

Hjertekurs 26.-27. november 2025

	Dag 1	
Tid	Tema	Ansvarlig
10.00-10.45	Velkommen. Presentasjon. Forventninger	Hjertesykepleier/kursleder og LMS-rådgiver
	<i>Pause</i>	
11.00-12.00	Hva er hjerteinfarkt?	Hjertesykepleier
12.00-12.45	<i>Lunsj</i>	
12.45-14.15	Behandling av hjerteinfarkt - Medisiner - Endring av livsstil - Forebygging	Overlege i hjertesykdommer/ Hjertesykepleier
	<i>Pause</i>	
14.30-15.30	Å leve med hjertesykdom En pasient deler sin erfaring Informasjon om LHL	Brukerrepresentant
	Dag 2	
Tid	Tema	Ansvarlig
09.00-10.30	Hjertegodt kosthold	Klinisk ernæringsfysiolog
10.30-10.45	<i>Pause</i>	
10.45-12.00	Fysisk aktivitet etter et hjerteinfarkt Trening, trim, vi rører på oss	Fysioterapeut
12.00-12.45	<i>Lunsj</i>	
12.45-14.00	Psykiske reaksjoner/Seksualitet	Hjertesykepleier
14.00-15.00	Oppsummering. Spørsmål. Vel hjem	Alle