

KURS FOR PASIENTER MED LEDDGIKT/REUMATISK ARTRITT

- 09.00: Velkommen, kort informasjon, presentasjons- og forventningsrunde, v/gruppeleder
- 09.20: Å leve med leddgikt v/ erfaren bruker
- 09.35: Pause
- 09.45: Sykdomslære og medikamenter v/ revmatolog
- 10.30: Pause
- 10.45: Aktivitetsavpasning/ergonomi v/ ergoterapeut
- 11.30: Lunsj
- 12.00: Informasjon fra brukerorganisasjon, v/ representant
- 12.15: Har dere spørsmål ang ernæring? v/ klinisk ernæringsfysiolog
- 12.30: Trening/fysisk aktivitet v/ fysioterapeut
- 13.15: Kort beinstrekk
- 13.20: Rettigheter og muligheter i hjelpeapparatet v/ sosionom
- 13.50: Gruppearbeid og erfaringsutveksling og litt om mestring og mestringsstrategier v/ Lærings- og mestringscenteret
- 14.45: Avslutning og evaluering