

Nyhetsbrev fra ROPP januar 2025



[Les nyhets sak der seniornett Ørland i november hadde besøk av Helseplattformen, med tema om digital kompetanse.](#)

Opptak nasjonalt lunsjwebinar

Læring og mestring er en viktig del av digital hjemmeoppfølging der det legges til rette for at pasienter og pårørende lettere kan håndtere egne helseutfordringer i hjemmet. I webinarer kan du lytte til erfaringer både fra spesialisthelsetjenesten og kommunen. [Her kan du se det i opptak.](#)

Har du behov for e-læring eller filmressurser som et supplement til pasient og pårørendeopplæring?

Les mer her: [Oversikt over digitale ressurser - mestring.no](#)

Kursholderkurs for deg som vil starte opp mestringskurs for voksne med autismespektertilstander. Les mer her: [For deg som vil starte opp "Mestringskurs for voksne med autismespektertilstander"](#)

Pårørendeundersøkelsen IVARETATT kan være et nyttig verktøy for kommuner i hele landet for å få vite mer om nettopp dette. Undersøkelsen er åpen fra 1. desember-31. mars. Les mer her: [Hvordan opplever pårørende å bli ivaretatt?](#)

Kurs om hodepine er nå i gang igjen!

Målet er at deltakere skal få økt kunnskap om hodepine, hvordan forebygge forverring og skape økt trygghet, forståelse og mestring i det å leve med hodepine / migrene. Deltakere skal få utveksle erfaringer i møte med andre med samme utfordring og plager. Les mer her: [Molde - Helse Møre og Romsdal](#)

Er nyhetsbrevet fra ROPP nyttig? Er de noe dere savner? Gi gjerne tilbakemelding til oss på e-post. Nyhetsbrevet kommer ca hver 4 uke. Ønsker du ikke å motta nyhetsbrevet så gi beskjed.

Med vennlig hilsen

Camilla Kleppe Eidså

Regional ressurs for opplæring av pasienter og pårørende i Helse Midt-Norge (ROPP)

Rita Overvåg

Regional ressurs for opplæring av pasienter og pårørende i Helse Midt-Norge (ROPP)