

Postadresse

**Sykehuset i Vestfold**

Lærings- og mestringssenteret,  
Postboks 2168  
3117 Tønsberg

Telefon: 33 30 82 10

Besøksadresse

**Sykehuset i Vestfold**

Habiliteringssenteret, Solvang,  
Welhavensvei 14-16,  
3117 Tønsberg,  
Bygg A



Se også [www.siv.no/LMS](http://www.siv.no/LMS)

**Parkering og reise:**

Gratis parkering utenfor bygningene og i gaten.

Reise dekkes som ved vanlig konsultasjon.



**Velkommen til eksemkurs**

*Lærings- og mestringssenteret*

Målgruppen for kurset er foreldre og andre omsorgspersoner til barn med eksem. Kurset er ikke beregnet på barn.

#### Mål for kurset

- Gi kunnskap om barn med eksem
  - medisinbruk
  - behandling
  - forebygging
- Hvordan mestre familielivet
- Erfaringsutveksling mellom foreldre

#### Opplæringspenger

Er du i lønnet arbeid kan du søke permisjon med lønn. Arbeidsgiver får refusjon i etterkant gjennom opplæringspenger fra NAV (folketrygdloven § 9-13). Skjema for dette fylles ut kursdagen.

#### For påmelding og informasjon kontakt

Sykehuset i Vestfold, lærings- og mestringssenteret

Tlf: 33 30 82 31

E-post: LMS@siv.no

For de barna som ikke er behandlet for eksem ved Sykehuset i Vestfold, trenger vi en kort henvisning fra fastlege hvor det står at man ønsker kurs.

*Kurset er gratis, bindende påmelding*

#### Program

##### Barnelegen orienterer

- Den normale huden. Den atopiske huden
- Årsak, behandling og forebygging

##### Informasjon fra sykepleier

- Smøreveiledning og riktig påkledning
- Riktig bruk av medisiner
- Godt inneklima: Hva gjør vi med innemiljøet?
- Hvordan snakke med barna om eksem?
- Spørsmål og dialog

##### Norges Astma og Allergiforbund informerer

- En erfaren forelder deler noen viktige erfaringer.

##### Familieterapeut og sosionom

- Aktuelle rettigheter
- Å leve sammen, mestringsspektiver

Erfaringsutveksling i grupper.

Det vil være rom for dialog og spørsmål til foredragsholderne.

Vi serverer lunsj.

Gi beskjed ved påmelding om eventuell diett.

Det blir flere små pauser i løpet av dagen.

#### Kursarrangør

Kurset er utviklet av barnepoliklinikken, og lærings- og mestringssenteret ved Sykehuset i Vestfold og Norges astma- og allergiforbund, Vestfold.

Velkommen til kurs med fokus på barn med eksem.



[www.naaf.no](http://www.naaf.no)



**ASTMA- OG  
ALLERGIFORBUNDET**  
*- gjør Norge friskere*