestrøm 71 12 22 18
<b>Diabetes type 2</b> Startkurs vaksne pasientar	Volda	18. og 25. oktober, 1. november	Medisinsk avdeling-Diabetes poliklinikk Marit Dalen Aarseth 70 05 83 87
<b>Diabetes type 2</b> Startkurs vaksne pasientar	Ålesund	20. og 21. november	Medisinsk avdeling. Klinik for medisin Kamilla Træen 70 10 53 86

## Funksjonshemming

<b>Funksjonshemming</b> Gruppeopphald for unge brukarar med funksjonshemming (ca. 18-30 år)	Mork Rehabiliteringssenter Volda	24. juli – 8. august	Avdeling for rehabilitering, revmatologi og hud – Mork rehabiliteringssenter Marte Husøy 70 16 89 05
--	-------------------------------------	----------------------	--

## Hjarte-/ karsjukdommar

<b>Hjarteskule</b> Pasientar og pårørande	Kristiansund	16. og 23. oktober	Medisinsk poliklinikk Nina Egset Sæterbø 71 12 23 00
<b>Hjarteskule</b> Pasientar – hjarteinfarkt, hjarteoperert eller blokka/stenta	Volda	4 kurs årleg	Hjartepoliklinikken Anne Grethe Vågen Mai Britt Aambakk 70 05 85 56

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Hjarteskule</b> Pasientar i rehabilitering	Ålesund	Kontinuerleg	Koronar poliklinikk hjarterehab. Ingrid Granøien, Eli Aasebø 70 10 51 60
<b>PT-INR eigenmåling</b> Pasientar på livslang marevanbehandling	Ålesund	4 gangar årleg eller etter behov	Medisinsk avdeling Ålesund sjukehus Steinar Holmeset 70 10 56 00

## Hjerne

<b>Hjerneslag</b> Pasientar og pårørande	Kristiansund	17., 24. og 31. oktober, 7. november	Medisinsk poliklinikk Lena Eriksen 71 12 23 00
<b>Hjerneslag</b> Gruppeopplæring for slagamma og pårørande	Ålesund	7., 14., 21. og 28. november	Medisinsk avdeling 5 Hilde Christin Rognsø Furstrand 70 10 59 10

## Hovudpine

<b>Hovudpine</b> Pasientar	Molde	Kontinuerleg	Nevrologisk avdeling Marianne Undheim 71 12 04 76
-------------------------------	-------	--------------	---

## Kreft

<b>Prostatakraft</b> Pasientar og pårørande	Kristiansund	18. og 19. oktober	Kirurgisk avdeling 71 12 19 95
<b>Prostatakraft</b> Pasientar som er i strålebehandling	Ålesund	4 – 5 kurs i året	Seksjonsleiar Stråleterapiseksjonen Per Erik Tødenes 70 10 69 39
<b>Brystkreft</b> Pasientar	Ålesund	Kontinuerleg	Kirurgisk avd. 2 Brystdiagn. Senter Brit H. Hurlen 70 10 57 60
<b>Kreft</b> Meistringkurs for dei som har eller har hatt kreft og pårørande	Ålesund	17., 24. og 31. oktober og 6. november	Kreftpoliklinikk Kari Myklebust 70 10 69 63

## Lunge

<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>KOLS</b> Pasientar	Molde	26. oktober	Medisinsk avd. Lungepoliklinikk Liv Unni P. Johannesen 71 12 22 21

## Nevrologi

<b>Multipel sklerose (MS)</b> Nydiagnostiserte	Ålesund	18. og 19. oktober	Fysikalsk medisin. rehab. og nevrologisk poliklinikk Eva Nielsen og Liv Dalseng 70 10 54 37, 70 10 57 38
---	---------	--------------------	--

## Ortopedi

<b>Ortopedisk behandling</b> Før proteseoperasjon i hofte eller kne	Kristiansund	Kontinuerleg	5-Døgnspost for ortopedi 71 12 19 40
<b>Ortopedisk behandling</b> Før proteseoperasjon i hofte eller kne	Volda	Kontinuerleg	Kirurgisk avdeling Mette Muren Gjerseth 70 05 83 86
<b>Ortopedisk behandling</b> Før proteseoperasjon i hofte og kne	Ålesund	Ukentleg	Ortopedisk avdeling Anniken Standal Remseth 70 10 57 66

