

## Læring og mestring 2024

### Sammen fremmer vi helse og livskvalitet

---

- 09.15 **Velkommen**  
Siw Bratli, leder, NK LMH
- 09.25 **Samhandling om læring og mestring**  
Ellen Rønning-Arnesen, Statssekretær, Helse- og omsorgsdepartementet
- 09.40 **Læring og mestring fordi det lønner seg, men hva må til?**  
Panel:
- **Jan Frich**, Professor v/Institutt for helse og samfunn, Universitetet i Oslo og adm. direktør, Diakonhjemmet sykehus.
  - **Una Stenberg**, Sosionom (PhD) og seniorforsker ved NK LMH og Frambu kompetansesenter for sjeldne diagnoser.
  - **Roy Aleksander Farstad**, Daglig leder, Norilco, styremedlem i FFO og medlem i Kontaktforum for brukere av helsetjenester, HOD
  - **Unni Tangen**, Lærings- og mestringskoordinator, Trondheim kommune
- 10.20 Pause
- HELSEKOMPETANSE OG MEDVIRKNING**
- 10.50 **Helsekompetansevennlige tjenester – hva betyr det?**  
[Kristine Sørensen](#) (PhD), Founder Global Health Literacy Academy, President International Health Literacy Association & Exec. chair, Health Literacy Europe.
- 11.25 **Gode helsetjenester kobler kropp og sinn**  
[Anette Remme](#), Seniorrådgiver helse og mestring, FFO
- 11.45 Pause
- 12.00 **Fra hormoner til helsekompetanse – hva med de unge?**  
[Liv-Grethe Kristoffersen Rajka](#), Spesialrådgiver, NK LMH
- 12.20 **Brukermedvirkning: urealisert mulighet i tjenesteutvikling**  
[Ann Britt Sandvin Olsson](#), Spesialrådgiver (PhD), NK LMH

- 12.40 **Betydningen av kulturkompetanse**  
Máret Rávná Boine, Sámi klinihkka, SANKS, Finnmarkssykehuset HF
- 13.00 **Lunsj med mingling**
- LÆRING I DIGITALE ROM**
- 14.00 **Pedagogikk og kommunikasjon i digitale møter**  
Praktiker [Anita Alvheim](#) intervjuer forsker [Andre Vågan](#), NK LMH
- 14.15 **Pårørende på nett**  
Vigdis Løbach, Pårørendekontakt, A-larm bruker- og pårørendeorganisasjon
- 14.30 **Care to translate – kommunikasjon når språk er en barriere**  
Solveig Helene Midtvedt, Spesialrådgiver, Likeverdige helsetjenester Læring- og mestringssenteret i Vestre Viken
- 14.45 **Gynea – et digitalt program for kvinner etter underlivskreft**  
[Ragnhild Sekse](#), Professor v/VID vitenskapelige høyskole, sykepleier ved kvinneklinikken i Helse Bergen og spesialist i sexologisk rådgivning
- 15.00 **Spørsmål og dialog**
- 15.15 **Pause**
- SAMHANDLING OG FORLØP**
- 15.30 **Helse- og samhandlingsplanen – direktoratets arbeid**  
Vibeke Herikstad, Seniorrådgiver, Helsedirektoratet
- 15.45 **Samhandlingskompetanse – hva innebærer det?**  
[Vibeke Stenov](#) (PhD), Forsker ved Steno Diabetes Center København
- 16.05 **Likeverdig tilgang til lærings- og mestringsgrupper**  
Samarbeidsprosjekt mellom Vestre Viken og kommunene i Hallingdal
- 16.20 **Sammen om unge og psykisk helse i Ung Arena+**  
Tønsberg kommune og Sykehuset i Vestfold
- 16.35 **Tillitens betydning for helsekompetanse og mestring**  
Helge Skirbekk, Professor, Oslo Met
- 16.50 **Spørsmål og dialog**
- 17.00 **Avslutning og vel hjem**  
Siw Bratli, leder, NK LMH