



Helse Nordmøre og Romsdal
KRISTIANSUND SYKEHUS - MOLDE SJUKEHUS

OPPLÆRING AV PASIENTER OG PÅRØRENDE

AKTIVITETSPLAN

HØST 2010

*"Det vesentlige ved lykken
Er ikke rikdom og nytelse,
Men aktivitet
Den frie utfoldelsen av evner,
Samt vennskap med gode mennesker "*

Aristoteles



Aktivitetsplan høst 2010

Å komme sammen er begynnelsen!

A holde sammen er fremgang!

A arbeide sammen er suksess!

(sitat Henry Ford)

Samhandling har siden oppstart av Lærings- og mestringssentra vært grunnmuren i arbeidet med opplæring av pasienter og pårørende. Med Samhandlingsreformen som ble vedtatt i år, har samhandling blitt enda mer satt i system, spesielt rettet mot kommunene.

Lærings- og mestringssenteret er organisert i Samhandlingsavdelingen i Helseforetaket, en avdeling som skal være en overordnet støttespiller mht. ekstern og intern samhandling.

Lærings- og mestringssenteret har mange viktige samarbeidspartnere både internt i avdelingen, i Helseforetaket og eksternt mot kommuner (og andre) og ikke minst brukere og brukerorganisasjoner. Daglig får vi besøk av ulike brukere eller pasienter som forsterker viktigheten med pasient- og pårørendeopplæring. Vi lærer veldig mye i møtet med dem; om ressursene og erfaringene deres, i tillegg til utfordringene de møter i det å leve med en kronisk sykdom eller har noen i familien som er syk eller har en funksjonshemming. Vi ønsker å rette en stor takk til alle som kommer innom og deler sine erfaringer.

Samhandling står også sentralt i arbeidet med *Barn og unge som pårørende*, et prosjekt som arbeider med å fremme barn og unges behov som pårørende til alvorlig syke foreldre på sykehus, i tråd med ny lovendring. Det er opprettet barneansvarlige på alle aktuelle avdelinger i Helseforetaket som skal ivareta dette. Dette arbeidet har vi kommet langt med her i Helseforetaket sammenlignet med mange andre.

Samhandling er viktig i arbeidet med å implementere opplæring som en naturlig del i et pasientforløp. Mye skjer og har skjedd på denne fronten i år også; Barnehabiliteringstjenesten har etablert faste opplæringstilbud til foreldre og barn som har autisme eller asperger, Nevrologisk avdeling har flere opplæringstilbud, og kurs for de med ME ble arrangert i vår. Kirurgisk avdeling arrangerte Prostatakreftkurs i vår og er godt i gang med arbeidet med en artroseskole. Medisinsk avdeling har lenge hatt faste opplæringstiltak, som Diabeteskurs og Hjertekurs, så der skal vi starte arbeidet videre med å få opplæring inn i PAS for å sikre på systemnivå at flest mulig får et tilbud om opplæring.

I juni fikk vi en gladmelding fra Helsedirektoratet. Kristiansund kommune fikk midler til å gjennomføre opplæring innen helsepedagogikk for ansatte i kommunen i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret. Dette skal styrke kommuneansatte til å drive med opplæring av pasienter og pårørende i tråd med Samhandlingsreformen.

Tross noe uro og utfordringer i sykehusstrukturen i fremtiden ønsker jeg til slutt å påpeke at vi har en utrolig styrke i all kompetanse som fins i Helse Nordmøre og Romsdal og sammen med brukernes kompetanse stiller vi sterkt i arbeidet med fremtidens utfordringer innen sykdom og helse.

Toril Kvisvik
konsulent



Opplæring av pasienter og pårørende

I hver klinisk avdeling er det etablert en opplæringskoordinator som skal ivareta pasient- og pårørendeopplæring. Det er de kliniske avdelingene som har ansvar for opplæring av pasienter og pårørende.

Lærings- og mestringssenteret skal bistå avdelingene med å planlegge og gjennomføre tiltak.

Sammen med opplæringskoordinator skal de samarbeide om å implementere opplæring som en del av tilbudet i helseforetaket.

Mye opplæring skjer utenom Lærings- og mestringssenteret, og da er det den enkelte avdeling som går ut med informasjon om dette.