## Overvekt

<b>Overvekt forkurs gastric bypass</b> Pasientar som har søkt om operasjon	Ålesund	Kontinuerleg	Overvektspoliklinikk Liv Sleen Grønstad 70 10 52 61
<b>Overvekt</b> Pasientar etter overvektoperasjon	Ålesund	Kontinuerleg	Overvektspoliklinikk Liv Sleen Grønstad 70 10 52 61

## Smerte

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Smerte</b> Personar med langvareg/kronisk smerte	Ålesund	Oppstart 24. august og 26. oktober. 8 samlingar kver	Smertepoliklinikken Kristin Westre 70 10 52 63 Jason Mascall 70 10 52 98 Hjørdis Solevåg 70 10 50 24

## Sorg

<b>Sorg</b> Vaksne	Kristiansund	Ved nok påmeldte	Lærings- og Meistringssenteret Toril Kvisvik 71 12 09 99/ 954 81 230
<b>Sorg</b> Barn og unge	Ålesund	Ved nok påmeldte	Sjukehusprest Odd Arne Skogen 70 10 53 23/411 46 133
<b>Sorg</b> Foreldre som har mista barn i mors liv, eller v/ fødsel	Ålesund	Oppstart tilpassa behov	Kvinneklubben Elin Ytterbø Nina Heggdal 70 10 59 30

## Stoffskifte

<b>Stoffskifte</b> Vaksne med pårørende	Kristiansund	19. og 20. september	Lærings- og Meistringssenteret Bente Bae Olsen 71 12 09 98
--	--------------	----------------------	--

## Svimmelhet

<b>Svimmelhetsskule</b> Pasientar	Molde	Kontinuerleg	Nevrologisk avdeling Ekspedisjon 71 12 04 80
--------------------------------------	-------	--------------	--

## Tarm

<b>IBS-skule/irritabel tarmsyndrom</b> Pasientar og pårørende	Ålesund	2 dager i november	Poliklinikk for mage-tarmsjukdommar Synnøve Herje 70 10 61 55
--	---------	--------------------	---

## Urologi

<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>Urologisk behandl.(pre-pol) Pasientar</b>	Kristiansund	Kontinuerleg	Døgneining for kirurgi, gynokologi og indremedisin 71 12 19 55

## 2. KURS FOR PASIENTAR OG PÅRØRANDE I PSYKISK HELSEVERN med henvisning til aktuell DPS

<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>Gruppebehandling/ kurs angstmeistring</b> Basert på kognitiv terapi. Pasientar	DPS Kristiansund Solhagen	Oppstart september, 10 ukentlege samlingar og ei samling etter ei månad	DPS Kristiansund Astrid Torheim 71 12 33 35.
<b>Rus og psykiatri (ROP) Bevegelsesgruppe, klatregruppe, mannsgruppe, pårørende, spilleavhengege gruppe</b> Dagbehandlings-pasientar	DPS Kristiansund Solhagen	Ukentleg	DPS Kristiansund Psykiatrisk poliklinikk 71 12 33 35
<b>Stabilisering- og ferdighetskurs</b> <b>Personar med relasjonstraumar</b>	DPS Kristiansund Solhagen	15 samlingar. Oppstart medio oktober	Psykiatrisk poliklinikk 71 12 33 35 Anne Marie Hole Sjøflot og Anne Dorthea Holtan
<b>Psykisk helse – Kvardagsøkonomi</b> <b>Innelagde pasientar</b>	DPS Kristiansund	November	DPS Kristiansund døgn Marianne Andersen 938 74 049 Rita Silseth 928 06 902



