



Aktivitetskalkulator – program 9. og 10. november 2023

(med forbehold om endringer)

Program 1. kursdag

8.30 Pålogging Zoom og registrering

9.00 Velkommen og introduksjon
Hva er Aktivitetskalkulatoren?

Aktivitetskalkulatoren – grunnleggende prinsipper

9.30 Teoriøkt: Registrering og kategorisering av aktiviteter
Øvelse 1. Kategorisering av aktiviteter

10.45 PAUSE

11.00 Teoriøkt: Poengsetting
Øvelse 2. Poengsetting

11.30 Teoriøkt: Basisnivået
Øvelse 3. Kalkulering av basisnivået

12.15 LUNSPAUSE

13.00 Teoriøkt: Planlegging av aktiviteter

- Forskjellige planleggingsverktøy

Øvelse 4. Forskjellige planleggingsverktøy

14.15 PAUSE

14.30 Tilbakemelding Øvelse 4
Justering av basisnivået/gradvis økning av basisnivået

15.30 SLUTT FOR DAGEN

Program 2. kursdag

08.30 Oppsummering av gårdsdagen

- Quiz

Aktivitetskalkulatoren som en del av ergoterapeutisk intervensjon

9.00 Teoriøkt: Kartleggingsfasen

- Rutiner i dagliglivet og aktivitetsbalanse
- Endringsvilje
- Inklusjon – og eksklusjonskriterier

9.30 Øvelse 5. Introduksjon av Aktivitetskalkulatoren

9.45 PAUSE

10.00 Teoriøkt: Behandlingsfasen

- Veiledning av klienten i kategorisering av aktiviteter.

Øvelse 6. Nyttige spørsmål

11.00 Klientenes valg av planleggingsverktøy

11.15 Øvelse 7: Hvordan veilede klienten i forhold til planlegging av aktiviteter?

12.15 LUNSJPAUSE

13.00 Dele erfaringene fra øvelse 7 i plenum.

13.15 Teoriøkt: Justering av basisnivået

13.25 Teoriøkt: Avslutningsfasen

- Redusere bruk av Aktivitetskalkulatoren
- Forebyggingsplan

13.35 Teoriøkt: Prosjekter og erfaringer fra egen praksis

14.00 PAUSE

14.15 Hvordan bruke Aktivitetskalkulatoren på din egen arbeidsplass?

Øvelse 8: Lage en «to do» liste

14.45 Evaluering

15.00 SLUTT