

Frisklivssamling 2022

Samling for frisklivssentralane i Møre og Romsdal, 7.-8. september, Kristiansund

Hjertelig velkommen til frisklivssamling 2022.

Samlingen er i regi av ressursgruppa for friskliv i Møre og Romsdal bestående av Møre og Romsdal fylkeskommune, Statsforvalteren i Møre og Romsdal, Møre og Romsdal idrettskrets og utviklingsentralen i Kristiansund.

Konferansen finner sted på Thon Hotel Kristiansund, Fiskergata 12.

Vel møtt!

DAG 1

- 11:00 Velkommen** v/ressursgruppa for friskliv i Møre og Romsdal
- 11:15 Rask psykisk helsehjelp** v/Kristin Mjåset Hjertø, faglig rådgiver i NAPHA
- 12:00 Pasient- og pårørendeopplæring, løsningen på utfordringsbildet innen helse?** v/ Monica Hoem og Espen Ervik, Lærings- og mestringssenteret Helse Møre og Romsdal
- 13:00 Lunsj**
- 14:00 Utmattelse**, v/Eli Alperstein og Marianne Steen, Friskliv og mestring i Trondheim
- 15:00 Pause**
- 15:15 Kompani Covid**, v/Oda M. Flaten og Mariell S. Medås, Ergo- og fysioterapitjenesten Sør og Vest, avdeling Fyllingsdalen og Laksevåg (digitalt)
- 16:00 Pause og skift**
- 17:00 Praktisk økt, MediYoga**, v/Friskliv og mestring i Kristiansund
- 20:00 Middag på hotellet**



Statsforvalteren
i Møre og Romsdal

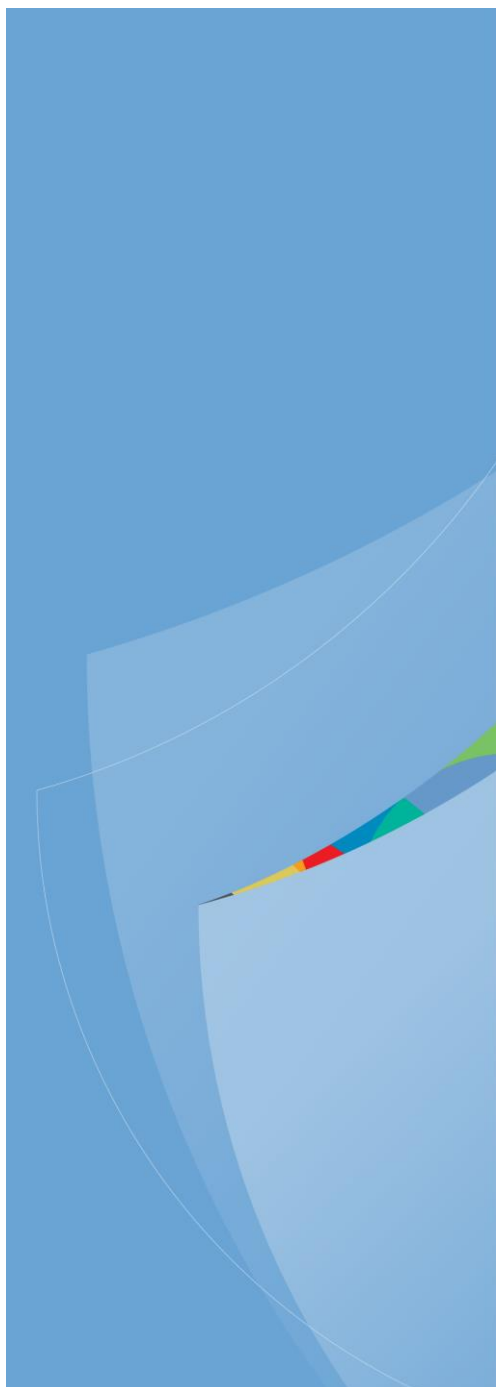


Møre og Romsdal
fylkeskommune



Frisklivssamling 2022

Samling for frisklivssentralane i Møre og Romsdal, 7.-8. september, Kristiansund



DAG 2

- 08:30** Frisklivsarbeidet framover, v/Inger Merete Skarpaas, seniorrådgiver, Helsedirektoratet (digitalt)
- 09:30** Pause
- 09:45** Gruppearbeid
- 10:45** Pause
- 11:00** Presentasjon av gruppearbeid
- 12:00** Pause
- 12:15** Hverdagsglede, v/Ragnhild Bang Nes, seniorforsker, Folkehelseinstituttet (digitalt)
- 13:00** Lunsj og vel hjem



Statsforvalteren
i Møre og Romsdal



Møre og Romsdal
fylkeskommune