<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Psykisk helse – Sov godt! Innelagde pasientar</b>	DPS Kristiansund	Oktober	DPS Kristiansund døgn Marianne Andersen 938 74 049 Rita Silseth 928 06 902
<b>Psykisk helse – Psykoedukativt kurs for personer med bipolar lidelse</b>	DPS Kristiansund Distriktteam Halsa	12 samlingar. Oppstart september	DPS Kristiansund, vaksenpsykiatrisk poliklinikk v/ distriktsteamet i Halså Gerd Bente Otnes 907 31 531
<b>Psykisk helse – Pårørande til rusavhengege Gruppetilbod</b>	Molde	Oppstart 28. august 8 ganger	Molde Behandlingssenterpoliklinikken Jorill Nilsen 902 36 372 Kari Nerland 951 33 257
<b>Psykisk helse – Temakveld om rus og avhengigheit Åpent for alle</b>	Molde	20. september	Molde Behandlingssenterpoliklinikken Siv Kvamme 993 92 108
<b>Psykisk helse – Personar med mild til moderat depresjon (KiD)</b>	DPS Vegsund	19. september	Eva Stine V. Gjengedal 70 10 67 77/957 54 484 Laila SætherTennfjord 70 10 67 74
<b>Psykisk helse – Angstmestring Personar med lett til moderat angst</b>	DPS Vegsund	20. september	Eva Stine V. Gjengedal 70 10 67 77/957 54 484 Marit Godø 70 10 67 76
<b>Psykisk helse – Psykosar Kunnskapsbasert familiesamarbeid Personar med psykose og deres påørørande</b>	DPS Vegsund	Fortløpande etter henvisning	DPS Vegsund 70 10 67 64 Anja Bjørkavåg 907 12 670 Bente Bakke 905 28 607 Ann Jorunn Hoseth Denise Degirmenci Marit Kirkpatrick
<b>Psykisk helse – ADH Kurs for vaksne og deres nærståande</b>	Ålesund	Oppstart 28. september. 8 samlingar	Vaksenpsykiatrisk poliklinikk Synnøve I. Molvær 70 16 73 00

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Psykisk helse – Mindfulness</b>	Ålesund	Oppstart haust 10 samlingar	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Reidun Brende 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Sosial fobi</b> Gruppetilbod	Ålesund	Oppstart haust 10 samlingar	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Eli Husteli 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Leveregelgruppe</b> Gruppetilbod	Ålesund	Oppstart haust 16-18 samlingar	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Synnøve I. Molvær 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Bipolar</b> Gruppetilbod	Ålesund	Oppstart 5. september	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Synnøve I. Molvær 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – billedterapi</b> Gruppetilbod	Ålesund	Kontinuerleg	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Inger Tomren 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Stabiliserande psykopedagogisk traume</b> Gruppetilbod	Ålesund	Oppstart 27. september	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Øyvind Støylen 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Mentaliseringsbasert psykopedagogisk</b> Gruppetilbod	Ålesund	Oppstart september	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Wibeke Stuen Leira 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Mentaliseringsbasert psykoterapeutisk</b> Gruppetilbod	Ålesund	Kontinuerleg	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Ole Inge Gjøen 70 16 73 00
<b>Psykisk helse – Psykomotorisk</b> Gruppetilbod	Ålesund	Kontinuerleg	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Helene Giskeødegård 70 16 73 00

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Psykisk helse – Psykoterapi</b> Gruppetilbod	Ålesund	Kontinuerleg	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Wibeke Kløvning 70 16 73 00
<b>Psykisk helse –</b> Sjølvtilitsgruppe for pasientar	Ålesund	10 samlingar	Voksenpsykiatrisk poliklinikk Eli Husteli 70 16 73 00
<b>Pasientseminar</b> Seminar for pasientar med rus og avhengigheitsproblematikk	Ålesund	23.-24. august 18.-19. oktober 13.-14. desember	Ålesund behandlingssenter - Klinikk for psykisk helse og rus Karine Nossen Aarsund 70 17 13 77
<b>Pårørendeseminar</b> Seminar for pårørende til pasientar som har rus- og avhengigheitsproblematikk	Ålesund	6.-7.oktober	Ålesund behandlingssenter - Klinikk for psykisk helse og rus Karine Nossen Aarsund 70 17 13 77
<b>Pårørendeseminar</b> Seminar for pårørende til pasientar som har rus- og avhengigheitsproblematikk	Ålesund	4.- 5.oktober	Ålesund behandlingssenter - Klinikk for psykisk helse og rus Karine Nossen Aarsund 70 17 13 77

### 3. KURS FOR BARN, UNGDOM OG DERES FAMILIE

#### ADHD

<b>ADHD</b> Foreldre/foresatte	Kristiansund	20. og 26. oktober	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Eli Aarland 71 12 17 10
<b>ADHD</b> Foreldre/foresatte	Molde	22. og 29. november	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Marit Haug 71 12 16 30
<b>ADHD</b> Foreldre/foresatte	Volda	19. og 26. oktober	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Linda Røssevold 70 05 85 70
<b>ADHD</b> Foreldre/foresatte	Ålesund	19. og 26. oktober	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Torhild Barmen 70 16 72 10

