

Lærerikt besøk for RÅ elever på Lærings- og mestringssenteret UNN Harstad

Elevene på vg1 Helse og sosialfag ved Rå videregående skole fikk en lærerik og flott undervisningstime av rådgiver Hege Signete Fredheim-Kildal ved Lærings- og mestringssenteret UNN Harstad

Lærings- og mestringssentrene arrangerer mestringkurs for pasienter og pårørende med bestemte diagnoser eller for spesielle pasientgrupper. Det er mange med kroniske sykdommer eller plager som lever et aktivt liv. Hjelpemidler, teknikker og råd fra folk som har sykdommen, gjør ofte pasientens eller brukerens situasjon lettere.

Hege Signete Fredheim-Kildal poengterer at for en pasient som har en kronisk langvarig sykdom må det tenkes helhetlig. Det kan være at pasientene ikke klarer å utføre jobben sin som før, eller ikke klarer de sammen aktivitetene som tidligere. Sykdommen kan også påvirke forholdet til de nærmeste eller gi smerter som gjør det vanskelig å fungere i hverdagen. Uansett hva sykdommen kan føre til, er det viktig for pasientene å lære hvordan de skal klare å leve med sykdommen. På den måten kan pasienten mestre hverdagen og livet sitt, selv om det ikke blir helt som før.

Når Hege Signete Fredheim-Kildal er med å planlegge og organisere kurs er det alltid sammen med folk som har den kroniske sykdommen i tillegg til fagfolk . De som er syk identifiserer seg med den syke, og når begge gruppene både fagfolk og brukere er sammen blir det ofte gode kurs for deltakerne.

Lærings- og mestringssentrene er en viktig del av det forebyggende helsearbeidet i Norge. For å finne ut hvilke kurs som går, eller om du har behov for et spesielt kurs kan du ta kontakt med Lærings- og mestringssenteret Unn Harstad. De har også en egen nettside.



Hege Signete Fredheim-Kildal ved Lærings- og mestringssenteret UNN Harstad



Elevene i 11HSA følger godt med



