



Allmennedisinsk våruke

Meld deg på - våruka 2019

Velkommen til Romerike og en annerledes ramme for Våruka. I landlige omgivelser rett utenfor Tigerstaden finner du X Meeting Point Norway. Hotellet ligger sentralt fra både Oslo og Gardermoen. Vi møtes på Marriottkjedens rampete avkom av et designhotell.



Grunnkurs A (mandag – torsdag)

Meld deg på Grunnkurs A, introduksjonskurset til deg som skal eller holder på å spesialisere deg i allmennmedisin.

Her får du innføring i allmennmedisin fra et samfunnsperspektiv samt informasjon om helsebiblioteket, Helfo og spesialistutdanningen. Kurset gir også tips til oppstart i praksis, arbeidsmetoder og organisering av hverdagen.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)

Kurset kan kombineres med kurs i normaltariffen

Grunnkurs D (mandag – fredag)



[Mer informasjon og påmelding her.](#)

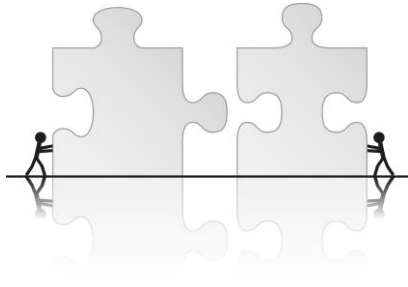


Kurs i helsepolitikk (tirsdag 7. mai)

Kurset er søkt godkjent med åtte valgfrie kurspoeng til videre- og etterutdanningen i allmennmedisin.

Kurset er obligatorisk for Allmennlegeforeningens landsrådsrepresentanter.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Ledelseskurs (onsdag – fredag)

Allmennlegeforeningen og Universitetet i Oslo har gått sammen om å arrangere et kurs om dette. Kurset er et frittstående emnekurs, men kan brukes som en del av et modulbasert kurs som kan bygges videre på. Del I arrangeres under våruka, mens del II arrangeres over to dager i juni ved Universitetet i Oslo. Begge delene gir 15 tellende timer hver. Ved fullført del I og II får man fem studiepoeng ved Universitetet i Oslo. Totalt kan man gjennom kursseriene innen ledelse, som arrangeres på våruka, oppnå 20 studiepoeng. Disse kan inngå i en master i helseadministrasjon.

Temaet på dette kurset er helseøkonomi, og målet er at du etter kurset skal kunne

- forstå velferdsstatens hovedutfordringer
- beskrive hvordan det norske helsesystemet avviker fra andre lands systemer
- kurdere fastlegenes organisering og finansiering i et mer overordnet perspektiv
- forstå mulige årsaker til variasjon i medisinsk praksis
- vurdere mulige positive og negative effekter av private behandlingforsikringer

Vi har også i år lagt til rette for hyggelig samvær. Vi håper dere kan finne rikelig anledning til å slappe av og la dere underholde, knytte nye bekjenskaper og gjenoppfriske gamle.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)

Emnekurs



Gynekologi - Gode tips og litt praktisk trening

(onsdag – fredag)

Kurset er godkjent som klinisk emnekurs for leger i spesialisering og klinisk emnekurs for de som skal fornye seg.

Kurset har som mål å ta opp aktuelle problemstillinger innen gyn-obsfaget med et praksisnært fokus. Det er et stort ønske å få kursdeltakerne til å engasjere seg i disse oppgavene og at kurset skal bidra til at de skal kjenne seg tryggere i dette faget.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Vanskelig foreskriving av vanedannende medikamenter

(onsdag – fredag)

Synes du foreskriving av vanedannende medikamenter er slitsomt? I så fall er du ikke alene. Denne oppgaven er noe av det som fører til mest slitasje blant allmennlegene.

På dette kliniske emnekurset tar vi utgangspunkt i kasuistikker og forskrivningsdata fra kursdeltakerne selv. Disse vil bli kommentert og diskutert i lys av regelverk og faglig kunnskap om smertestillende medisiner, beroligende og sovetabletter.

Målet er at kursdeltakerne skal lære hvilke metoder og regelverk som gjør dem i stand til å gi bedre hjelp til pasienter som krever vanedannende medikamenter, og selv bli tryggere på håndteringen av disse vanskelige forespørslene.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Tverrfaglighet i praksis – plunder og heft eller nyttig og artig? (onsdag – fredag)

Spennende 15 timers klinisk emnekurs, tverrfaglighet i praksis, på Allmennmedisinsk våruke 2019, Vi belyser legerollen i samarbeid med andre i konkrete hverdagssituasjoner. Vi tar for oss bilulykken, den gravide, den sykmeldte i arbeidskonflikt, skolenekteren, med mer.