Henvisning

For å delta på enkelte kurs må pasienten ha henvisning fra lege. Dette vil det bli opplyst om i kursbrosjyrene.

Egenandel kr. 295,00 pr. pasient.

For de som har frikort er kursene gratis.

Lunsj kommer i tillegg.

Vennligst gi oss beskjed dersom det er behov for spesiell tilrettelegging.



Hva er et lærings- og mestringssenter?

- En tilgjengelig møteplass mellom fagpersonell og brukere
- Et lærested for brukere med kronisk sykdom/funksjonshemming hvor de kan tilegne seg kunnskaper for å mestre hverdagen
- Et lærested for helsepersonell for å øke deres bevissthet og evne til å formidle kunnskap om sykdom, funksjon og helse

*Informasjon er ikke det som er sagt,
men det som pasient og pårørende har
FORSTÅTT*



- Det gis læringstilbud til grupper av brukere (pasienter, pårørende og venner). Avhengig av tema settes gruppene sammen av brukere av samme diagnose eller på tvers av diagnosegrupper.
- Alle tiltak planlegges, gjennomføres og evalueres i samarbeid mellom fagfolk og brukerrepresentanter.



Barn og ungdom som pårørende i Helse Nordmøre og Romsdal HF

Alle enheter i Helse Nordmøre og Romsdal HF har som mål å ivareta barn og ungdom som pårørende når deres foreldre, eller andre omsorgspersoner, har en psykisk lidelse, rusmisbruk eller alvorlig somatisk sykdom. Enhetene har eget barneansvarlig personell som har et overordnet ansvar på sin enhet for å legge til rette for arbeidet rundt denne gruppen pårørende. Ta kontakt med personalet på aktuell enhet for mer informasjon.





Fyrtårn

Lærings- og mestringssenteret skal i høst tilby gruppemøter for foreldre som har barn med en eller annen form for funksjonsnedsettelse eller sykdom, der målet er å styrke familiens mestring. Denne satsingen har navnet Fyrtårn og er et samarbeid mellom Avdeling for barn og unge, erfarne brukere og Lærings- og mestringssenteret. Gruppemøtene vil foregå i Molde på dagtid. Kontakt Linn på Lærings og mestringssenteret for nærmere informasjon og påmelding!

Kurs i helsepedagogikk

I tråd med samhandlingsreformen ønsker Kristiansund kommune å arbeide mer målrettet med opplæring av pasient og pårørende. Kommunen har fått midler fra Helsedirektoratet til å starte opplæring av ansatte i kommunen ift helsepedagogikk for så videre og gjennomføre kurs for personer med KOLS og andre hjerte-lungelidelser. Dette skal skje i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret ved Helse Nordmøre og Romsdal. Kursene for ansatte vil arrangeres vinter 2010 og våren 2011.



Overvekt

Overvekt er et økende samfunnsproblem forbundet med alvorlige følgesykdommer. Helseforetaket har hatt ulike gruppe- og kurs tilbud for overvektige barn og voksne, og mange av disse er under lengre oppfølging ved Kristiansund sykehus.

I høst vil Molde sjukehus arrangere et grunnkurs for voksne med overvekt over fire dager; 27.oktober og 9.november i tillegg til to oppfølgingsdager.

Ungdom og aktivitet

Ved Atlanten ungdomsskole i Kristiansund skal det startes opp et aktivitetstilbud for elever i 8. 9. og 10. klasse som har falt ut av gymtimene av ulike årsaker. Dette er et samarbeid mellom idrettslinjen ved Atlanten vg. skole, Kristiansund kommune og Lærings- og mestringssenteret. Tilbudet vil starte opp høsten 2010.



Sorggrupper

Sorggrupper er et tilbud for barn, ungdom og voksne som har mistet en av sine nære pårørende. Uansett hvor lenge siden tapet har skjedd kan en ha utbytte av å være med i en sorggruppe. Gjennom sorggruppen kan man dele opplevelser og tanker med andre ”som vet hva du snakker om”. Dette er et samarbeid mellom Helse Nordmøre og Romsdal, kommuner og Kirken. Interesserte bes ta kontakt med Toril Kvisvik på Lærings- og mestringssenteret, tlf 71120999/95481230.

