

Lærings- og mestringssenteret, aktiviteter høsten 2011

Samlet oversikt over tilbudene til pasienter og pårørende i Vestre Viken HF.

Type tilbud	Emne/diagnose	Læringstiltak, diagnose	Tid	Sted	Dager	Avgift	Påmelding
Andre tilbud	Amputasjon	Likemannstjeneste , Landsforeningen for amputerte	Annenhver torsdag, kl 1530-1800. Partallsuker	LMS, Drammen sykehus	1	Gratis	Åpent møte, ingen påmelding. Info på tlf 32 80 4025
Kurs	Diagnose-overrøpene	Mindfulness For personer.....	Oppstart torsdag 22. sept og de påfølgende 8-10 ganger	LMS, Drammen sykehus	10	400	Til presten
Kurs	Diagnose-overrøpene	Mindfulness For ansatte					Til LMS
Kurs	Diabetes	Diabetes type 2 Kurs spesielt rettet mot innvandrerkvinner, <i>DiaHelse</i>	Løpende opptak fra sept 2011. Over 12-16 uker	Fysioteket, Drammen	24	400	Henvvisning til diabetespoliklinikken, Drammen sykehus, tlf 32 80 41 81
Kurs	Diabetes	Diabetes type 2 Startkurs for personer med diabetes tvpe 2. 6 kurs	Tre påfølgende mandager med oppstart 12. sep, 17. okt og 14. nov	LMS, Drammen sykehus	3	Egenandel	Henvvisning til diabetespoliklinikken, Drammen sykehus, tlf 32 80 41 81
Kurs	Diabetes	Diabetes type 1 Startkurs for personer med diabetes tvpe 1	21.sep	LMS, Ringerike sykehus	1	Egenandel	Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	Diabetes	Diabetes type 2 Startkurs for personer med diabetes tvpe 2	22. og 23. november	LMS, Ringerike sykehus	2	Egenandel	Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	Diabetes	Diabetes type 2 Startkurs for personer med diabetes tvpe 2	14. og 15. september	Hallingdal Sjukestugu	2	Egenandel	Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	Diabetes	Diabetes type 2 Startkurs for personer med diabetes type 2	diabetes 22. og 29. august	LMS, Bærum sykehus	2	Egenandel	Henvisning og påmelding til Endokrinologisk poliklinikk tlf 67 80 92 41
Kurs	Hjerneslag	Hjerneslag Slagforum for personer som er rammet av slag	Start 8. sept og fem påfølgende torsdager	LMS, Drammen sykehus	5/6	Egenandel	Påmelding til ambulant team, Drammen sykehus tlf. 32 80 41 86
Temamøte	Hjerneslag	Hjerneslag "Endret liv etter hjerneslag". Temadager for yngre slagrammede.	13. sept og de to påfølgende tirsdager	LMS, Drammen sykehus	3	Egenandel	Påmelding til ambulant team, Drammen sykehus tlf. 32 80 41 86
Temamøte	Hjerneslag	Hjerneslag To temadager for slagrammede og pårørende: "Fysisk aktivitet etter"	14. september og 22. november	LMS, Bærum sykehus	2	Gratis	Informasjon og påmelding: LMS Bærum sykehus 67 80 93 14
Temamøte	Hjertesykdom	Hjerte Åpent informasjonsmøte for personer med nvlia hjertesvkdom	Første mandag i mnd. Klokken 1300-1500	LMS, Drammen sykehus	1		Åpent møte, ingen påmelding. Info på tlf 32 80 34 61
Temamøte	Hjertesykdom	Hjerte Hjerteskoln	Hver onsdag kl 1330-1500	Med 1 i 4 etg., Drammen sykehus	1		Åpent møte for pasienter. For info: tlf 32 80 34 61
Kurs	Hørsel	Hørsel Brukerkurs, hørsel, høst 2011	Kurs 1: 14. sept, Kurs 2: 19. okt, Kurs 3: 30. nov	LMS, Drammen sykehus	1	Egenandel	Gjennom audiograf på ØNH, Drammen sykehus, tlf 32 80 38 92
Temamøte	Kreft	Lungekreft Kurs for lungekreftpasienter	Ikke fastsatt dato. Ta kontakt	Ikke avklart	1		Medisinsk post 2, Drammen sykehus, tlf 32804647/32803637
Kurs	Kreft	Brystkreft Kurs for kvinner med nydiagnostisert brystkreft og forstadie til brystkreft	Oppstart 11. okt	LMS, Drammen sykehus	4	Egenandel	Påmelding via Brystdiagnostisk senter, tlf 32 86 23 50
Pårørende	Kreft	Pårørende Kurs for pårørende til kreftpasienter	11., 18. og 24. oktober. 1800-2030	LMS, Ringerike sykehus	3		Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	Lungesykdom	Kols Kurs for personer med kols	Oppstart antakelig i mars	LMS, Drammen sykehus	5	Egenandel	Henvisning til lungepoliklinikken, Drammen sykehus, tlf 32 80 38 60
Kurs	ME/CFS	ME/CFS Kurs for pasienter med ME/CFS	Oppstart 12.09.2011 ved Bærum sykehus. Øvrige dager ved Ringerike sykehus. Tid: 1130-1430	LMS, Bærum sykehus LMS, Ringerike sykehus	7	Egenandel	Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	ME/CFS	ME/CFS Kurs for personer med ME / CFS	7 mandager med oppstart 5. september kl. 11.30 -14.00	LMS, Bærum sykehus	7	Egenandel	Henvisning og påmelding til LMS Bærum, tlf 67 80 93 14
Kurs	Multippel sklerose	Multippel sklerose Myelingsgruppen – sosialt treff for yngre personer med MS	Siste torsdag i mnd. klokken 18:00-21:00	LMS, Drammen sykehus			Åpent møte, ingen påmelding. Info på 32 80 3377
Kurs	Multippel sklerose	Multippel sklerose Startkurs for personer med MS	Ikke fastsatt dato. Ta kontakt	LMS, Drammen sykehus	3	Egenandel	Informasjon hos MS poliklinikk, Drammen sykehus ved Unni Kornerud tlf 32 80 47 09
Kurs	Nyresykdom	Nyre Diagnosekurs for deg med nyresykdom	4. og 10. okt	LMS, Drammen sykehus	2	Egenandel	Henvisning fra nefrolog. For informasjon, ring Drammen sykehus, 32 80 34 94

