



# Ny spännande kurs för sjukgymnaster och arbetsterapeuter!

## ”Livsviktig kunskap till dig med långvarig smärta/fibromyalgi”.

Denna 2-dagars kurs vänder sig till sjukgymnaster och arbetsterapeuter och innehåller praktisk tillämpning av aktuell forskning kring långvarig smärta/fibromyalgi. Vårt syfte är att sjukgymnast och arbetsterapeut i team efter genomgången kurs tillsammans med medlemmar från reumatikerföreningar, ska kunna genomföra behandlingsprogrammet för personer med långvarig smärta/fibromyalgi.

Behandlingsprogrammet har utvecklats i ett samarbete mellan Reumatikerförbundet, Sahlgrenska Universitetssjukhuset/Sjukgymnastiken och Primärvården Mittan Älvsborg, och kallas ”*Livsviktig kunskap till dig med långvarig smärta eller fibromyalgi*”. Behandlingsprogrammet syftar till att förmedla kunskaper, erfarenheter och färdigheter inom områden smärta, vardagsbalans och fysisk aktivitet för att bidra till livslånga hållbara hälsofrämjande förändringar av livsstilen. Programmet utgår från ett biopsykosocialt perspektiv på hälsa och pedagogiken bygger på ”self-efficacy” principer. För att stödja patienterna i utveckling av hälsofrämjande strategier och för att främja en kontinuitet i behandlingen, utförs behandlingsprogrammet i samverkan med lokala reumatikerföreningar. Representanter från dessa deltar i programmet och förmedlar sina erfarenheter och strategier samt visar på möjligheter till fortsatta aktiviteter.

### Kursens mål

När du gått 2-dagars utbildning hos oss skall Du

- ha kännedom om vetenskaplig evidens som ligger till grund för patientutbildning och fysisk träning för personer med långvarig smärta eller fibromyalgi
- självständigt och tillsammans med medlemmar från reumatikerföreningar kunna genomföra behandlingsprogrammet ”*Livsviktig kunskap till dig med långvarig smärta/fibromyalgi*”
- ha ökade kunskaper om self-efficacy och patientmedverkan i utbildning

### När och var

Kursen är förlagd till Dalheimers Hus, Göteborg, den 16-17 november 2010.

<http://www.goteborg.se/wps/portal/dalheimershus>

### Kostnad

Kursavgiften är 3 500 kronor inkl. allt kursmaterial. Moms tillkommer. Minimiantal för genomförande av kursen är 30 personer. För- och eftermiddagskaffe ingår. Meddela därför ev. specialkost. Restaurang finns i huset för lunch. Lunch ingår ej i kurskostnaden. Rum för övernattnings finns på Dalheimers Hus, ring Elisabeth Jademyr, 031- 367 97 55 för mer information.

Cattis Rybo  
Projektledare  
c/o HSO/Reumatikerdistriktet Älvsborg  
Ekenäsgatan 15  
504 55 Borås

Telefon:0733-68 90 79  
Mail: [cattis.rybo@reumatikerforbundet.org](mailto:cattis.rybo@reumatikerforbundet.org)

**Reumatikerförbundet**



Reumatikerförbundet



Ett projekt i samverkan mellan

Allmänna arvsfonden



PRIMÄRVÅRDEN  
SÖDRA ÄLVSBOG

NärRehab Alingsås



## Projekt ”patientskolor, primärvård och föreningar i samverkan”

---

### Innehåll i kursmaterialet

- Power-point presentationer av föreläsningarna
- Manual för interaktiva lektioner
- Manual för träningsprogram
- Manual för samverkan med lokal reumatikerförening
- Utvärderingsinstrument

### Preliminärt kursprogram

#### Dag 1

- teoretisk bakgrund och vetenskaplig evidens till behandlingsprogrammet
- epidemiologi, förklaringsmodeller, medicinsk behandling, prognos av långvarig smärta/fibromyalgi
- Samverkan med föreningsombud i reumatikerföreningarna och patientmedverkan
- Utvärderingsinstrument

#### Dag 2

- Presentation och genomgång av innehållet i teoritillfällena i ”*Livsviktig kunskap till dig med långvarig smärta och/eller fibromyalgi*”
- Presentation av fyra träningsprogram: matträning, bassängträning, handträning och stavgång
- Praktiskt kring att genomföra behandlingsprogrammet ”*Livsviktig kunskap till dig med långvarig smärta och/eller fibromyalgi*” på hemmaplan.

### Kursansvarig

**Kaisa Mannerkorpi**, specialistsjukgymnast vid Sahlgrenska Universitetssjukhuset/  
Sjukgymnastik och Arbetsterapi, Docent vid Institutionen för Neurovetenskap och Fysiologi/  
Fysioterapi, Sahlgrenska Akademin, GU  
**Cattis Rybo**, projektledare, Reumatikerförbundet

### Övriga medverkande

**Stefan Bergman**, med dr och forskningschef, FoU enheten Spenshult  
**Elisabeth Enhörning**, leg. sjukgymnast, Rosenhälls Vårdcentral, Uddevalla  
**Eva Andersson**, leg arbetsterapeut, NärRehab Mitten Älvsborg  
**Lena Nordeman**, leg sjukgymnast och forskare, FoU enheten Södra Älvsborg  
**Beryl Svanberg**, föreningsombud och kontaktperson för patientskolorna i Bohuslän

---

Cattis Rybo  
Projektledare  
c/o HSO/Reumatikerdistriktet Älvsborg  
Ekenäsgatan 15  
504 55 Borås

Telefon: 0733-68 90 79  
Mail: [cattis.rybo@reumatikerforbundet.org](mailto:cattis.rybo@reumatikerforbundet.org)

**Reumatikerförbundet**



Reumatikerförbundet



Ett projekt i samverkan mellan

Allmänna arvsfonden



PRIMÄRVÅRDEN  
SÖDRA ÄLVSBOG

NärRehab Alingsås



## Projekt ”patientskolor, primärvård och föreningar i samverkan”

---

### Anmälan

Anmälan är bindande och görs via e-post till Beryl Svanberg, kursadministratör, mail

[berylsvanberg@hotmail.com](mailto:berylsvanberg@hotmail.com) eller telefon 0703 – 37 01 16

Ange namn, yrkestitel, e-postadress, vårdenhet, ort, faktureringsadress, ansvarsnummer alternativt beställar-ID.

### Mer information

Projektledare Cattis Rybo, mail [cattis.rybo@reumatikerforbundet.org](mailto:cattis.rybo@reumatikerforbundet.org)

tel. 0733-68 90 79

---

Cattis Rybo  
Projektledare  
c/o HSO/Reumatikerdistriktet Älvsborg  
Ekenäsgatan 15  
504 55 Borås

Telefon:0733-68 90 79  
Mail: [cattis.rybo@reumatikerforbundet.org](mailto:cattis.rybo@reumatikerforbundet.org)

**Reumatikerförbundet**



Reumatikerförbundet



Ett projekt i samverkan mellan

Allmänna arvsfonden



PRIMÄRVÅRDEN  
SÖDRA ÄLVSBOG

NärRehab Alingsås