Sorgsamling for ungdom på Renndølssetra

Helse Nordmøre og Romsdal skal arrangere helgesamling på Renndølssetra i Innerdalen 3.-5.sept. for ungdommer i alderen 17-23 år som har opplevd dødsfall i nære relasjoner. Noe av målet med helga er å dele erfaringer med andre og gi den enkelte inspirasjon til å jobbe videre med egen livssituasjon. Det er psykolog Trude Reinfjell som står for undervisning og gruppeopplegg sammen med ansatte i Helse Nordmøre og Romsdal. Lignende samlinger vil bli arrangert senere.



Aktivitetsplan – høst 2010

Artroseskole

Kristiansund sykehus	Kurs høst 2010	Målgruppe: voksne med artrose	Kontaktperson: Linn Stokke Maude Tlf: 71 12 09 99
----------------------	----------------	-------------------------------	--

Autisme og asperger

Kristiansund sykehus	Foreldrekurs høst 2010	Målgruppe: Foreldre til barn med Autismespektervansker	Kontaktperson: Elin Fladseth
Molde sjukehus	Foreldrekurs høst 2010	Målgruppe: Foreldre til barn med Autismespektervansker	Tlf: 71 12 253/ Mob: 41 76 10 76
Molde sjukehus	Gruppetilbud høst 2010	Målgruppe: Barn med autisme og asperger syndrom	
Kristiansund sykehus	Gruppetilbud høst 2010	Målgruppe: Ungdommer med asperger syndrom.	

Hørsel

Molde sjukehus, festsalen	Informasjonsdag 19. okt.	Målgruppe: Høreapparatbrukere og deres nærpersoner	Kontakt: May Kristin Meisingset Tlf: 71 12 27 44
---------------------------	--------------------------	--	---

Diabetes

Kristiansund sykehus, auditoriet	Diabetes t 2 kurs 23. og 30. nov.	Målgruppe: Voksne med Diabetes t 2	Kontaktperson: Åse Kvalvik Tlf:71 12 23 23
Molde sjukehus, festsalen	Diabetes t 2 kurs 12. og 26. okt.	m/pårørende	Kontaktperson: Torunn Kanestrøm Tlf:71 12 22 18
Kristiansund sykehus, auditoriet	Diabetes t 1 kurs 28. oktober	Målgruppe: Voksne med Diabetes t 1	Kontaktperson: Åse Kvalvik Tlf:71 12 23 23

Fyrtårn

Molde	Møteplass over 8 ganger høst 2010	Målgruppe: Foreldre til barn med funksjonsnedsettelse/ sykdom	Kontaktperson: Linn Stokke Maude Tlf: 71 12 09 95
-------	--	--	--

Hjerte

Molde sjukehus, festsalen	Hjertekurs høst 2010	Målgruppe: Personer med hjerteinfarkt/ utblokking eller	Kontaktperson: Berit Birkeland Tlf: 71 12 22 14
Kristiansund sykehus, auditoriet	Hjertekurs 01. og 08. nov.	har operert inn stent	Kontaktperson: Britt Andresen Tlf: 71 12 23 14

Multippel Sklerose (MS)

Molde sjukehus	Kurs høst 2010	Målgruppe: voksne med MS	Kontaktperson: Annette Dalstein Tlf: 71 12 04 85 Mail:annette.dalstein@helsenr.no
----------------	----------------------	--------------------------------	--

Overvekt

Molde Sjukehus, festsalen	Overvekt grunnkurs 27.10 og 09.11	Målgruppe: Voksne med overvekt i ald.gr. 20 – 55 år	Kontaktperson: Eva Kvendbø Tlf: 71 12 28 75 Mob: 95 81 70 85
---------------------------	--------------------------------------	---	--

Prostatakreft

Molde sjukehus, festsalen	Prostatakreftkurs 14. og 15. okt.	Målgruppe: Personer med prostatakreft og pårørende	Kontaktperson: Toril Kvisvik Tlf: 71 12 09 99
---------------------------	--------------------------------------	---	---