Kurs	Osteoporose	Osteoporose Kurs for personer med osteoporose	Dato ikke fastsatt	LMS, Drammen sykehus	2	Egenandel	Informasjon hos Revmatologisk poliklinikk, Drammen sykehus, tlf. 32 80 34 89
Gruppetilbud	Overvekt	Barn med overvekt Oppfølgingssamtaler for foreldre til barn med overvekt	20. oktober kl 1300-1600	LMS, Ringerike sykehus	1		Informasjon hos LMS ved Ringerike sykehus. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
Kurs	Overvekt	Sykkelig overvekt Livsstilsendingsprogram for personer med svkkelig overvekt	Kurs 1: Oppstart 17. august Kurs 2: oppstart 18. august Kurs 3: oppstart 18. oktober Kurs 4:	LMS, Bærum sykehus	8	Egenandel	Henvvisning sendes til Senter for Sykkelig Overvekt, Oslo universitetssykehus, Aker
Informasjon	Psykisk helse	Psykisk helse Åpne infomøter	Datoer ikke fastsatt	Auditoriet, Drammen sykehus		Gratis	Åpent møte, ingen påmelding. Info på tlf 32 80 40 25
Gruppetilbud	Psykisk helse	Du er ikke den eneste Gruppetilbud til barn og unge med foreldre som har psykiske problemer og/eller rusproblemer. Gruppene møtes en gang i uken i 16 uker.	Oppstart etter uke 35. Oppstart ved fulltregnede grupper	Sentralt i Asker eller Bærum	16	Gratis	Påmelding til Kari Lund, 48275258, eller kari.lund@vestreviken.no. Tilbudet er et samarbeid med Asker og Bærum Kommuner
Kurs	Psykisk helse	Bipolar lidelse Kurs for personer med bipolar lidelse	Planlagt til september	Ikke avklart	10	Egenandel	Informasjon hos DPS, Ann-Kristin Kleven, Tlf 32 88 83 19
Kurs	Psykisk helse	Rus/avhengighet Kurs for pårørende til mennesker med rus- og avhengighetsproblematikk	4. oktober, 11. oktober og 18. oktober fra kl.18.00-21.00. Kurset går over 3 kvelder.	LMS, Ringerike sykehus	3	Kursavgift	Henvisninger sendes: LMS, Postboks 3024, 3501 Hønefoss. Tlf 32 11 60 05/ 976 42 926
	Psykisk helse	Raskere tilbake Tilbud til personer med lettere psykiske eller sammensatte lidelser som er eller står i fare for å bli sykmeldt	Løpende	I Vestre Viken HF's lokaler		Egenandel	Påmelding ved henvvisning fra lege. Informasjon kan fås hos Kirsti Allan på tlf tlf 66 75 16 55 / 95 85 02 61 eller kirsti.busch.allan@vestreviken.no
Erfaringsformidler	Psykisk helse	Erfaringskonsulentene Forelesere med egen erfaring, psykisk helse					Informasjon: Espen Greftegreff Halvorsen, tlf 91 31 84 09 / 66 75 16 57, espen.halvorsen@vestreviken.no
Gruppetilbud	Psykisk helse	Psykoedukative gruppe Kunnskapsbasert flerfamiliegruppe	Går over 2 år	Haugesgate, Drammen	2. hver uke		Info hos FoU-enheten, Psyk. klinikk, tlf 916 12 805
