



# VIDEOKONFERANSE FORSKING OG LÆRING OG MESTRING

5. oktober 2016 Klokka 10 -12

**Velkommen til den første regionale videokonferansen om forskning og læring og mestring.**

Professor Aslak Steinsbekk, sammen med forskergruppen for pasientopplæring og brukermedvirkning ved NTNU ([www.ntnu.no/ism/pep](http://www.ntnu.no/ism/pep)), er faglig ansvarlig. Målet med videokonferansen er å presentere oppdatert forskning som er nyttig i utøving av praksis.

**MÅLGRUPPE:** Ansatt i kommune, fylkeskommune, brukerorganisasjoner, universitet/høgskoler, spesialisthelsetjenesten og andre interesserte.

## PROGRAM

10:00 Velkommen

10:05 Hovedtema: Forskningsartikler som omhandler «motivation and self-regulation to increase physical activity» v/professor Aslak Steinsbekk.  
Drøfting ut fra egne erfaringer ved alle deltakersteder + spørsmål til foredragsholder

11:20 Presentasjon av aktuelle prosjekt i Midt-Norge (12 min + spørsmål)  
- Forventninger, erfaringer og effekt av mestringskurs ved Friskliv og mestring for mennesker med langvarige smerter PhD Stipendiat Torunn Hatlen Nøst  
- Langtidsmedlemmers bruk og egenopplevde motivasjon for å besøke treningscenteret PhD stipendiat Liv Riseth

11:50 Avsluttende kommentarer

## Hvordan delta?

*Alternativ 1:* Møt opp på et videokonferanserom ved nærmeste sykehus. Liste over rom som deltar finner du her: [helse-mr.no/arrangementer/forskning-pa-lering-og-meistring](http://helse-mr.no/arrangementer/forskning-pa-lering-og-meistring) Er ikke ditt sykehus på lista så ta kontakt med ditt LMS.

*Alternativ 2:* Bruk eget videokonferanseutstyr og ring opp det virtuelle møterommet med dette nummeret: **997142**

Spørsmål: Ring Jan Ole Bolsø: 909 38 487 eller e-post: [jan.ole.bolso@helse-mr.no](mailto:jan.ole.bolso@helse-mr.no)

Arrangør: Regional ressursgruppe for opplæring av pasienter og pårørende i Midt-Norge