

**Program**  
**Lærings – og mestringskurs for Levertransplanterte og deres pårørende**  
**på Rikshospitalet oktober / november 2024**

Klokkeslett	Torsdag 31. oktober Rom B1. 4024	Klokkeslett	Fredag 1. november Rom B1. 4024
09.30 - 10.15	Velkommen, presentasjon og forventninger v/spl. Mari og spl. Hege, og rådgiver/sykepleier Helene v/LMS	09.00-09.05	Oppsummering/velkommen til dag 2 v/spl. Mari, Hege og Helene
10.15 –10.30	<b>Pause</b>	09.05-09.50	Mestring i hverdagen ved sykepleierne, Mari og Hege
10.30 –11.00	Innlegg ved brukerrepresentant v/ Rune Berglien	09.50-10.00	<b>Kort benstrekk</b>
11.00 – 11.15	<b>Pause</b>	10.00 –10.45	Rettigheter og sosiale ordninger v/sosionom Gunn Siri Moen
11.15 – 11.45	Informasjon om Landsforeningen for nyrepasienter og transplanterte(LNT)	10.45 – 11.00	<b>Pause</b>
11.45 – 12.30-	<b>Lunsj</b>	11.00-11.30	Hudforandringer hos organtransplanterte v/hudsykepleier Stina Gundersen
		11.30 – 12.15	<b>Lunsj</b>
		12.15 – 13.00	Fysisk aktivitet og trening v/ fysioterapeut Magnus Svartsund
		13.00 – 13.10	<b>Pause</b>
12.30 - 13.30	Sykdom og behandling ved overlege Kristine Wiencke	13.10 – 13.40	Erfaringsutveksling i grupper
		13.40 – 13.45	Oppsummering etter erfaringsutveksling
13.30 – 13.45	<b>Pause</b>	13.45 -13.55	<b>Kort benstrekk</b>
13.45 – 14.15	Spørsmål til dr. Wiencke	13.55-14.40	Kost og ernæring ved klinisk ernæringsfysiolog Andrea Øvergård Tid for spørsmål
		14.40 – 14.50	<b>Kort pause</b>
14.15 – 14.30	<b>Pause</b>	14.50 – 15.10	Oppsummering/avslutning og evaluering
14.30 – 15.15	Erfaringsutveksling i grupper		
15.15- 15.30	Oppsummering dag 1		Takk for at du kom, og vel hjem ☺

**Endringer kan forekomme!**