

MOLDE

5. september
og 12.
september
2024

Oppmøte:
Julsundvegen
47B
6412 Molde

ÅLESUND

11. september
og 17.
september
2024

Oppmøte:
Styrommet
(Storhornet),
Administrasjons
bygget, Ålesund
sjukehus

DIN HISTORIE TELLER!

*Målgruppe: For deg som er pasient
og ønsker å være brukerrepresentant på kurs og
gruppetilbud*



*Med fokus på brukerhistorier og hvordan du kan
fortelle din historie på din måte.*

Målet med kurset er å øke kompetanse på å formidle sine
erfaringer som skal føre til økt mestring for andre.



Program

Kursdag 1

5. september Molde eller 11. september Ålesund

16.30	Velkommen og presentasjon Informasjon om FFO, SAFO og Lærings- og mestringssenteret (LMS)
16.45	Teori om mestring og innhold i ei brukerhistorie v/ LMS
17.15	Pause
17.30	Presentasjon av eksempel på brukerhistorie
17.50	Pause med enkel servering
18.20	Presentasjonsteknikk – teori og eksempel på ulike metoder v/LMS
19.00	Oppstart arbeid med egen historie. Individuelt og i gruppe
19.45	Oppsummering og arbeid til neste gang
20.00	Vel hjem!

Kursdag 2

12. september i Molde eller 17. september i Ålesund

16.30	Velkommen, kort oppsummering fra sist v/FFO, SAFO og LMS
16.45	Presentasjon av eksempel på brukerhistorie
17.05	Pause med enkel servering
17.20	Film «Jan Ole og Stein» om formidling
17.30	Presentasjon av egne brukerhistorier m/tilbakemelding
19.45	Oppsummering
20.00	Vel hjem!

*Med forbehold om endringer i programmet

Praktiske opplysninger

Påmelding: Du melder deg på ved å sende mail til lms@helse-mr.no, merk påmelding med Molde eller Ålesund.

Påmeldingsfrist MOLDE: 29. august

Påmeldingsfrist ÅLESUND: 4.september

OBS! Begrenset antall plasser, maks 10 deltagere på hvert kurs.

Ved spørsmål: Ta kontakt med Lærings- og mestringssenteret på telefon;

Molde: Astrid Ljøkjell Solem 930 91 816

Ålesund: Jenni-Mari Dimmen 905 51 930

Kurset er gratis, reise må man ordne med selv.

Mat og drikke serveres på kurset.

Vennligst gi oss beskjed om det er noe vi skal ta hensyn til, kost/allergier etc.

Forarbeid:

Du kan tenke igjennom din historie på forhånd og om det er noe spesielt du ønsker veiledning på.

Gi gjerne beskjed i forkant om det er noe vi bør ta hensyn til som syn/hørsel el.

Hjertelig velkommen!

Våg å være

Våg å være ærlig, våg å være fri
Våg å følge det du gjør, si det du vil si
Kanskje de som holder munn er reddere enn deg?
Der hvor alt er gått i stå må noen åpne vei.

Våg å være sårbar, ingen er av stein
Våg å vise hvor du står, stå på egne bein
Sterk er den som ser seg om og velger veien selv
Kanskje de som gjør deg vondt er svakest likevel

Våg å være nykter, våg å leve nå
Syng om det er det du vil – gråt litt om du må
Tiden er for kort til flukt, bruk den mens du kan
Noen trenger alt du er og at du er sann



Av Hans Olav Mørk