OsloMet – storbyuniversitetet har den glede av å invitere ergoterapeuter over hele landet til et 2-dagers digitalt kurs i bruk av

**Aktivitetskalkulator**

****

**13. og 14. mars 2025**

Aktivitetskalkulatoren er en metode som gjør det mulig for pasienter med fatigue og/eller smerter å planlegge sin hverdag ut fra energinivå. Metoden har blitt utviklet for ergoterapeuter av Greke Hulstein – van Gennep og Karin ten Hove – Moerdijk, som er erfarne ergoterapeuter v/Meander Medisch Centrum i Nederland. De har lang erfaring i å avholde kurs. I dag har mer enn 25 % av ergoterapeutene i Nederland fullført kurset. Les mer om metoden på <https://uni.oslomet.no/aktivitetskalkulator/>

Noen sitater fra brukere av Aktivitetskalkulatoren:

*«Er du strukturert fra før, hjelper det å starte registrering av dine aktiviteter. Jeg ser på listen min i løpet av dagen; hva har jeg igjen og hva kan jeg fortsatt gjøre? Sykdommen (MS) blir ikke mindre, men jeg takler utfordringene bedre. Fordi jeg har det bedre med meg selv, er jeg lettere å leve sammen med. Etter å ha bruk Aktivitetskalkulatoren i 4 måneder, føler jeg at det begynner å bygge seg opp et lite energilager»*

*«Jeg kan vise arbeidsgiver min ukeoversikt og hva arbeidsoppgavene koster meg».*

**Praktisk informasjon**

**Målgruppe:** Ergoterapeuter som møter pasienter med nedsatt og/eller varierende energinivå.

**Godkjenning:** Kurset er godkjent av Norsk Ergoterapeutforbundet som ergoterapifaglig kurs meritterende med 14 timer til ergoterapispesialist innen alle spesialistområdene.

**Tid:** Torsdag 13. mars, kl. 8.30 – 15.30 og fredag 14. mars, kl. 8.30 – 15.00.

**Sted:** Kurset gjennomføres via Zoom. Det er en forutsetning at deltakerne har grunnleggende ferdigheter når det gjelder bruk av Zoom og at hver deltaker har tilgang til egen PC, kamera og headset. Kursopplegget er ikke beregnet på at flere sitter sammen og deler utstyr.

**Foredragsholdere:** Kirsti Nordstokkå og Irma Pinxsterhuis.

**Arrangør:** OsloMet – storbyuniversitetet, Institutt for rehabiliteringsvitenskap og helseteknologi – Ergoterapeututdanningen.

**Kontaktpersoner:** Irma Pinxsterhuis:[irma@oslomet.no](mailto:irma@oslomet.no), tlf. 67 23 63 69 og Kirsti Nordstokkå: [kihell@](mailto:kihell@)sshf.no, tlf. 38 14 93 00.

**Bindende påmelding:** [Aktivitetskalkulator 13.-14. mars 2025 | OsloMet – storbyuniversitetet](https://webshop.oslomet.no/produkt/aktivitetskalkulator-13-14-mars-2025/)Det er viktig at du sjekker kvittering generert fra nettbutikken om betalingen virkelig har gått igjennom. Bekreftelser fra Vipps eller banken godtas ikke som bekreftelse på betaling. Det sendes ikke ut faktura.

**Pris:** kr. 2900,-.

Maks. 23 deltakere, så her gjelder det å være førstemann til mølla!

**Påmeldingsfrist: 3. mars 2025**