

## 2. nationale instruktørdag for **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom**



Komiteen for Sundhedsoplysning

## **2. nationale instruktørdag for LÆR AT LEVE med kronisk sygdom**

Forfattere: Lea Aasberg og Nicolaj Holm Faber, Komiteen for Sundhedsoplysning  
[www.sundhedsoplysning.dk](http://www.sundhedsoplysning.dk) [www.patientuddannelse.info](http://www.patientuddannelse.info) [www.mestringsforum.dk](http://www.mestringsforum.dk)

Foto: Tine Juel

Layout og illustration: Signe Rød / [www.signeroed.dk](http://www.signeroed.dk)

Den 2. nationale instruktørdag blev gennemført med støtte fra Apotekerfonden af 1991 og Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse



## Den 2. nationale instruktørdag

### Forord

Kurset **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom** er blevet en succes i Danmark. 70 kommuner kører kurser, og det er jer frivillige instruktører, der trækker det største læs. Ikke kun ved at stille jeres arbejdskraft til rådighed gratis, men ved at være aktive og dedikerede kursusledere. Erfaringerne viser, at instruktørerne fungerer som positive rollemodeller for kursisterne, der spejler sig i instruktørernes livssituation og positive energi. På den måde får de selv mod på deres situation.

Den nationale instruktørdag er den årlige begivenhed, hvor vi kan fejre jeres store indsats ved at give jer mulighed for at opfriske forskellige aktiviteter fra instruktørmanualen i workshops og derudover blive inspireret af interessante foredragsholdere.

En ting slog mig i år, og det var det høje summeniveau, der var i pauserne i løbet af dagen. Det var helt specielt, og ikke noget jeg oplever på andre konferencer. Jeg tror, at det faktum at instruktørerne alle har haft de samme udfordringer, positive såvel som negative, giver et helt specielt fællesskab. Et fællesskab og et netværk, der bliver etableret på instruktøruddannelsen, hvor der kommer mennesker fra hele landet. Den nationale instruktørdag er det forum, hvor I kan holde jeres netværk ved lige.

I konferencehæftet forsøger vi ved hjælp af billeder og fortællinger at formidle noget af den positive energi, der var i Nyborg i november.

Vi har også sammenskrevet konklusionerne fra alle workshops, så I kan bruge dem til jeres næste kursus.

Det var en stor fornøjelse at være jeres vært, og jeg glæder mig allerede til vi mødes i 2009.

Charan Nelander  
Direktør  
Komiteen for Sundhedsoplysning  
Februar 2009



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi det er rart at møde andre instruktører. Dele erfaringer. God idé med workshops – giver ideer og diskussioner til de problematikker vi kan stå med. God mad – hyggelige omgivelser."*

## **At være pårørende**

Foredrag ved Hysse Birgitte Forchammer.

Når man bliver pårørende til et menneske med kronisk sygdom, ændres ens eget liv ofte lige så radikalt, som sygdommen ændrer ens pårørendes liv.

Hysse Birgitte Forchammer er neuropsykolog på Glostrup Hospital. Hysse arbejder blandt andet med terapiforløb til pårørende og er ved at forfatte manuskriptet til en publikation i samarbejde med Komiteen for Sundhedsoplysning. Publikationen er målrettet til mennesker, der er pårørende til mennesker med kronisk sygdom. Hysse lagde i sit foredrag op til, at instruktørerne gerne måtte give hende feedback, som hun kunne bruge i publikationen. Der var mange kommentarer og refleksioner over Hysse's oplæg, som vil blive taget i betragtning til publikationen.



