

EN INNFORING I KID OG KIB



Tema

KID betyr kurs i depresjonsmestring

KIB betyr kurs i mestring av belastning

- Vi må lære å «fange opp» eventuelle tjenestemottakere som kan ha nytte av å delta på slike mestringskurs
- KIB kan være et godt verktøy for å forebygge sykefravær, raskere tilbake o.l.

Målgruppe:

Alle ansatte og ledere i helse og omsorg i Gjøvikregionen

Påmeldingsfrist: 20. september

Forelesere:

**Turid Løvmoen,
sykepleier og Mette
Øversveen,
vernepleier psykisk
helse og rustjeneste
Begge fra Nordre
Land kommune**

ReKS Regionalt
Kompetansesamarbeid
Gjøvikregionen

Kontaktperson:

**Solveig Skottene
tlf. 93 41 75 65**

**Sted: Haugtun
omsorgssenter,
møterom Røverdalen
Dato: 24. september
kl. 12.00 – 15.00**



**Påmelding:
[Klikk her](#)**