

11 och 12 maj, 2006
Hotel Riverton, Göteborg



Två inspirerande och lärorika kursdagar
för dig som arbetar som

Undersköterska

- Bli uppdaterad på **viktiga lagar och regler**
- **Kulturella möten** i vården
- **Så hanterar du stress**
- **Få inspiration och arbetsglädje**
- **Så hanterar du konflikter och besvärliga personer**

I talarstolen:

Angelica Frithiof
Tomas Barth
Ulla Lindén
Kenth Åkerman
Anne-Charlotte Sukhia
Karin Roosvall

AF Patientkommunikation
Kompetensforum AB
VårdJuridik
Relationsbyggarna AB
Interkulturell Utbildning
Endorfinen

Anmäl dig i dag – faxa in din anmälan till 08-28 01 20

Till dig som arbetar som undersköterska

Du som arbetar som undersköterska besitter en viktig roll och ditt dagliga arbete ställer höga krav på dig och ditt kunnande. Du måste vara bra på att bemöta olika typer av människor, ha kunskap om lagar och regler som gäller i sjukvården samtidigt som du hanterar en alltmer krävande arbetsmiljö.

På den här kursen får du lära dig hur du kan bli bättre på att **hantera stress**, hur du kan vara med och skapa **kulturella möten istället för kulturella krockar** och dessutom får du en viktig **uppdatering av lagar och regler** du som undersköterska måste förhålla dig till.

Att gå hem från jobbet med känslan av att känna sig kränkt och illa bemött är ingen trevlig upplevelse. På den här kursen fokuserar vi bland annat på att **förbättra kommunikationen på din arbetsplats**, det kan vara mellan dig och dina patienter eller med andra på avdelningen.

Genom att delta på de här två kursdagarna i maj så kommer du att få ta del av många **intressanta och givande tema** som kommer att få dig att **växa i din yrkesroll**, du kommer också att få en skjuts mot en bättre arbetsvardag genom att få inspiration och bli motiverad till att fortsätta göra ett bra jobb

Intresset är stort så anmäl dig redan idag! Skicka in din anmälan via fax, E- post eller Internet: **www.confex.se** Har du frågor kring kursen - tveka inte att kontakta undertecknad. Jag hoppas att vi ses i november!

Vänlig hälsning
Confex Sverige AB



Sofia Pihl
Projektledare
Tfn: 08 - 28 43 74
Fax: 08 - 28 01 20
E-post: sofia.pihl@confex.se

Så här tycker tidigare deltagare:

"Det har varit två mycket upplyftande dagar och jag önskar att alla fick vara med om detta"

" Jättebra kurs med föreläsare som har inspirerat och motiverat oss"

" Helnöjd! Intressant och mycket bra!"

"Två underbara dagar med bra föreläsare som har gett mig inspiration och motivation"

"Proffsigt utförande , trevligt!"

08.00 Dörrarna öppnas – servering av kaffe / te / smörgås
08.55 Kursen öppnas

09.00 Därför uppstår konflikter mellan människor och så hanterar du dem

- Vad är det som gör att en människa uppfattas som "besvärlig"?
- Din egen roll i mötet med patienter och kollegor
- Vad är det som gör att situationer kan kännas obehagliga och besvärliga?
- Vad är verklighet och vad är tolkningar i konfliktsituationer?

Tomas Barth – konfliktutbildare & psykodramaassistent

09.50 Paus – kaffe & te

10.10 Kommunikation i mötet med patienter och kollegor

- Lär dig att kommunicera med olika personer
- Kroppsspråkets betydelse i mötet med patienter
- Så bemöter du en person som uppträder hotfullt
- I huvudet på en våldsman

Tomas Barth - konfliktutbildare & psykodramaassistent

11.00 Fruktpaus

11.10 Kommunikation och hantering av konfliktfyllda möten med patienter

- Hur påverkas patienten av den psykiska arbetsmiljön på arbetsplatsen
- Hur frågar du för att identifiera patientens behov

Angelica Frithiof – vårdkonsult & författare

12.00 Lunch

13.00 Att bemöta patienter och anhöriga som är i känslomässig obalans

- Så bemöter du en patient som inte lyssnar på vad du säger eller som sätter sig på tvären
- Att samtala med personer som befinner sig i obalans
- Angelica tar upp konkreta fall och visar hur man kan lösa dem

Angelica Frithiof – vårdkonsult & författare

14.00 Bensträckare

14.10 Så hanterar du bäst vardagsstressen i ditt jobb som undersköterska

- Så upptäcker du olika stresssymptom
 - Vad stressen gör med oss och varför
 - Finns det positiv stress?
 - Ligger du i riskzonen för typ A-beteende- testa dig själv
- Karin Roosvall - konsult i stresshantering och livskvalitet**

14.50 Paus- eftermiddagsfika

15.10 Praktiska tips och rörelser som kan förebygga belastningsskador och värk

- Så kan du minimera stressen – genom micropauser
- Prova Yoga och Qigong- enkla knep att få ett lugn i arbetsvardagen
- Låt endorfinerna flöda - få hälsa och välmående
- Hur finner du din dagliga energi?

