

Voksne med mitokondriesykdom

Frambu, 7. -9. oktober 2019

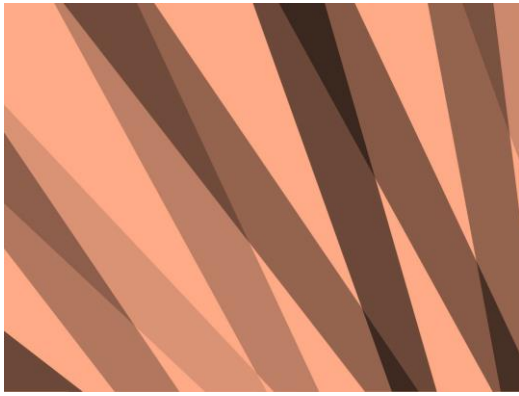
Program

Pårørende

Person med diagnose

Mandag	
09.00 – 10.30	Ankomst og innkvartering – Kaffe, te, saft og frukt
11.00 – 11.30	Velkommen til kurs!
11.30 – 12.30	Lunsj
13.00 – 13.45	Bli kjent og forventninger til kurset
14.00 – 14.45	Å leve med en sjelden diagnose Ved seniorrådgiver Lise B. Hoxmark, Frambu
15.00 – 15.30	Fysisk ivaretagelse og trening ved fysioterapeut Kaja Giltvedt, Frambu
17.00	Informasjon om aktivitetstilbudet på kveldstid ved aktivitetsleder, Frambu (Ramstadslottet)
17.30	Middag
18.30	Sosialt samvær; <i>Damenes aften</i>
20.00	Kaffe/te i stua

Tirsdag	
08.30 – 09.30	Frokost
09.45 – 10.30	Erfaringsutveksling i grupper: "Helseutfordringer og oppfølging"
10.45 – 12.00	Diagnoseinformasjon, oppfølging og behandling ved professor Laurence Bindoff, Haukeland Universitetssykehus
12.00 – 13.00	Middag
13.15 – 14.00	Gruppesamtale
14.15 – 15.30	Ytelser og tjenester Ved seniorrådgiver og sosionom Lise B. Hoxmark, Frambu
16.00	Tilbud om aktiviteter
17.30	Kveldsmat
18.30	Sosialt samvær; <i>Herrenes aften</i>
20.00	Kaffe/te i stua



Program

Onsdag – felles program med annet kurs deler av dagen	
08.30 – 09.30	Frokost
09.45 – 10.30	Gruppesamtale
10.45 – 11.15	Fatigue - hva er det? Ved psykolog Johanne Tonga, Frambu
11.30 – 12.00	Å ivareta egen psykiske helse ved psykolog Johanne Tonga, Frambu
12.00 – 13.00	Middag
13.15 – 14.00	Vaner, rutiner og endret funksjonsnivå ved ergoterapeut Solvor Skaar, Frambu
14.15	Oppsummering og veien videre
14.30	Avslutning og avreise

(30.09.19)

Endringer kan forekomme

Fagkoordinator: Gro Trae
Administrativ koordinator: Linda Elton
Kursvert kveld: Vivi Bergsaker