

I samarbeid med Nettverk for læring og meistring i Helse Vest, inviterer FOUSAM til fagdag for alle som arbeider med folkehelse, læring og meistring:

Korleis motivere til endring?

Tid og stad:

Webinar Fredag 27.nov kl 10 -14

Program:

kl 09. 45 Pålogging og test

kl 10.00 Velkommen

Samarbeid i Helse Fonna-regionen for å fremme folkehelse, læring og meistring. ved Sølvi Heimestøl, rådgiver i Samhandling, Helse Fonna og FOUSAM

kl 10.15 Endring og motivasjon – kva skal til?

ved Ole Petter Hjelle, fastlege, hjerneforsker

kl 11.30 Pause

kl 12.00 Fortsettelse: Ole Petter Hjelle, Endring og motivasjon – kva skal til?

kl 14. 00 Takk for i dag.



Ole Petter Hjelle er kjent for å vera ein av Norges beste formidlarar og førelesarar! Som lege og hjerneforskar stiller han med sterk faglig kunnskap og bygger føredraga sine rundt erfaringar og forskning. Han underviser både pasientar, fagpersonar og studentar og er kjent som «treningslegen» etter at han starta ei mosjonsgruppe der han trenar saman med pasientane sine.

Korleis motivere til endring? er tittelen på fagdagen. Mange har uvanar dei er misnøgde med, men som dei likevel ikkje får til å endre. Lenge har det blitt snakka om kor vanskelig det er å endre inngrodde atferdsmønstre hos mennesker. Nyare forskning viser at hjernen vår har ein fantastisk evne til endring, berre me brukar rett framgangsmåte!

Ole Petter Hjelle har etter utbruddet av Covid 19 hatt over 50 digitale seminarer.

Registrer deg her innen 22.nov. for å delta:

https://usn.zoom.us/webinar/register/WN_FHBbKfNXSyOsXi83Brwx6Q

Når du er registrert får du tilsendt lenke til seminaret.

Arrangør:

Nettverk for læring og meistring i Helse Vest, og FOUSAM ved Fagnettverk folkehelse og Fagnettverk læring og meistring.