#### Asperger/Autisme

<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Barn 3. – 7. klasse	Kristiansund	Oppstart 19. oktober. 6 samlinger	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Ellen Brattøy 71 12 17 10
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Foreldre til barn 1. – 7. klasse	Kristiansund	19. og 27. september	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Ellen Brattøy 71 12 17 10
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Ungdom 13 (8. klasse) - 18 år	Molde	Oppstart 13. september. 8 samlinger	Klinikk for kvinner, barn og ungdom BUP eksp. 71 12 16 30 Mathea Harvold, Elin Fladseth 417 61 076 Molde kommune: Hilde Torsetnes 71 77 79 50
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Foreldre/foresatte til ungdom/13-18 år	Molde	4. og 11. september	Klinikk for kvinner, barn og ungdom BUP ekspedisjon Marit Haug 71 12 16 30 Elin Fladseth 417 61 076
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Ungdom 13 (8. klasse) - 18 år	Volda	Oppstart 27. oktober. 8 samlinger	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Linda Røssevold 70 05 85 70

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Foreldre/foresatte til barn/unge	Ålesund	14. og 21. september og 5. oktober	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Anita Rønningen 70 16 72 00
<b>Autismespekter/ Asperger syndrom</b> Ungdom frå 8. klasse	Ålesund	8 samlingar Oppstart 18. oktober	Psykisk helsevern for barn og unge (BUP) Bente Karin Hansen 70 16 72 00

## **Astma**

<b>Astmaskule</b> Foreldre/foresatte, besteforeldre, tilsette i skule og barnehage til barn 0-18 år	Ålesund	24. oktober	Poliklinikk og dagbehandling for barn og unge Heidi Kronborg Olsen 70 16 75 50
--	---------	-------------	--

## **Bleiefri**

<b>Prosjekt bleiefri –</b> Foreldre og andre involverte - barn /ungdom som ikkje har blærekontroll	Kristiansund	6. september	Seksjon for habilitering av barn og unge Hilde Furseth Jakobsen, Marit Lie, Marit Romundstad 71 12 16 00
---	--------------	--------------	---

## **Cøliaki**

<b>Cøliakiskule</b> Foreldre/foresatte, besteforeldre, tilsette i skule og barnehage til barn 0-18 år	Ålesund	26. september	Poliklinikk og dagbehandling for barn og unge Heidi Kronborg Olsen 70 16 75 50
--	---------	---------------	--

## Downs syndrom

<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>Downs syndrom</b> Foreldre til små barn	Ålesund	Invitasjon sendes ut ved ny gruppestart	Barnehabiliteringsteneste Anne Grete N. Djupvik 70 10 64 53

## Eksem

<b>Eksemskule</b> Foreldre/foresatte, besteforeldre, tilsette i skule og barnehage til barn 0-18 år	Ålesund	16. oktober	Poliklinikk og dagbehandling for barn og unge Heidi Kronborg Olsen 70 16 75 50
--	---------	-------------	--

## Epilepsi

<b>Epilepsi</b> Foreldre, andre pårørende og aktuelle fagpersonar	Kristiansund	28. september	Seksjon for habilitering av barn og unge Hilde J. Furseth 71 12 16 00 - Barnesengepost Siv Kristoffersen 71 12 15 90 - LMS Bente Bae Olsen 71 12 09 98
--	--------------	---------------	--

## Foreldre/funksjons/utviklingshemming

<b>Foreldrearena</b> Foreldre til barn med nedsattfunksjons- evne eller langvareg sjukdom. Stor vekt på erfaringsutveksling	Kristiansund	Start 15. november. 7 ganger	Seksjon for habilitering av barn og unge. Kristiansund sjukehus Marit Romundstad 71 12 16 00
<b>Plutselig 18</b> Foreldre til ungd. 13-18 år med en utviklingshemming	Kristiansund	13. september	Seksjon for habilitering av barn og unge. Kristiansund sjukehus Bente Strømsvåg, Marit Romundstad 71 12 16 00
<b>Starthjelp</b> Foreldre til barn 0-6 år med sammensatte vansker som er nylig diagnostisert eller er under utredning	Kristiansund	Oppstart 27. september. 4 ganger	Seksjon for habilitering av barn og unge. Kristiansund sjukehus Marit Romundstad 71 12 16 00