Karin Roosvall - konsult i stresshantering och livskvalitet

16.00 Första dagen är slut

08.30 Dörrarna öppnas – servering av kaffe / te / smörgås

09.00 Kulturella möten istället för kulturella krockar vården

- Vad innebär kultur – hur blir vi dem vi är?
- Så kan vårt kulturella filter påverka kommunikationen
- Vad är svensk kultur? Svenska värderingar, attityder och beteenden – så kan dessa uppfattas!
- Sickness / illness / disease – förhållningar till sjukdom samt förväntningar på behandling

Anne-Charlotte Sukhia - konsult & utbildare

09.50 Paus – kaffe & te

10.10 Kommunikation med personer från andra kulturer

- Lär dig att se skillnaden på hur personer från olika kulturer kan visa smärta
 - Kroppsspråkets kulturella skillnader kan påverka kommunikationen
 - Skamkänslor – vad som kan väcka dem
- Anne-Charlotte Sukhia - konsult & utbildare**

11.00 Fruktpaus

11.10 Viktiga lagar och regler i jobbet som undersköterska

- Sekretesslagen och offentlighetsprincipen i ditt arbete som undersköterska
- Bli uppdaterad på delegeringsregler och patientjournalagen
- Ditt yrkesansvar som undersköterska

Ulla Lindén - sjukvårdsjurist

12.00 Lunch

13.00 Patient- och rättssäkerhet

- Så fungerar ansvarsfördelning och utlämning av material
- Lär dig mer om patient- och rättssäkerheten

Ulla Lindén - sjukvårdsjurist

13.50 Paus- eftermiddagsfika

14.10 Så får du motivation, tolerans och extra energi i jobbet som undersköterska

- Faktorer som förstör humör och motivation
- Lär dig vad som motiverar dig i vardagen
- Så kan du öka ditt överskott och energi

Kenth Åkerman – inspiratör & författare

14.40 Paus - eftermiddagsfika

15.00 Konsten att tänka positivt vid motgång

- Vad humor är och hur det kan påverka arbetsmiljön och hälsan
 - Så kan du se det bästa i varje situation
 - Livskvalitet – Vad det betyder för dig
- Kenth Åkerman - inspiratör & författare**

16.00 Kursens sista dag avslutas

~~Returadress:
Confex Sverige AB
C/O SKD Euroconf
Box 1252
171 24 Solna~~

B

SWEDISH
POSTAL
POST PAYÉ

1459

Undersköterskan

11 och 12 maj, 2006

OBS! Ange anmälningsskoden överst på sidan, när du anmäler dig via e-post, web eller telefon!

Fyra enkla sätt att anmäla sig:

- 1) Faxa det här schemat till **08-28 01 20**
- 2) Skicka ett **E-mail** till: **confex@konferens.se**
- 3) Via **Internet**; **www.confex.se**
- 4) Via **telefon** till projektledaren på **08-28 43 74**

KONFERENSAVGIFT Kr 4990,- (exkl. moms) per person

Servering i pauserna, lunch och dokumentation är inkluderat i priset.
Kontakta projektledaren för information om grupprabatter.

PROJEKTLEDARE

Sofia Pihl
Tlf: 08 - 28 43 74
E-mail: sofia.pihl@confex.se
Web: www.confex.se

1. **Namn:**
Befattning:
E-post:

KONFERENSLOKAL

Hotel Riverton
Stora Badhusgatan 26
Tlf: 031- 750 10 00

2. **Namn:**
Befattning:
E-post:

CONFEX SVERIGE

Confex Sverige AB är det svenska dotterbolaget i Confex-gruppen som är en av Skandinavians ledande kurs- och konferensarrangörer. Confex finns i Sverige, Norge och Danmark. Deltar du på en av våra kurser, är det vårt mål att du efter det kommer tillbaka till ditt arbete med praktiska färdigheter och fördjupade kunskaper. Deltar du i en av våra konferenser blir du uppdaterad om nyheter, trender och utveckling inom din bransch eller arbetsområde. Confex erbjuder kurser och konferenser inriktat mot både privat och offentlig sektor.

3. **Namn:**
Befattning:
E-post:

4. **Namn:**
Befattning:
E-post:

AVBOKNING

Anmälan är bindande, och eventuell avbokning måste ske skriftligen. Vid avbokning debiteras en avgift på minst 20 %.
Om du avbokar senare än 14 dagar innan kursen startar debiteras en avgift på 50 % av kursavgiften. Vid avbokning senare än 7 dagar innan, debiteras full deltagaravgift.
Skulle du bli förhindrad från att delta kan du eventuellt överlåta platsen åt en kollega eller få dokumentation från konferensen

5. **Namn:**
Befattning:
E-post:

Firma:

Postadress:

Postnr. / -ort:

Tel: **Fax:**

Datum: **Signatur:**

www.confex.se