*"Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi det var godt planlagt. Godt indlæg ved psykolog "At være pårørende". Godt at få repeteret stof i workshops."*

### **Nogle af de vigtigste pointer fra oplægget var:**

- ★ Alle pårørende er forskellige for vores livssituation, værdier, normer og relationer til den ramte er forskellige
- ★ Man kan både være pårørende og selv have en kronisk sygdom. Så pårørenderollen er ikke statisk, men dynamisk
- ★ Det er ikke kun den syge, der rammes – hele familien rammes af sygdommen
- ★ At leve med en med kronisk sygdom betyder ændrede roller i relationen – fx kan man gå fra at være ægtefælle til at den pårørende bliver den ramtes advokat, ven, plejer eller vagthund over for sundhedsvæsenet
- ★ At blive pårørende betyder også man kan opleve at få "forbudte følelser" som vrede, skuffelse og afmagt. Det er helt almindeligt, men vigtigt man forholder sig til det, blandt andet ved at holde fast i sit eget liv og prøve at gøre det, der plejer at gøre en glad
- ★ Den syge er ikke altid 'offeret' i en familie. Den syge kan også være den der siger fra i forholdet til den raske.



I publikationen findes der også en masse gode råd og vejledninger til, hvad man kan gøre for at lette sit liv som pårørende til glæde for både sig selv og den med sygdommen. Publikationen forventes at udkomme i første halvår 2009.

*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi fordi dagen og oplæggene har været afvekslende. Fint med afbrækket med historietælleren. (Føles lidt som en luksusgave, da vi normalt har så travlt med teori). Alle tiders at underviserne i workshops skiftede. God pædagogisk fremtræden og præsentation af dagen af Lea og Nicolaj. Afklaret for kursisterne at man skal overholde tiden. Det var mange i tvivl om."*

## Samstjælekøkkener og ravhekse

Det kulturelle indslag på den 2. nationale instruktørdag blev leveret af Kasper Sørensen fra BestTellers.

Historierne kan ikke gengives på skrift, fordi meget blev formidlet gennem Kaspers fantastiske kropssprog og mimik. Men et sted ude på vandet ud for Nyborg svæver ravheksen rundt. Og hun lød bestemt som værende et bekendtskab værd. Vi blev også introduceret til det moderne begreb

"Samstjælekøkken", som i Kaspers historie var det sted, hvor de to storstjælende hovedpersoner opbygger det forhold, der resulterer i en flot vanskabt baby. Vanskabt fordi babyen i den ene hånd har jordmoderens vielsesring, nappet på vej ud af mors mave. En rigtig forbryderfamilie. Kaspers historier var fantastiske. Og hans måde at fremføre dem på kunne vi alle lære meget af, når vi er ude at undervise.



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi der har været en god blanding af relevante og underholdende indslag. Gode workshops. Kasper Sørensen var formidabel!"*

## Workshop I

### Følgende aktiviteter fra instruktørmanualen blev gennemspillet og diskuteret

#### Håndtering af vanskelige følelser Tilbageblik og mål for fremtiden

Begge aktiviteter er helt centrale for patientuddannelsen **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom**.

#### Håndtering af vanskelige følelser

I *Håndtering af vanskelige følelser*, får mange kursister en AHA-oplevelse, når de begynder at fokusere på hvilke årsager, der er til de vanskelige følelser. Derfor er instruktørens rolle meget vigtig i aktiviteten. Er man ikke vågen og sikrer, at kursisterne har det rette fokus, så begynder de at tale om følelserne frem for årsagerne til følelserne. Og så virker aktiviteten ikke efter hensigten.



## På workshoppen diskuterede vi formålet med aktiviteten og kom frem til følgende pointer:

### Formålet er:

- ★ At få kursisterne til at fokusere på årsager til vanskelige følelser, frem for følelserne. Når årsagerne er identificeret, kan man arbejde med dem
- ★ At få kursisterne til at forstå, at de følelsesmæssige op- og nedture de oplever, ved at leve med en kronisk sygdom er normale. Ved at tale åbent om de forhold der udløser de vanskelige følelser, er det nemmere at forholde sig til følelserne, fordi de er forårsaget af noget andet
- ★ At kursisterne oplever, at de ikke er de eneste, der bokser med vanskelige følelser
- ★ At arbejde med problemløsning (problemløsning er vigtigt og adskiller **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom** fra en støttegruppe, hvor hovedformålet er at lytte)
- ★ Mennesker har også brug for at blive lyttet til. Derfor beder vi dem gå sammen to og to og tale om deres erfaringer
- ★ Vi beder dem fortælle om makkerens erfaringer frem for deres egne for at sikre, at man lærer nyt og ikke bare lytter til hinandens problemer