Stoffskifte

Kristiansund, høyskolesenteret	Kurs i hypo-/hyperthyreose 13. og 14. sept.	Målgruppe: Voksne med Stoffskiftelidelser	Kontaktperson: Toril Kvisvik Tlf: 71 12 09 99
--------------------------------	--	--	---

Lærings- og mestringssenteret inviterer til: Formiddagskaffe for personer med kroniske sykdommer (evt. med andre utfordringer)

Molde sjukehus, kantina	Første onsdag i mnd. kl 10-11 Oppstart tirsdag 5.okt. Videre: 2.nov. og 7.des.	Kontakt: Lærings- og mestringssenteret Tlf: 71 12 09 95
Kristiansund, Lærings- og mestringssenteret	Første fredag i mnd. kl 10-11 Oppstart fredag 1.okt Videre: 5.nov. og 3.des.	

* Det tas forbehold om endringer i planen.

* For nærmere informasjon om kursene, eller ved spesielle behov, som f.eks. allergi eller tolketjeneste, ta kontakt med kontaktperson for kurset eller Lærings- og mestringssenteret.

PROGRAMOPPHOLD AURE REHABILITERINGSSENTER

3 ukers opphold :

RASKERE TILBAKE : Fortløpende inntak hver 3. uke

KOLS : Start 30.11 – 14.12

KREFT : Start 12.10 – 02.11

MESTRING OG MOTIVASJON : Start 21.09 – 12.10

LIVSSTILSGRUPPE : Start 02.11 – 23.11

AURE REHABILITERINGSSENTER TLF. 71 64 79 00

OPPLÆRINGSKOORDINATORER I HELSE NORDMØRE OG ROMSDAL

Avdelingens opplæringskoordinatorer skal sørge for at informasjon og opplæring tilpasses pasientens behandlingsforløp. Koordinatoren er knyttet til Lærings- og mestringssenteret for å sikre overføring av helsepedagogisk kompetanse.

AVDELING	NAVN	E-MAILADR.
Nevrologisk avdeling	Ragnhild Maalen Bugge	ragnhild.maalen.bugge@helsenr.no
ØNH/Øye/Tann-Kjeve	May Kristin Meisingset	may.kristin.meisingset@helsenr.no
Avdeling for barn og unge	Geir Longvastøl	geir.longvastol@helsenr.no
Kirurgisk avdeling (Kr.sund)	Berit Kristoffersen	berit.kristoffersen@helsenr.no
Kirurgisk avdeling (Molde)	Åslaug Asperheim	aslaug.asperheim@helsenr.no
Distriktpsykiatrisk Avd.	Aud Sissel Suoranta	aud.sissel.suoranta@helsenr.no
<u>Rehabiliteringsavdeling</u>		
Aure rehabiliteringssenter	Oddveig Olsbakk	oddveig.olsbakk@helsenr.no
Fysikalsk avd. Kr.sund	Elin Bjelke Kalgraff	elin.bjelke.kalgraff@helsenr.no
Fysioterapi avd. Molde	Kristin Høgetveit	kristin.hogetveit@helseenr.no
Medisinsk avdeling (Kr.sund)	Britt Andresen	britt.andresen@helsenr.no

ANSATTE VED LÆRINGS- OG MESTRINGSENTERET



Toril Kvisvik
konsulent
tlf 71 12 09 99
mobil 95481230



Linn Stokke Maude
fagkonsulent
tlf 71 12 09 95
mobil 90 02 74 01



Toril Espe Aukan
sekretær
tlf 71 12 09 98

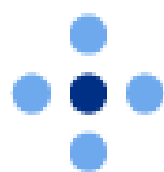
Kontaktadresse:

Helse Nordmøre og Romsdal HF
Herman Døhlens v 1, 6508 Kristiansund
E-mail: ims@helsenr.no

har kontorsted ved Kristiansund sykehus.
kontordag onsdager ved Info*senteret, Molde sjukehus.

Søren Kirkegaard:

*”Skulle jeg ønske meg noe,
da ville jeg ikke ønske meg
rikdom eller makt, men muligheter.
Det øyet som overalt – evig ungt, evig
brennende ser muligheten...”*



Helse Nordmøre og Romsdal

KRISTIANSUND SYKEHUS - MOLDE SJUKEHUS