Hva tenker vi selv om vår rolle og hva vi kan bidra med av faglighet? Hvordan ser våre samarbeidspartnere på oss og hva ønsker de av oss? Kurset tar altså utgangspunkt i konkrete situasjoner belyst fra flere hold og med særlig fokus på legens rolle. Så diskuterer vi etter å ha sett på oss selv, også med andres øyne. Vi har invitert noen engasjerte kolleger til å følge med på casene og oppsummere sine tanker om hvordan vi utøve vår faglighet optimalt i samarbeid med andre. Teoriforankring, verdier, praktiske handlemåter og kommunikasjons triks vil bli drøftet. Bli med og sett ditt preg på dette kurset, som egentlig er en workshop.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Kurs for allmennleger i stressmestring og egenomsorg

(onsdag – fredag)

Velkommen til emnekurs i stressmestring og egenomsorg på Allmenmedisinsk våruke onsdag 8. - fredag 10. mai 2019 på Hellerudsletta i Akershus. Vi trenger verktøy for å stå bedre i hverdagen nå. Vi trenger enkle verktøy vi kan bruke daglig, for å opprettholde både vår lytte-, konsentrasjons-, oppmerksomhets- og arbeidsevne. Det arrangeres derfor et kurs som bygger på moderne stressforskning, ressursorientert psykologi, det autonome nervesystemet og autonom regulering, nevrologisk musikkterapi, musikkbasert miljøbehandling og meditasjonsvitenskap.

Kurset holdes av Audun Myskja og Hanne Solfrid Berg. Begge har jobbet som allmennleger selv i mange år og Berg jobber fortsatt i en deltidsstilling ved Hommelvik Legekontor, så de vet hvor skoen trykker for allmennlegene. Audun Myskja har samlet verktøy til hverdagsmestring gjennom tiår, og prøvd dem ut på flere tusen mennesker i perioden 1988-2018, for å utvikle de mest presise, enkle og virksomme metodene. Myskja og Berg underviser for tiden sammen på landsbasis i Musikkbasert Miljøbehandling (MMB), som innføres nå innenfor eldreomsorgen i hele Norge, på oppdrag fra Helsedirektoratet, gjennom Nasjonalt Kompetansesenter for kultur, helse og omsorg. MMB er et opplæringsprogram for helsearbeidere i kvalitetsheving av omsorgen for personer med demens og andre sårbare grupper. [Mer informasjon og påmelding her.](#)

Endagskurs



Normaltariffen (fredag 10. mai)

Nå har du muligheten til å bli tryggere på riktig takstbruk til glede for deg og legekantoret. Det er viktig å lære riktig takstbruk - og at du bruker de takstene du har krav på. Og samtidig bruke mindre tid på og retting av feil på legeregningene.

Meld deg på spennende dagskurs om normaltariffen fredag 10. mai. Om du ønsker det kan kurset kombineres med grunnkurs A (6. – 9. mai).

Det blir god anledning for spørsmål og diskusjoner.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)

Ellers byr vi på:



ALIS-kveld - mandag

Det blir ALIS-kveld i tradisjonell stil kl. 19:00.

I år byttes pizzaen ut med streetfood.

Arrangementet finner sted på Catwalken, utenfor kursrommene.

Arrangementet er gratis og åpent for alle, men påmelding er nødvendig!

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Tirsdag

Foredrag og stand-up ved Dora Thoraldsdottir - tirsdag

Dora Thorhallsdottir kommer med sitt foredrag "God stemning".

Etter foredraget holder hun et kort Stand-up show. Dette foregår

kl 20:00 i Catwalken (utenfor kursrommene). Dette

arrangementet er gratis for alle, men vi må ha påmelding!

Først er det middag i restaurant Gård, kl 18:30.

Meny:

- Kyllingbryst med aspargesbønner og poteterte

- Pasjonsfruktmousse

Pris: kr 295 ,- + drikke. Drikke betales direkte i restauranten

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Onsdag

Utflukt til Eidsvollsbygningen med omvisning og middag à la 1814

Bli med til Eidsvoll på frigjøringsdagen! Etter AF sitt

landsrådsmøte arrangeres det tur til Eidsvollbygningen. Vi blir

transportert med buss fra hotellet kl. 19:00 og vil få en liten

matbit på veien. Det vil bli en omvisning på ca. 30 min som starter

i Rikssalen før det serveres middag i Wergelands Hus, inspirert av

hva eidsvollmennene spiste i 1814.

Forrett: Syltet laks med pepperrotkrem og flatbrød

Hovedrett: Kalverygg med vårgrønnsaker og fløtesaus.

Dessert: Tjukkmelkspudding med rabarbra og sprøtt bakverk

Pris: kr 900 ,- per person. Drikke betales av den enkelte på stedet.

[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Torsdag er det, tradisjon tro, klart for festmiddag. Festmiddagen går av stabelen i lokalet The Box - som ligger rett ved siden av den lange rulletrappen. Det blir servert en festmeny med godt tilbehør. Den gode stemningen lager vi i felleskap denne kvelden. Aperitiff starter kl 19:30
Pris for festmiddag med vin/øl kr 1 200 ,-
Pris for festmiddag med alkoholfri drikke kr 900 ,-
[Mer informasjon og påmelding her.](#)



Allmennlegeforeningen |

DEN NORSKE LEGEFORENING



Norsk forening for
allmenntmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING