

Menières sykdom

Mestringskurs for personer med Menières sykdom

Målgruppe: Personer med Menières sykdom og deres pårørende

Målsetting:

- Kunnskap skal bidra til økt trygghet og mestring i hverdagen
- Dialog med representanter fra ulike faggrupper
- Anledning til å møte andre i samme situasjon

Antall deltakere: max 40 personer

Læringsmetoder: Foredrag, erfaringsutveksling og annet.

Tid: Onsdag 5. og torsdag 6. september 2012
Kl. 11.00 – 16.00 dag 1 og 10.00 – 15.00 dag 2
Påmelding senest en uke før kursstart

Sted: Lærings- og mestringssenteret i Bergen,
Ulriksdal Helsepark, Ulriksdal 2 (v/innkjørsel til Haraldsplass sykehus)

Pris: kr 307 i egenandel for pasienter (skrives på egenandelskortet. Gratis ved frikort). Pårørende gratis.
Enkel lunsj serveres.

Påmelding

For å delta kreves henvisning fra lege. Meld fra om spesielle behov. Pårørende oppfordres til å delta – dette må føres i samme henvisning. Ved behov for ledsager må dette også stå i henvisningen. Ved behov for sykemelding kontaktes fastlegen. **Henvisningen sendes til: Nasjonalt kompetansesenter for vestibulære sykdommer, Øre-Nese-Hals avdelingen Haukeland Universitetssykehus 5021 Bergen v/Dr.Fredrik Goplen.** Henvisning gjelder som påmelding. Du vil motta bekreftelse på tildelt plass. Det tas forbehold om tilstrekkelig antall påmeldte.

Avbestilling senest 24 timer før kurs. Dersom du ikke møter til avtalt kurs, krever sykehuset en egenandel på kr. 306. Dette gjelder også om du har frikort.

Kursarrangører

Læringstilbudet er utviklet av Balanselaboratoriet Haukeland universitetssykehus, Menierforeningen HLF i samarbeid med Lærings- og mestringssenteret i Bergen.

Reise-, kost- og overnattingsutgifter ved legehenviste kurs ved Lærings- og mestringssenteret, dekkes etter faste satser mot en egenandel. Reise må bestilles gjennom **Pasientreisekontoret, tlf. 05515, www.pasientreiser.no**, snarest mulig etter innkalling. Ta vare på kvitteringer. Pårørende kan også få dekket kostnader dersom det står i henvisning fra lege at pårørende skal ledsage.

PROGRAM

Mestringskurs for personer med Menières sykdom

Kursleder: Jannhild Hammer Balanselaboratoriet

Dag 1: Onsdag 5. september 11.00 – 16.00

10:30	Registrering
11:00	Velkommen
11:15	Erfaringer med Menières sykdom v/ brukerrepresentanter
11:50	Pause
12:00	Om Menières sykdom v/ lege
13:00	Lunsj
13:45	Om Tinnitus v/ lege
14:30	Pause
14:45	Aktivitet: teori og praksis v/ fysioterapeut
15:45	Oppsummering og spørsmål
16:00	Slutt for dagen

Dag 2: Torsdag 6. september 10.00 – 15.00

10:00	Selv-motivering v/ psykolog
10:45	Pause
11:00	Rettigheter v/ representant fra NAV
11:45	Pause
12:00	Brukerorganisasjonen informerer
12:30	Lunsj
13:30	Avspenning: teori og praksis v/ fysioterapeut
14:15	Pause
14:30	Oppsummering, spørsmål og evaluering
15:00	Slutt for dagen

Vi forbeholder oss retten til endringer i programmet.