## Hvordan undgår man at tiden skrider i aktiviteten?

- ★ Præcisér: 2 årsager, det skal være kort. (evt. sig: vi ved godt, der findes flere årsager)
- ★ Komme med et eksempel
- ★ Henvis til bogen, hvor man kan læse mere
- ★ Fortæl vi ikke er uddannet sundhedspersonale
- ★ Henvis til patientforeninger
- ★ Hold fast i, at man skal fortælle om den anden – ikke kommentere
- ★ Sætte tid på
- ★ Korte af
- ★ Foreslå at I kan tale videre i pausen
- ★ Gøre opmærksom på, at det er kort
- ★ Selv sørge for, at være kort
- ★ Legalisere at tiden er kort
- ★ Vær en god rollemodel
- ★ Brug hinanden
- ★ Hjælp til selvhjælp – brug af teknikker
- ★ Ordentlig information inden start
- ★ Identificér os med kursisternes oplevelse af manglende tid
- ★ På et godt kursus er der aldrig tid nok!

En af de ting, der kan ske i aktiviteten er, at kursisterne udtrykker frustration over, at der ikke er tid til at gå i dybden med de vanskelige følelser. På workshoppen lavede vi en idérunde for at finde på gode måder at håndtere denne frustration.

## Hvordan tackler man frustrationer fra kursister, der ønsker mere tid til at tale om vanskelige følelser?

- ★ Jeg kan godt høre, hvad du siger, men vi er ikke psykologer
- ★ Vi går ikke for dybt/tid og sted/uhåndterlige følelsesudbrud
- ★ Redskabskursus
- ★ Materialet er gennemarbejdet
- ★ Fortælle at dette er et aktivt selvhjælpskursus
- ★ Spørge: "Hvordan kan du få tid til at tale mere om dette emne?"



### *Tilbageblik og mål for fremtiden (45 minutter)*

Denne aktivitet er en af de længste i instruktørmanualen. Og der er adskillige forskellige elementer i aktiviteten, så det er vigtigt, at man er opmærksom på tiden gennem hele aktiviteten.

Det er samtidig den aktivitet, der både er afrunding af kurset, og samtidigt gerne skulle støtte kursisterne i at fortsætte med at sætte sig mål og arbejde med at nå dem. I workshoppen fokuserede vi derfor på de langsigtede handleplaner. De ligner på den ene side de ugentlige handleplaner, kursisterne har lavet de 5 foregående uger, men

på den anden side kan det overordnede mål godt være mindre handlingsorienteret i den langsigtede handleplan. Instruktørens vigtigste rolle er at få kursisterne til at definere meget konkrete delmål, der skal føre dem til det langsigtede mål. Da der ikke er nogen begrænsning for, hvor mange delmål man kan have, kan det være svært at holde tiden her.

Derfor lavede vi i workshoppen en idérunde, hvor instruktørerne skulle komme med gode fif til hinanden om netop dette.

*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi I har berørt nogle emner, som for mange af os kan være et problem at tackle."*

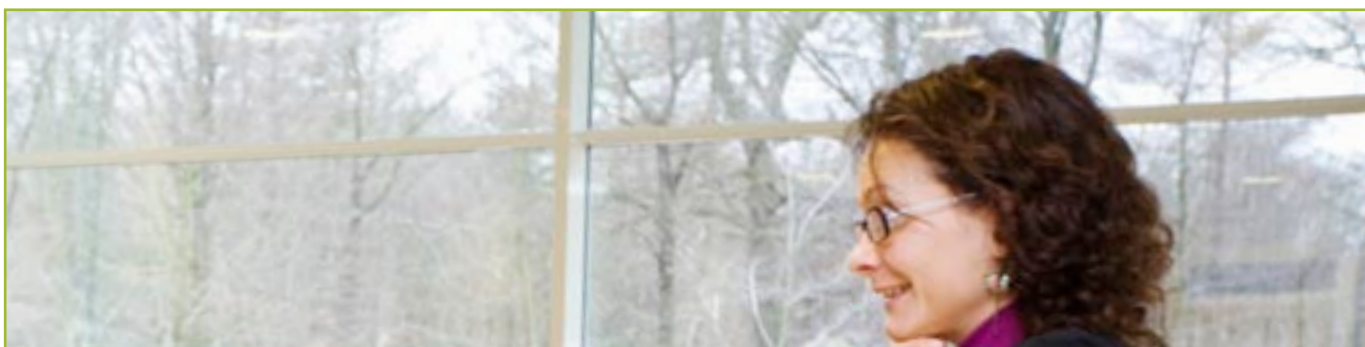


## Hvordan holder vi tiden i runder med langsigtede handleplaner?

- ★ Præcisér det er det langsigtede mål
- ★ Forbered kursisterne på det i modul 5
- ★ Skema 7 – brug det
- ★ Brug billedet af manden der bruger trædesten over åen
- ★ Hæng kursusoversigt op. Hold fast ved at hver kursist gennemsnitligt har 2 minutter til at fortælle om handleplanen
- ★ Vær en god rollemodel i formuleringen af din egen langsigtede handleplan  
"spring over – og kom tilbage" hvis en kursist har svært ved det
- ★ Handleplanen skal sidde lige i skabet efter de første moduler, så går det nemmere med denne aktivitet
- ★ Brug kropssprog
- ★ Sum op og præcisér



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi det er godt at lære af hinandens erfaringer. Dejligt at høre at konceptet virker hensigtsmæssigt i min kommune."*



## Gigtforeningens workshop

Gigtforeningen har været med til at implementere **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom** fra starten. Derfor har de efterhånden opbygget et stort netværk af instruktører, der tilbyder deres frivillige arbejdsindsats i kommunerne. Gigtforeningen ønskede at styrke det interne netværk, og derfor blev denne specielle workshop oprettet. I Gigtforeningens workshop skuede in-

struktørerne ud i fremtiden og diskuterede, hvilke vilkår der skal være i orden, for at de kan se sig selv som instruktører i 2010. Det giver et godt billede af den opgave, kommunerne og Komiteen for Sundhedsoplysning har med at skabe de bedste betingelser for samarbejdet mellem kommunerne og de frivillige instruktører.

*Citat fra deltager: Det har været en god dag, fordi jeg fik givet udtryk for problemer i samarbejdet med Gigtforeningen + fremtidsvisionerne solo. Jeg har truffet andre instruktører både fra gigtforeningen og fra mit kursus. Foredraget af Hysse Forchammer var interessant"*

## **I november 2010 er vi stadig instruktører i LÆR AT LEVE med kronisk sygdom fordi:**

- ★ Vi har holdt gode og grundige informationsmøder (om hvad det er, og hvad det ikke er)
- ★ Der er dialog med regionerne og på landsplan
- ★ Vi har en super koordinator
- ★ Vi nyder godt af rutinen
- ★ Det er skønt med mange instruktører i ryggen
- ★ Vi holder evalueringer – vi udvikler os
- ★ Vi har fået fat i de svage kroniske syge
- ★ Vi får god feedback
- ★ Vi er selv aktive i visiteringen (forventningsafklaring) af kursister
- ★ Vi har homogene hold
- ★ Antallet af kursister er min. 12 og maks. 16
- ★ Vores kommune tager sig af de praktiske forhold
- ★ Vi oplever stor tilfredsstillelse ved at give kursisterne redskaber til øget livskvalitet – vi gør en forskel
- ★ Vi har nu fået de optimale lokaler med gode tekniske hjælpemidler
- ★ Vi har været med til at udvikle nye produkter, fx kurser for unge arbejdsløse, kurser på Montebello, Skælskør m.m.
- ★ Vi har videreudviklet os på kurser (psykologi, pædagogik og førstehjælp)
- ★ Vi deltager mere i rekrutteringen
- ★ Vi bliver respekteret og anerkendt af de professionelle samarbejdspartnere
- ★ Vi får optimal information fra Gigtforeningen, Komiteen for Sundhedsoplysning og samarbejdskommunerne
- ★ Vi er i stadig i stand til at "flytte" vores kursister
- ★ Vi har oprettet et "cafe forum", et mødested for kursister/tidligere kursister, formidling af sundhedsemner
- ★ Vi får respons og mulighed for opfølgning
- ★ Vi er glade for at blive brugt

*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi jeg har været sammen med mine instruktørkollegaer fra hele landet. Dejligt med nye kollegaer også!"*

## Workshop for koordinatore

Mere end 40 koordinatore deltog i den 2. nationale instruktørdag, og mens instruktørerne opfriskede aktiviteter fra instruktørmanualen, samlede koordinatorene til en workshop, hvor temaerne var:

- ★ Rekruttering af kursister og instruktører
- ★ Kriterier for deltagelse på kurserne
- ★ Samarbejdet mellem de frivillige instruktører og kommunen.

Nogle kommuner nævner, at rekruttering kan være noget, der tager lang tid, og at det betyder, at der ikke altid kommer nok kursister på kursusholdene. Så den første idérunde og diskussion handlede om rekruttering til kurset.



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi det var dejligt at møde koordinatorer fra hele landet. Godt at kunne tilbyde sine instruktører denne mulighed for inspiration. Der har været en god blanding af fagligt og underholdende indhold."*

## Hvilke metoder kan man bruge til at rekruttere kursister?

- ★ Brev til praktiserende læger, konsultationssygeplejersker via praksiskonsulent
- ★ Besøg/informer f.eks.:
- ★ Visitatorer, forebyggende hjemmebesøg
- ★ Virksomheder
- ★ Sygehuse
- ★ REVA/jobformidling
- ★ Socialpsykiatri
- ★ CVU – sygeplejerskeuddannelse
- ★ Biblioteker
- ★ Borgerservice
- ★ Arbejdsmarkedsforvaltningen
- ★ Træningsterapeuter
- ★ Sundhedscentre
- ★ Patientforeninger
- ★ Jobcenter/socialcenter
- ★ Psykologer
- ★ Kiropraktorer
- ★ Fagforeninger
- ★ Lokalaviser
- ★ Pjecer
- ★ Hjemmesider
- ★ De gode historier
- ★ Apoteker

En ting er at fylde kurserne op. Noget andet er at få alle deltagere igennem hele kursusforløbet. Fra frafaldsevalueringen ved vi, at den gennemgående årsag til, at en kursist falder fra, er sygdom.

Andre deltagere falder fra, fordi de bliver overrasket over kursets form og indhold.

Derfor gælder det om at informere grundigt om kurset i annoncer, på informationsmøder, m.m. Men også ved at være opmærksom på hvem, der tilbydes kurset, kan man forebygge frafald. Derfor diskuterede koordinaterne, hvordan man sikrer, at det er de rigtige borgere, der kommer på kursus.

## Hvilke kriterier skal der være for at en kursist kan deltage?

- ★ Ansøgningsskema, fx Holbæks visitationsskema
- ★ Kunne gennemføre kurset fysisk/psykisk (sidde 2 1/2 time, fungere i en gruppe, relativt afklaret med sin sygdom)
- ★ At de ønsker at deltage
- ★ At de kan fungere i en gruppe
- ★ At instruktørerne kan håndtere kursisterne
- ★ At de kan komme de fleste gange
- ★ At de er indforstået med kursets indhold og aktiviteter
- ★ At de er indforstået med at der er hjemmearbejde
- ★ At der er afstemt forventninger – således at de er klar over, at det er folk som dem selv, der leder kurset.