<b>Tema og målgruppe</b>	<b>Stad</b>	<b>Dato</b>	<b>Avdeling og kontaktperson/tlf</b>
<b>Starthjelp</b> Foreldre til barn med nedsatt funksjonsevne 0-6 år	Ålesund	6. og 20. september, 4. og 18. oktober	Seksjon for habilitering av barn og unge Jan E. Årsæther 70 10 64 43
<b>Syskenleir</b> Barn, 10-15 år, som har sysken med nedsatt funksjonsevne	Ålesund	16. - 17. august	Seksjon for habilitering av barn og unge Britt Søvik 70 10 64 43

## Rettigheter

<b>Kva er viktig for meg og familien.</b> Hjelpe- og støtteordningar for barn, ungdom og deira familie til barn/unge med helseutfordringar/ funksjonsvansker Foreldre og foresatte til barn i skulealder og for ungdom over 16 år	Kristiansund	7. mars 2018	Klinikk for kvinner, barn og ungdom Elin Fladseth 417 61 076 I samarbeid med Ørsta/Volda, Molde, Ålesund, Kristiansund kommune og brukerorganisasjoner frå FFO og SAFO
	Molde	23. november	
	Ørsta	26. september	
	Ålesund	13. februar 2018	

## Revmatologi

<b>Leddgikt. Temadag</b> Foreldre/foresatte til barn 0-18 år og barn og ungdom 12-18 år	Ålesund	31. oktober	Barne- og ungdomsavdelingen Heidi Kronborg Olsen 70 16 75 50
--	---------	-------------	--

#### 4. AURE REHABILITERINGSSENTER

<b>Opplæring i samband med rehabiliteringsopphald 2017</b>			
<i>Tema og målgruppe</i>	<i>Stad</i>	<i>Dato</i>	<i>Avdeling og kontaktperson/tlf</i>
<b>Muskel/skjelettlidelser</b> Personar som er (delvis) sykmeldt eller står i fare for å bli det	Aure	Kontinuerleg. 3 ukers opphald	Aure rehabiliteringscenter 71 64 79 00
<b>Nakkegruppe</b> Personar med langvarege nakkeproblemar, skade, prolaps og slitasje eller en kombinasjon	Aure	Kontinuerleg. 3 ukers opphald	Aure rehabiliteringscenter 71 64 79 00
<b>Parkinsongruppe</b> Pasientar med parkinson/ parkinsonisme	Aure	Kontinuerleg. 3-4 ukers opphald	Aure rehabiliteringscenter 71 64 79 00

- *Det kan bli endringar i planen*

#### **A treffe med kunnskapen!**





## 5. KURS OG FAGDAGAR FOR HELSEPERSONELL OG ANDRE

### Kurs i presentasjonsteknikk

Målgruppe: personell i Helse Møre og Romsdal og kommunar, primært retta mot dei som arbeider med opplæring av pasientar og pårørande

Kurset går over ein dag vil vere praktisk retta basert på øvingar. Hovudmålet er at deltakarane skal kjenne seg tryggare som undervisarar. Avgrensa tal på deltakarar pga praktiske øvingar. Kurshaldarar: Jan Ole Bolsø og Stein Conradsen.

Påmelding: i læringsportalen til HMR.

Når: LMS arrangerer nokre kurs i året. Klinikkar og avdelingar kan ta kontakt med LMS for avtale og interne kurs. LMS hels og kurs i samarbeid med ein eller fleire kommunar. Kurset kan holdes etter avtaler med eller at LMS arrangerer det. Ønskes meir informasjon ta kontakt med [stein.conradsen@helse-mr.no](mailto:stein.conradsen@helse-mr.no) eller [Jan.Ole.Bolso@helse-mr.no](mailto:Jan.Ole.Bolso@helse-mr.no)

### Kurs i helsepedagogikk Ålesund 16. - 17. oktober og 2. november

Målgruppe: ansatte i Helse Møre og Romsdal, kommunar i Møre og Romsdal og representantar fra brukarorganisasjonar.

Målsetting med kurset: styrke helsepersonell og brukarrepresentantar i å formidle kunnskap om sjukdom, funksjon og helse, i tillegg til å fremme fagområdet pasient- og pårørandeopplæring.

**Påmelding: På e-post til [toril.kvisvik@helse-mr.no](mailto:toril.kvisvik@helse-mr.no) innen 5. oktober 2017**

(NB: Begrensa med plassar)

### Fagdag i individuell plan

Ein fagdag med fokus på individuell plan er under planlegging i Ålesund hausten 2017.

