

Program for hjerte- og lungetransplanterte og deres pårørende
(NB forbehold om endringer)

Kl	Torsdag 30.januar Rom B1.4024	Kl	Fredag 31.januar Rom B1.4024
10.00- 11.00	Velkommen Presentasjon av deltagere og forventninger til kurset Innlegg ved brukerrepresentanter	09.00- 09.45	Kost og ernæring v/klinisk ernæringsfysiolog Hanne Heen
11.00- 11.15	Pause	09.45- 10.00	Pause
11.15- 12.00	Transplantasjon og oppfølging v/lege og sykepleier Hjertetx: lege og Tx-sykepleier Lungetx: Inga Leuckfeld og tx-sykepleier	10.00- 10.30	Sex og samliv v/dr. Hege Kampen Pihlstrøm
12.00- 12.45	Lunsj	10.30- 11.00	Hva har transplantasjonsprosessen gjort med meg og min familie? v/ prest Øystein Buer
12.45- 13.45	Mestring og psykisk helse v/Guro Skottene, LMS	11.00- 11.15	Pause
13.45- 13.55	Avspenningsøvelse (frivillig)	11.15- 12.00	Erfaringsutveksling i grupper
13.55- 14.10	Pause	12.00- 12.45	Lunsj
14.10- 14.45	Erfaringsutveksling i grupper (transplanterte og pårørende i hver sine grupper)	12.45- 13.15	Hudforandringer hos organtransplanterte v/sykepleier Stina Gundersen
14.45- 15.00	Pause	13.15- 13.45	Økonomiske rettigheter og andre muligheter ved langvarig sykdom v/sosionom Marthe Fjeldsrud
15.00- 15.30	Informasjon om Lovisenberg Rehabilitering v/Silje Ask Solbakken	13.45- 14.00	Pause

SNU ARKET!

15.30- 15.45	Informasjon om LHL Transplantert	14.00- 14.45	Fysisk aktivitet og trening v/fysioterapeut Cecilie Straumann Botn og Frederikke Tonnaer Liseth
16.00-	Middag LHL transplantert inviterer til middag på Egon byporten	14.45- 15.05	Informasjon om Frisklivssentral v/fysioterapeut fra bydel nordre Aker, Jenny Elisabet Hammar
		15.05- 15.15	Pause
		15.15- 15.30	Avslutning Oppsummering og evaluering

SNU ARKET!