

Referat lokalt LM nettverksmøte på Voss 19.09.2025 kl 10.00 - 14.00.

Til stede: Elona Zakariassen, Atle Grung Eide, Bente Bø Taule, Jannicke Lien, Linn Jeanette Waagbø, Irene Kjønnrød, Randi Bjørgen Johannessen, Vibeke Irgens og Rannveig Bakketun.



- Vi startet med omvisning på Hagahaugen, Voss Friskliv og meistring sine lokaler. Fint å se hvordan dere har det- med nydelig hage og utsikt. God motivasjon for å være aktiv.
- En kort presentasjonsrunde, med ekstra velkommen til Irene som er ny i nettverket. Vi hadde også invitert inn Randi Bjørgen Johannessen i møte, som jobber i Koordinerende enhet i Helse Bergen.
- En kort orientering angående [Søravtale til Tenesteavtalane 2, 6 og 10. Lærings- og meistringsnettverk - Saman](#). Endringer som vi foreslo er godkjent og den er sendt til signering. Den nye avtalen er ikke publisert enda. Det har kommet inn et innspill fra private ideelle organisasjoner (DPI). Styringsgruppen for Lærings- og meistringssenteret i Bergen har vedtatt at DPI inkluderes som part i “Tenesteavtale 2, 6 og 10- Lærings- og meistringsnettverk” og det inviteres en representant fra DPI inn i nettverket gjennom DPI`enes representant i Strategisk samarbeidsutvalg.
- Informasjon om hvilke kurs som er/skal digitaliseres i Helse Vest:
Ferdigstilt:
 - IBS skolen (nasjonalt)
 - Arvelig brystkreft
 - Mestringsfilm [En film om mestring on Vimeo](#)
 - Podcast

- Opplæring av brukermedvirker [Kursbygger](#)
- Gynea
- CPAP skolen

I prosess:

- Diabetes 2 (deldigitalisert)
 - Endometriose
 - Cøliaki
 - Prehabilitering tykk- og endetarmskreft
 - Nyreskolen
- Informasjon fra Jannicke angående prosjektet “Sunn aldring”. Flere i nettverket er i referansegruppen. De har fått prosjektmidler fra Helsedirektoratet til å utvikle et kurs for unge eldre (65-79 år) som dels er basert aldersspesifikke nasjonale anbefalinger, og dels på eksisterende kurs som Bra mat for bedre helse, Hverdagsglede, Sov godt og Trygg trening. Målet er å opprettholde så god helse som mulig uten å utvikle sykdom. Vi vet det er stor økning i antall eldre og det er behov for å gjøre grep. Pilot i januar.
 - Godt innspill fra Bente om referater fra møtene kan legges på Saman.no, istedenfor at dere sender det videre til de dere representerer. Jeg har sendt en forespørsel om dette, men ikke fått svar.
 - Workshop: Kartlegging av behov og muligheter.
 - Hva er dagens utfordringer i samhandling innen læring og mestring?
 - Hvilke behov ser vi hos pasienter og pårørende innen læring og mestring?
 - Hvor finnes det overlapp eller potensial for samarbeid?



Vi kategoriserte fire hovedfunn:

- Kompetansedeling
- Ressurser
- Informasjon
- Ulike tilbud

Vi snakket om to store grupper som livsstil/overvekt og diabetes 2. Kan vi samarbeide enda nærmere her når det gjelder å få ut informasjon om tilbud, henvise deltakere til ulike tilbud? Hvordan gjøre dette på en god måte? F.eks barn med overvekt; pasientforløp som inkluderer både spesialisthelsetjenesten og kommunene.

Vi tar opp igjen tråden her på neste møte. Da vil Linn Jeanette informere om et av deres kurs.

- Neste møte blir på Teams fredag 5.desember kl 10.00 - 11.30.
- Det planlegges for et fysisk møte i Alver i mars.

Rannveig.