



Voksne med medfødt hjertefeil inviterer til en samling om

LIKEPERSONSARBEID

Fredag 27. til søndag 29. november 2015, Holmenkollen Park Hotel, Oslo

Velkommen til en helg med mye kunnskap om hva likepersonsarbeid betyr – for en selv og for andre.

Til Nye og gamle likepersoner, og til deg som er usikker på om dette er aktuelt for deg
Landsstyret i VMH samt vararepresentanter
Styret i alle regionlag i VMH samt deres vararepresentanter
Andre ressurspersoner
Alle medlemmer – også pårørende og støttemedlemmer

Er dette noe for deg?

Det å snakke med andre, og ikke minst lytte, er noe av det viktigste en likeperson kan og skal gjøre. En av VMHs prioriterte oppgaver og mål er å være til for foreningens medlemmer. Dele erfaringer, og sammen finne støtte og aksept for at det til tider kan by på utfordringer å leve med en hjertefeil. Det å møte noen som virkelig forstår, eller som har mulighet til å sette seg inn i hva du gjennomgår, er ofte til god hjelp. Vi vet at mange har behov for å fortelle om hva de har gjennomgått, eller har tanker om hva som ligger foran dem i livet.

VMH har etter hvert fått på plass en del likepersoner som vi nå vil skolere videre. Men dette seminaret er også for de som er usikre på om det kan være noe for deg. Vi skal gå igjennom en del grunnleggende prinsipper og forutsetninger for å være en likeperson, og vi skal få høre en del erfaringer. Dette kurset vil kanskje gi deg svar på om likepersonsarbeid er noe DU kunne tenke deg å involvere deg i – eller ikke.

Vi ønsker også deg, som pårørende, hjertelig velkommen til seminaret denne helgen. Vi vet at det kan være utfordrende å være samboer, ektefelle, kjæreste eller foreldre til en som lever med en varig hjertesykdom. Kanskje du vil være en støtteperson for andre som også er pårørende? Dette seminaret vil kunne gi deg svaret på om dette er noe du kunne tenke deg å bidra med videre.

Helgen vil by på ny kunnskap, oppfriskning av tidligere lærdom, egenutvikling, motivasjon og samhold, tid til erfaringsutveksling og gruppearbeid. Vi skal bygge nettverk og styrke samholdet i VMH. Sammen skal vi finne en best mulig måte å ivareta likepersonsarbeidet i foreningen.

Vi håper at nettopp DU vil være med på dette, og ser frem til din påmelding.

Foreløpig program

Fredag 27. november

20.00 Middag og sosialt samvær

Lørdag 28. november

10.00 Hva er likepersonsarbeid?
Hvilken historie har du selv med deg fra eget liv som kan være til hjelp og støtte for andre?
Psykolog Oddbjørn Sandvik

11.15 Pause

11.30 Likepersonsarbeid – fortsetter ved Oddbjørn Sandvik

13.00 Lunsj

14.00 Likepersonsarbeid i praksis, ved Eirin Syversen – VMH

14.30 Utfordringer og erfaringer i likepersonsarbeidet,
ved Knut Magne Ellingsen, Funksjonshemmedes fellesorganisasjon

15.45 Pause

16.00 Gruppeoppgaver

17.00 Slutt for dagen

19.30 Middag – julebord (husk pent antrekk!)

Søndag 29. november

10.00 Hvordan kan vi hjelpe? Ved Lege Julie Olimstad
I barndommen var hjertebarnet Julie mye hemmet av angst. I dag er hun lege, og treffer pasienter i en sårbar posisjon hver dag. Hvordan mener hun det er riktig å bli møtt i sårbare situasjoner? Og når er det riktig for likepersoner å kaste ballen videre til helsepersonell?

11.30 Lunsj

12.30 Registrering av likepersoner og aktiviteter ved Anne Giertsen VMH

13.00 Å støtte noen i sorg, ved Jan Tore Larsen, Foreningen for hjertesyke barns ressursgruppe

13.45 Oppsummering og avslutning

14.00 Hjemreise



Praktisk informasjon

Overnatting

Seminarer foregår på Holmenkollen Park Hotel, Oslo. Overnatting i enkeltrom for alle deltagere fra fredag 27.11 til søndag 29.11. Seminarer starter med middag fredag kveld, oppstart lørdag kl. 10.00 og avsluttes søndag kl. 14.00. Det forventes at alle deltakere er med på hele samlingen.

Hotellet ligger på Holmenkollen, se:

<http://www.holmenkollenparkhotel.no/nb/node/16>
for mer informasjon om hotellet og veibeskrivelse.



Reise

For de av dere som trenger fly, tog eller buss for å komme til Oslo, ber vi dere om å bestille rimeligste alternativ (fly er helt i orden hvis man bestiller tidlig).

Reiser (fly, tog eller buss) dekkes mot kvittering; reiseregningsskjema fås utdelt ved ankomst (dere må altså legge ut for reisen selv). Det er også mulighet for å få tilsendt reiseregningsskjemaet på e-post, slik at dere kan få en rask tilbakebetaling etter kjøp av flybillett. Kjøregodtgjørelse ved bruk av egen bil dekkes også.

Pass på slik at dere får med dere hele seminarer, og at ikke hjemreisen starter fra hotellet før etter kl. 14.00 på søndag.

Måltider

Hotelloppholdet inkluderer middag fredag, frokost, lunsj og middag lørdag, samt frokost og lunsj søndag, kaffepauser og møtelokaler. NB: Vi har bestilt julebord lørdag kveld, og dette innebærer pent antrekk. All drikke til maten må hver enkelt betale selv, samt eventuelt minibar, telefon og andre ekstrautgifter. Om noen har spesielle allergier eller spesielle preferanser i forhold til mat, må dere gi oss beskjed ved påmeldingen.

Betaling

Det er bindende påmelding. Det er ingen egenandel på dette seminarer, men det er en forutsetning at alle deltakerne er betalende medlemmer av Voksne med medfødt hjertefeil.

Foreningen dekker måltider på hotellet (se over), reise og hotell for samtlige deltakere.

Alle ekstrakostnader må som tidligere nevnt dekkes av hver enkelt.

Påmelding sendes på e-post til anne@vmh.no innen 30. oktober 2015.

Har dere spørsmål om reise og opphold, kan dere ta kontakt med Anne Giertsen, telefon 977 14 990, eller på e-post anne@vmh.no.

Vi ser frem til noen inspirerende dager i Oslo i november!

Med vennlig hilsen

Anne Giertsen, organisasjonssekretær