Målgruppe: politikere, leiare i kommunane, koordinerande eining, leiarar og tillitsvalde i brukarorganisasjonane, NAV og andre interesserte.

Meir informasjon kommer etter kvart på nettidane til LMS ,FFO og SAFO.

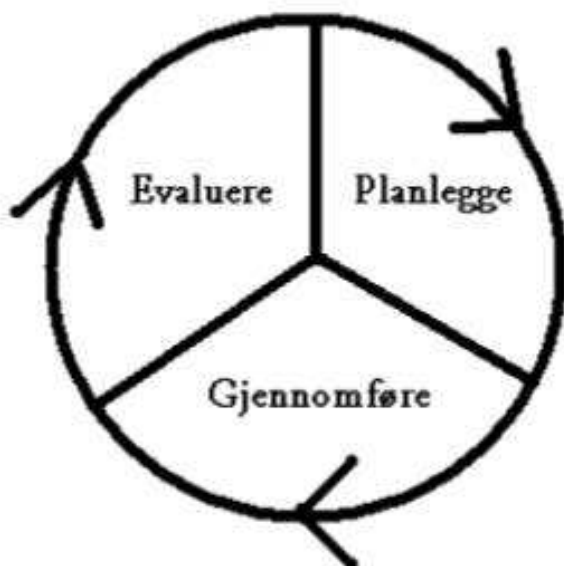
### Opplæring av pasientar og pårørande

Opplæring av pasientar og pårørande er ei av spesialisthelsetenesta sine fire hovudoppgåver. Avdelingane ved sjukehusa har hovudansvaret for denne oppgåva. I kvar klinisk avdeling er det oppnemnt ein opplæringskoordinator som skal samordne avdelinga sitt arbeid med pasient- og pårørandeopplæring, og vere eit bindeledd mellom avdelinga og Lærings- og meistringssenteret. Senteret støttar avdelingane sitt opplæringsarbeid fagleg, praktisk og administrativt. Senteret arbeider også for at opplæring skal vere ein integrert del av standardiserte pasientforløp, nært samarbeid med brukarar, brukarorganisasjonar og kommunar legg grunnlaget for dette.

### Kva er eit Lærings- og meistringssenter?

- Ein tilgjengeleg møteplass mellom pasientar/brukarar og fag-personar.
- Ein lærestad for pasientar/brukarar med kronisk sjukdom og/eller funksjonshemming, der ein skal få utvida innsikt i eigen situasjon og bli styrka i si meistring av kvardagen.
- Ein lærestad der helsepersonell får hjelp – og høve – til å formidle kunnskap om sjukdom, funksjon og helse.
- Læringsstilboda blir gitt til grupper av brukarar (pasientar, pårørande mm). Avhengig av tema blir gruppene samansette av brukarar med same diagnose eller på tvers av diagnose-grupper.

**Standard metode:** Lærings- og meistringstilboda blir utvikla i samarbeid med



fagpersonar med ulik fagbakgrunn og brukarrepresentantar (erfarne brukarar) som deler sine erfaringar og sin kunnskap. Arbeidsmåten blir kalla Standard metode, og er basert på dialog og forankra i verdiane om brukarmedverknad og sidestilling av brukarerfaring og fagkunnskap.

### Tilvising og påmelding, utgifter og refusjon

Informasjon om påmelding og eventuelt behov for tilvising (henvisning) finn du i kursbrosjyre,

på nettsider og ved å ta direkte kontakt med avdelinga. Tilvising skal sendast til avdelinga eller poliklinikken som er kursansvarleg.

### Eigenbetaling

Eigendelen for deltaking i kursprogram på minst 7 timar, er kr. 345,- for pasient. Eigendelstak 1 for 2017 er kr. 2205,-. Pårørande betaler ikkje eigendel. Barn under 16 år og foreldre som deltek på foreldrekurs, skal heller ikkje betale eigendel. Deltakarar kan pårekne å måtte betale noko for lunsj. Alle eigendeler blir automatisk registrerte i grunnlaget for frikort, også eigendeler for reise med rekvisisjon. Ved manglande oppmøte på kurs/gruppar uten å ha gitt beskjed vil ein bli belasta med kr. 690,- (innen somatikk) eller maks. kr. 345 (innen psykiatri og rus), og tel ikkje som eigendel.

