

Kurs i hofte- og kneartrose for pasienter og pårørende

Lærings- og mestringssenteret, Åsebøen 11, 8.etg



Et samarbeid mellom ortopedisk poliklinikk i Ålesund, Revmatikerforeningen og Lærings- og mestringssenteret i Ålesund.

Dag 1- 5.desember

0900 **Velkommen!**

0915 **Hva er artrose?**

1015 **Pause**

1030 **Om legemidler**

1115 **Lunsj**

1200 **Artrose i et mestringsperspektiv v/brukerrepresentant**

1245 **Bevegelse og artrose**

1345 **Oppsummering**

1400 **Slutt**

Dag 2- 6.desember

0915 **Aktuelle muligheter og rettigheter ved artrose**

1015 **Hvordan mestre hverdagen etter kurset?**

1115 **Lunsj**

1215 **Revmatikerforeningen**

1315 **Pause**

1325 **Spørsmål, erfaringsutveksling og evaluering**

1400 **VEL HJEM**

Praktiske opplysninger

Målgruppe: Nydiagnostiserte/diagnostiserte personer med hofte- og kneartrose – som ikke er nyopererte.

Henvisning: For å kunne delta må du ha henvisning fra din lege.

Påmeldingsfrist: 25. november

For påmelding: Ortopedisk poliklinikk, 70105810

Kursavgift: 345,- (påføres egenandelskort). For den som har frikort er det gratis. Faktura sendes i etterkant av kurset.

Kaffe/te, frukt og lunsj: kr 260,- per person totalt for begge dager. Faktura sendes i etterkant av kurset.

Bindende påmelding: Det er bindende påmelding. Ved ikke møtt vil den enkelte bli belastet med kr 690,-.

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

Kontaktperson: Espen Ervik, fagkonsulent, Lærings og Mestringssenteret, espen.ervik@helse-mr.no
Tlf.: 70 10 63 96



HELSE MØRE OG ROMSDAL