Et af de mere udfordrende elementer i **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom** er at finde flere gode instruktører, der har lyst og mod på at undervise – og også kan være gode samarbejdspartnere med kommunerne.

I workshoppen fandt koordinatorene frem til følgende inputs, som man skal være bevidst om, når man rekrutterer instruktører.

## Rekruttering af instruktører. Hvad skal man lægge vægt på/se efter?

- ★ De skal have lyst (ingen tvang)
- ★ Virker afklaret med deres sygdom
- ★ Procesorienteret, spørg ind på kurset
- ★ Find flere instruktører fra patientforening
- ★ Undgå at de er for syge/dårlige
- ★ Erfaring med formidling/opmærksomhed på, om de kan "leve" med manualen
- ★ Brug dine instruktører til at udpege instruktøremner på kurserne
- ★ Bed dem om at lave en ansøgning hvor de skriver, hvorfor de ønsker opgaven
- ★ Spørg instruktøren hvad han forventer af kommunen frem for at prøve at gætte det selv
- ★ Åbenhed
- ★ Forventningsafstemning
- ★ Planlægning i samarbejde
- ★ Tilbyde honorar (ikke aflønning)
- ★ Erkendtlighed, gave, middag, kørselsgodtgørelse
- ★ Inviteres med på kurser og konferencer
- ★ Inviteres med på infomøder
- ★ Formelle aftaler på skrift
- ★ Forventningsafstemning før instruktørkursus
- ★ Ansættelsessamtale – taler forpligtelser
- ★ Halvårlige møder
- ★ Regionalt netværksmøder (forår)
- ★ Mikse instruktørerne løbende
- ★ Sig pænt farvel når en instruktør stopper
- ★ Spørg instruktørerne hvem de vil undervise med



*Citat fra deltager: "Emne med pårørende er relevant. Workshops for koordinatore var inspirerende og afklarede diverse problemstillinger. Sjovt med historiefortælleren. Rigtig godt og vigtigt at ses og snakke med andre instruktører, koordinatore og folk fra egen kommune. Strålende tilrettelagt og styret af Lea og Nicolaj."*

Vores frivillige instruktører er en af de store styrker ved patientuddannelsen **LÆR AT LEVE med kronisk sygdom**. Men de kan samtidigt nogle gange blive det svage led, hvis deres sygdom forværres og de dermed ikke kan undervise i kortere eller længere tid. Det betyder, at det er vigtigt at man har en nødplan klar i tilfælde af, at ens instruktører bliver syge, f.eks. undervejs i et kursus.

En anden ting man skal være opmærksom på er, at når en instruktør er blevet certificeret efter 2 afholdte kurser, så er det ikke ensbetydende med, at instruktøren resten af sit virke, vil kunne leve op til forventningerne som instruktør. Man kan opleve sygdomsforværring, eller man kan få en

ny diagnose, der har indflydelse på ens præstation som instruktør. Efter at instruktøren er blevet certificeret, er det kommunens ansvar at være opmærksom på dette forhold.

Man kan sende sine instruktører på genopfriskningskursus eller instruktørkursus, hvis man mener, at det er det, der skal til. Men man skal også være sig bevidst, at instruktørerne ikke altid kan fortsætte i det uendelige med at afholde kurser.

Genopfriskningskurset er målrettet de instruktører der sådan set er gode nok, men af forskellige årsager, er der gået for lang tid, siden de sidst afholdt et kursus. Det er ikke et kursustilbud, der kan udrette mirakler.



## Workshop II

I denne workshop var fokus de centrale metoder i kurset, handleplaner, problemløsning og når der kommer spørgsmål fra kursisterne.