### **Refusjon av utgifter til reise for pasient**

Hovudregelen for reiserefusjon er at ein må ha ein reiseveg på meir enn 10 km ein veg. Ein får då dekt ein standardsats på kr. 2,30 per km, same kva for eit transportmiddel ein nyttar. Eigendelen for reiseutgifter er kr. 146,- kvar veg per 2017 og kjem inn under eigendelstak 1. Blir fritt sjukehusval nytta, er satsen kr. 400,- kvar veg.

### **Utgiftsdekning for pårørande**

Reglane om utgiftsdekning for reise og opphald gjeld også pårørande som blir inviterte til kurs/opplæring i regi av spesialisthelsetenesta. Dersom pårørande må ha permisjon frå arbeid, kan dei eventuelt søke arbeidsgivar om velferdspermisjon. For pårørande som deltek som naudsynt reisefølgje, gjeld særskilde reglar.

### **Reiserekningskjema**

Pasientar og pårørande som sjølve ordnar og betaler for reise, må fylle ut reiserekningskjema kvar for seg og sende desse inn til Pasientreiser ANS. Ein del pasientar kan nytte elektronisk registrering ved å logge inn på «Min helse» på [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no). Sjå [Helsenorge.no/Pasientreiser.no](http://Helsenorge.no/Pasientreiser.no) for meir informasjon. Ordninga oppdaterast fortløpande. Papirskjema er forøvrig tilgjengeleg på kurset, hos behandlar. Kravet må fremjast innan 6 månadar. Kursansvarleg avdeling skal sørge for oppmøtestadfesting for dei som treng det.

Eigendel blir registrert automatisk i grunnlaget for frikort. Ved behov for ekstraskyss/drosje gjeld elles særskilde reglar om rekvisisjon. Meir informasjon finn du på nettadressa [www.pasientreiser.no/](http://www.pasientreiser.no/)

## Tilsette ved Lærings- og meistringssenteret (LMS):



Toril Kvisvik, teamkoordinator

[Toril.kvisvik@helse-mr.no](mailto:Toril.kvisvik@helse-mr.no)

Tlf: 71 12 09 99/954 81 230

Kristiansund sjukehus - Herman Døhlensvei 1

### Sunnmøre



Ellen Langnes,  
fagkonsulent

[Ellen.karin.langnes@helse-mr.no](mailto:Ellen.karin.langnes@helse-mr.no)

Tlf.: 70 10 63 98

Åsebøen 11, 8. etg.

Ålesund sjukehus

### Nordmøre og Romsdal



Kari-Anne Nerland,  
fagkonsulent

[Kari.anne.nerland@helse-mr.no](mailto:Kari.anne.nerland@helse-mr.no)

Tlf.: 71 21 77 85/476 63 021

Høvdingbygget

Byfogd Motzfeldsgt. 6, Molde



Espen Ervik,  
fagkonsulent

[Espen.ervik@helse-mr.no](mailto:Espen.ervik@helse-mr.no)

Tlf.: Ålesund: 70 10 63 96

Tlf.: Volda: 70 16 87 20

Åsebøen 11, 8. etg.

Ålesund sjukehus

Volda sjukehus torsdagar



Bente Bae Olsen,  
fagkonsulent

[Bente.bae.olsen@helse-mr.no](mailto:Bente.bae.olsen@helse-mr.no)

Tlf.: 71 12 09 98

Kristiansund sjukehus

Herman Døhlensvei 1



Mariëtte Glas-Albers,  
vikar

[Mariette.glas.albers@helse-mr.no](mailto:Mariette.glas.albers@helse-mr.no)

Tlf.: 71 12 09 96

Kristiansund sjukehus Herman

Døhlensvei 1

Internett: [helse-mr.no/lms](http://helse-mr.no/lms)

## Ressurs for opplæring av pasientar og pårørende Midt-Norge (ROPP)



Jan Ole Bolso,  
rådgivar

[Jan.ole.bolso@helse-mr.no](mailto:Jan.ole.bolso@helse-mr.no)

Tlf.: 70 16 87 32/909 38 487

Kløvertun, Volda sjukehus



Stein Conradsen,  
rådgivar

[Stein.conradsen@helse-mr.no](mailto:Stein.conradsen@helse-mr.no)

Tlf.: 70 16 87 27/932 44 128

Kløvertun, Volda sjukehus