

“Vendepunktet”

Fra motgang til mestring og mening

Seminar 05. desember 2022

Velkommen til en inspirerende dag om:

- Hva som bidrar til å tåle belastning
 - Å ta gode valg og navigere klokt ved motgang
- Her møter du både folkene med de ekte historiene, og folk fra fag og forskning

Målgruppe:

Deg som er fagperson eller brukerrepresentant i spesialisthelsetjenesten og kommunehelsetjenesten som møter mennesker som trenger inspirasjon til å håndtere utfordringer.



Gå ikke glipp av en sjelden anledning til å treffe eventyrer og serieskaper for TV2, Samuel Massie «live» for Helse-Bergen!

Program:

09.00 – 09.05 Velkommen

09.05 - 09.25 *Musikk, mestring og mening*, Merethe Wolf Lindvall og Anita Barsnes, musikkterapeuter

09.25 -10.00 *Nytt og nyttig* fra arrangørene

10.00 – 10.15 Benstrekk

10.15 – 11.30 *Å lykkes mot alle odds*, Samuel Massie, forfatter, foredragsholder og inspirator

11.30 – 12.30 Lunsj

12.30 - 13.00 *Erfaringer med musikk på veien* ved Gjenklang, Morten Sommerbakk og Lars Tuastad

13.00 – 13.15 Benstrekk med påfyll

13.15 – 14.30 *Finne orden ut av kaos*, Eva Langeland, dr.polit og førsteamanuensis HVL

14.30 Avslutning



Sted: Kurs- og konferansesenteret i Bikuben, Storstuen

Pris: 150,- inkl bevertning

Påmelding: [Deltaker.no](https://deltaker.no) innen 07.november

Ved spørsmål, kontakt LMS@helse-bergen.no

 **HELSE BERGEN**
Haukeland universitetssjukehus

 **Haraldsplass**
Diakonale sykehus