Kurs	Psykisk helse	Bipolar lidelse Kurs for personer med bipolar lidelse	Planlagt til mars og september	Ikke avklart	10	Egenandel	Informasjon hos DPS, Ann-Kristin Kleven Tlf 32 88 83 19
Gruppetilbud	Psykisk helse	Gruppetilbud til pårørende innen psykisk helse. Tilbudet vil omfatte undervisning, samtale og erfaringsutveksling.	Oppstart 26.september 2011 Annenhver uke totalt 10 ggr	LMS,Blakstad	10	Egenandel	Påmelding og informasjon til Mia Iversen mob 91189766, mia.iversen@vestreviken.no
Kurs	Psykisk helse, helsepersonell	Kurs i empatisk kommunikasjon Kurset gir en teoretisk innføring i positiv psykologi og praktisk anvendelse av metoden.	22.september 28.september 2.november 30.november	LMS,Blakstad	4		Påmelding informasjon Anne Gro Tvedt 91839494, annegro.tvedt@vestreviken.no
	Psykisk helse, lærere	Kurs i empatisk kommunikasjon Etterutdanning til skole- og helsepersonell i videregående skole.	Oppstart 7.november. 3 samlinger høsten 2011 5 samlinger våren 2012	Ikke avklart	5	4000	Påmelding informasjon Anne Gro Tvedt 91839494, annegro.tvedt@vestreviken.no
Kurs	Revmatiske lidelser	Bechterew Kurs for personer med morbus bechterew	9. nov og 23. nov	LMS, Drammen sykehus	2	Egenandel	Informasjon hos Revmatologisk poliklinikk, Drammen sykehus, tlf 32 80 34 89
Kurs	Revmatiske lidelser	Leddgikt/RA kurs for personer med RA	7. sep, 21. sep og 12. okt	LMS, Drammen sykehus	3	Egenandel	Informasjon hos Revmatologisk poliklinikk, Drammen sykehus, tlf 32 80 34 89
Kurs	Stoffskiftesykdom	Hypothyreose Mestringskurs for deg som lever med hypothyreose	Oppstart oktober /november	LMS, Bærum sykehus	3	Egenandel	Informasjon og påmelding LMS Bærum sykehus tlf 67 80 93 14
Kurs	Stoffskiftesykdom	Hypothyreose Mestringskurs for deg som lever med hypothyreose	26.10, 02.11 og 16.11	LMS, Drammen sykehus	3	Egenandel	Henvvisning til LMS, Drammen sykehus, tlf 32 80 33 77
Kurs	ØNH	Søvnapne CPAP startkurs, 9 kurs	16/9, 21/10, 18/11, 9/12	LMS, Drammen sykehus	1	Egenandel	Informasjon hos ØNH, Drammen sykehus, telefon 32 80 38 80

Det legges stadig til nye aktiviteter. Se oppdatert oversikt på www.mestring.org under aktivitetsoversikt

Kontakt oss:

Lærings- og mestringsenteret
Vestre Viken HF
Epost: postlms@vestreviken.no

Bærum sykehus
Tlf: 67 80 93 14
Epost: postlms@vestreviken.no

Drammen sykehus
Tlf: 32 80 40 25/32 80 33 77
Epost: LMS@vestreviken.no

Ringerike sykehus
Tlf: 32 11 60 05/ 976 42 926
Epost: LMS@ringerike-sykehus.no

Klinikk for psykisk helse og rus, avdeling Blakstad
Tlf: 918 39 746
Epost: postlms@vestreviken.no