

Kurset passer for

Pasienter med KOLS-sykdom og deres pårørende.

Praktisk informasjon

Påmelding: Kontakt Lærings- og mestringssenteret
Kurs ved Hallingdal sjukestugu
Du trenger henvisning fra lege (*fastlege eller sykehuslege*)

Deltakeravgift: Egenandel, evt. frikort

Beverting: Enkel lunsj

Kurslokale: Hallingdal sjukestugu, i «Basebygget» ved helikopterplassen

Kursleder: Leder ved LMS, Borghild K. Hollerud

Kontaktinformasjon

Ringerike sykehus | Lærings- og mestringssenteret

Telefon: 32 11 60 05

Mobiltelefon: 976 42 926

E-post: lms.ringerike@vestreviken.no

Postadresse

Vestre Viken HF

Ringerike sykehus

Postboks 800, 3400 DRAMMEN

Telefon sentralbord: 03525

KOLS

Et kurs for pasienter og pårørende
ved Hallingdal sjukestugu



Program 6. mars 2019:

- Kl. 09.45 **Registrering og kaffe**
- Kl. 10.00 **Diagnostikk og behandling**
v/ overlege Rune Rindal
- Kl. 11.00 **Pause**
- Kl. 11.15 **Praktisk veiledning – riktig bruk av medikamenter**
v/ spesialsykepleier Kristina H Gudbrandsgard
- Kl. 12.15 **Lunsj**
- Kl. 13.00 **«Matknep» for deg med KOLS**
v/ klinisk ernæringsfysiolog Synne Otteraaen Ystad
- Kl. 13.50 **Pause**
- Kl. 14.00 **Fysisk aktivitet**
v/ fysioterapeut Leif Andre Viken
- Kl. 15.00 **Takk for i dag!**

Program 7. mars 2019:

- Kl. 09.30 **Oppmøte og kaffe**
- Kl. 09.35 **Dagliglivets utfordringer – gruppearbeid**
v/ ergoterapeut Marian Pasten
- Kl. 11.00 **Pause**
- Kl. 11.15 **Frisklivssentralen informasjon og tilbud**
v/Live Berg, Frisklivssentralen på Ål.
- 12.00 **Lunsj**
- Kl. 12.45 **Veien videre. Fakta om røyking**
v/ overlege Rune Rindal
- Kl. 13.15 **Pause**
- Kl. 13.30 **Å leve med kronisk sykdom**
v/ bruker
- Kl. 14.15 **Avslutning og evaluering**

NB! Programmet er satt opp med forbehold om mindre endringer

Kurset arrangeres av: Lærings- og mestringssenteret i samarbeid med Astma og Allergiforbundet.