

Har du spørsmål som angår kurset kan du ringe til Lærings- og Mestringsenheten.

Send henvisningen til Lærings og Mestringsenheten

Helgelandssykehuset Mo i Rana
8607 Mo i Rana
Telefon : 751 25718 / 751 25145
Du finner oss i 5. etg.
e-post: tovelill.falstad@rasyk.nl.no

Lærings- og mestringsenheten er en enhet i sykehuset hvor fagkunnskap og brukererfaringer forenes. Det er for å styrke og utvide tilbudet på informasjon og opplæring om det å leve med kronisk, langvarig sykdom eller funksjonshemming.

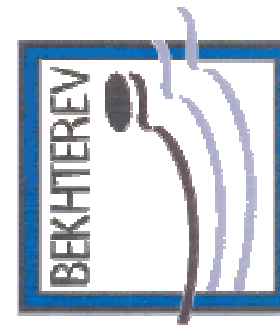
- ☺ Et møtested mellom brukerkunnskap og fagkunnskap.....
- ☺ Et møtested mellom liv og lære.....



- **L**æring og **M**estring gjennom **S**amarbeid



Invitasjon til Bektherev-kurs



...for pasienter og pårørende...

29. og 30. april 2008

Vi inviterer personer med Bekhterev og deres pårørende til kurs.

Dette er et kurs for voksne med Bekhterev sykdom fra hele Helgeland. Også pårørende er velkommen. Kurset er bredt sammensatt av flere fagpersoner og etater. Erfarne brukere medvirker gjennom et nært samarbeid med Rana Revmatikerforening.

Mål for kurset

Målet er å stimulere til kunnskaps- og erfaringsutveksling mellom brukere, pårørende og helsepersonell vedrørende tema knyttet til diagnosen Bekhterev.

Økt kunnskap om sykdom, trening og egenomsorg skal føre til bedre mestring av hverdagen, og forebygge tilstivning og forverring av tilstanden.

Praktiske opplysninger

Henvising fra lege sendes til Lærings- og mestringsenheten, og vurderes av revmatolog før inntak i kurset.

Ca. 2 uker før kursstart vil du motta innkallingsbrev til kurs.

Egenandel for kurset er kr. 280,- (Frikort gjelder)

Ingen egenandel for pårørende.

Lunsj fås kjøpt i sykehusets kantine.

Reiseutgifter: Deltakere på kurs har rett til dekning av rimeligste reisemåte til kursstedet. Egenandel reise er kr. 240 tur /retur. For nærmere opplysninger kontakt NAV Trygd tlf 815 81018.

Utgifter til nødvendig overnatting kan også dekkes etter trygdens satser. Ta kontakt med lokalt trygdekontor for nærmere informasjon i forhold til reise og overnatting.

Program

Medisinsk ansvarlig: Revmatolog Inger Myrnes Hansen

Kursleder: Ergoterapeut Grete Morberg

Sted: Helgelandssykehuset Mo i Rana på Lærings- og mestringsenheten i 5. etg.

Tirsdag 29. april kl: 09:00 – ca.15:00

- Hva er Bekhterev?
 - Medisinsk informasjon
 - Behandling / medikamenter
- Kosthold og ernæring
- Fysisk aktivitet og avspenning

Onsdag 30. april kl: 09:00 – ca.15:00

- Mestring – smerter / hverdagen
- Yrkesvalg og attføring - NAV
- Refusjon av utgifter –NAV
- Mer om medikamenter.....