

# Osteoporosekurs

For pasienter med osteoporose og deres pårørende.

**2.september 2020**  
**Festsalen, Molde sjukehus**



**Arrangør:**

**Avdeling for ortopedi, Molde sjukehus**

**Lærings- og mestringssenteret i Helse Møre og Romsdal**

## Program

09.00	Velkommen og presentasjon
09.15	Osteoporose, sykdom og behandling. v/ortoped Jens Stutzer
10.05	Pause
10.20	Kosthold ved osteoporose v/klinisk ernæringsfysiolog Eva Kvendbø
11.00	Informasjon om osteoporoseklinikken v/Lasse Ørsal
11.30	Lunsj
12.15	Å leve med osteoporose v/brukerrepresentant - Erfaringsutveksling
13.15	Informasjon om bentetthetsmåling Bjørn Otto Strømme
13.50	Pause
14.00	Bevegelse og osteoporose, inkl. pause v/fysioterapeut Liv Kari Havnes og Oda Ranheim Gagnat Nb. Ledige klær og egnede sko til øvelser.
15.15	Oppsummering og avslutning
15.30	Vel hjem!

Med forbehold om endring i programmet

## **Praktiske opplysninger**

**Målgruppe:** Personer med osteoporose. Pårørende er velkomne til å delta.

### **Påmelding:**

For å delta må du ha henvisning fra lege. Du blir påmeldt når henvisning sendes elektronisk til: Kirurgisk inntakskontor, Molde sjukehus. Pårørende trenger ikke henvisning.

**Påmeldingsfrist:** 19. august 2020

**Spørsmål:** Ta kontakt med kirurgisk avdeling B  
Telefontid mellom kl. 08.00 og 15.30; tlf. 71121850

**Egenandel:** Kr.351,- (påføres egenandelskortet). Ingen egenandel for den som har frikort eller for pårørende. Faktura sendes i etterkant av kurset.

**Bindende påmelding:** Ved ikke møtt uten å ha gitt beskjed vil den enkelte bli belastet med 1053,-

**Kaffe/te, frukt og lunsj:** kr 140,- per person. Faktura sendes i etterkant av kurset. Gi beskjed dersom du ikke ønsker bevertning.

**Rettigheter ved opplæring** for pasienter og pårørende: se <https://helse-mr.no/behandlinger/pasient-og-parorandeopplering>

**Parkering** må den enkelte ordne med selv

**Vennligst gi beskjed i god tid hvis det er spesielle behov vi skal hensyn til f. eks kost, hørsel etc.**

\*Tenk gjerne gjennom spørsmål på forhånd.



I trygge hender **24**  
pasientsikkerhetsprogrammet.no **7**

 **HELSE MØRE OG ROMSDAL**

**Hjertelig velkommen!**