



## Lærings- og mestringssenteret (LMS)

<b>KURS FOR PERSONER MED CFS / ME</b>	
<b>MÅLGRUPPE</b>	Voksne med bekreftet CFS/ME-diagnose over 20 år, samt pårørende.
<b>INNHold</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hva er CFS/ME?</li><li>• Rettigheter og muligheter i hjelpeapparatet</li><li>• Energioptimalisering og hjelpemidler</li><li>• Bevissthet hvile / avspenning</li><li>• Mestring, sorg og tapsreaksjoner. Kognitiv tilnærming</li><li>• Å leve med CFS/ME og</li><li>• info om ME-foreningen</li></ul>
<b>TEMAANSVARLIG</b>	Brukerrepresentant, lege, sykepleier, ergoterapeut, fysioterapeut
<b>STED</b>	Lærings- og mestringssenteret SUS, Armauer Hansensvei 20.
<b>TID</b>	Kurset går over 2 dager, 3-4 timer pr dag.
<b>FREKVENS</b>	Nytt kurs en gang i året.
<b>KURSAVGIFT</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kurset koster en egenandel. (Frikort gjelder)</li><li>• Det blir lett servering – alle betaler kr. 60 pr. gang.</li></ul>
<b>HENVISNING</b>	<p><b>Deltakere trenger henvisning fra fastlege eller spesialist for å delta.</b></p> <p>Henvisning sendes til: Henvisningskontoret ved SUS Pb 8100 4068 Stavanger</p> <p>Du får skriftlig bekreftelse om plass</p>
<b>KURSANSVARLIG</b>	Medisinsk avdeling
	For praktisk informasjon: Lærings- og mestringssenteret, SUS, telefon: 51 51 30 82 e-post: <a href="mailto:lms@sus.no">lms@sus.no</a> , Internett: <a href="http://www.sus.no">www.sus.no</a>