Nedenfor har vi sammenskrevet de forskellige idéer fra alle workshops, således at I kan bruge konferencehæftet som et redskab til at gennemføre kurserne bedst muligt.

*Citat fra deltager: " Vi har taget nogle essentielle problemer op, som vi som instruktører kan komme ud for/som er problemet p.t. Det har rustet mig endnu mere som instruktør. Dejligt at snakke med andre instruktører og få sat ansigter på forskellige personer."*



Det vigtigste, der blev konkluderet, var, at problemløsning skal bruges mere fleksibelt på kurserne. I stedet for at instruktørerne selv besvarer spørgsmål eller problemstillinger i gruppen, skal man sende spørgsmålet tilbage til problemløsning mellem kursisterne. Har man som instruktør nogle gode ideer til løsning af et problem, venter man til gruppen ikke har flere, før man selv kommer på banen. Og er det muligt, så lad en kursist undersøge et spørgsmål, der er opstået i gruppen, til næste gang i stedet for selv at undersøge sagen.

Kursisterne bliver på denne måde bekræftet i, at de selv er i besiddelse af langt de fleste svar på problemstillinger, og at de som gruppe kan finde gode løsninger på alverdens problemer.

Hvis instruktørerne besvarer alle spørgsmål fra gruppen, så oplever kursisterne måske nok en inspirerende og vidende instruktør, men de bliver ikke bekræftet i, at de selv har mange redskaber og gode ideer. Og det gavner ikke deres tro på, at de har evnerne til at sætte sig mål og nå dem.



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag, fordi jeg har kunnet give slip på den ansvarlige rolle, jeg har som instruktør og kunne "læne" mig tilbage på denne dag og reflektere over mine egne oplevelser som instruktør på uddannelserne. Helt sikkert en dag, som har givet mig inspiration og også bekræftelse i min rolle som instruktør og det at anbefale patientuddannelsen videre. SKØNT med historiefortælleren. Skønt at blive forkælet med god underholdning."*

### **Hvornår kan vi med fordel bruge problemløsning?**

- ★ Når vi har tid nok
- ★ Når der er et problem
- ★ Et påtrængende problem
- ★ Når det kører fast
- ★ Når et problem bliver personligt
- ★ Når en idérunde kan være gavnlig
- ★ Når der er handleplaner der er mislykkes
- ★ Ved spørgsmål
- ★ For at stoppe diskussioner i gruppen
- ★ Uenighed instruktørerne imellem
- ★ Efter undervisningen, når vi evaluerer vores indsats
- ★ Når en kursist har tænkt over et eller andet



*Citat fra deltager: "Det har været en god dag fordi: Godt foredrag. Kan bruges!!! Vi kan se og tale med alle de andre dejlige instruktører. Maden er pragtfuld, og det er dejligt at have de workshops. Interessant og lærerigt. Skønne historier".*

### **Hvordan identificeres problemet?**

- ★ Spørge ind til problemet
- ★ Få personen til at beskrive/uddybe
- ★ Hvad er vigtigst/fylder mest "lige nu"
- ★ Spørge: "kan du være mere konkret?"
- ★ Gentag hvad man har forstået
- ★ Omformuler hvordan man spørger
- ★ Få skrevet noget op på tavlen
- ★ Tjek med kursisten





*Citat fra deltager: "Rigtig spændende og sagligt. Meget varieret, men langt. Ørene "hænger"."*



**Tak for det gode samarbejde i 2008. Vi ses igen den 3.-4. november 2009.**

*Citat fra deltager: "Jeg kommer igen næste år, hvis jeg stadig er instruktør – hvilket jeg bestemt regner med."*

*Citat fra deltager: "Det kan jeg ikke overskue lige nu – for det har været en rigtig fin dag. Tak til Komiteens folk!"*

**Den 2. nationale instruktørdag blev støttet af**

  
**MINISTERIET  
FOR SUNDHED  
OG FOREBYGGELSE**

**Apotekerfonden af 1991**