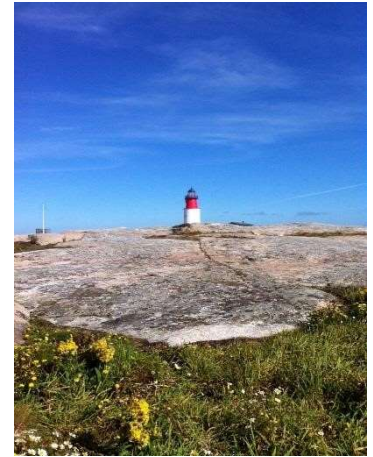


Välkommen på kurs i Allmänmedicinskt arbetssätt 21-23 augusti 2024



Om ett par månader träffas vi för en spännande kursupplevelse på Hällö - en av västkustens absolut mest unika miljöer. Kursen är helt beroende av ditt aktiva deltagande och kan bli en upplevelse för livet.

Läs hela detta brev, det innehåller viktig information om transporter, boende o packning. Vid behov kontakta någon av nedanstående personer.

Kursledning:

Christina Vestlund, SR Södra Älvsborg christina.e.vestlund@vgregion.se 0727-265361
Elisabeth Drotz, SR Södra Älvsborg elisabeth.drotz@vgregion.se 0722-088941

Förutom kursledarna kommer inbjudna gäster att medverka.

Utbildningskoordinator:

E-post: regionhalsan.allmanlakarkurser@vgregion.se
Annika Larsson, 0722-008773

Kontaktperson för busstransporten:

Elisabeth Drotz 0722-088941

För godkänd kurs krävs förberedelser, aktivt deltagande och inlämnad **examinationsuppgift** i form av en genomtänkt reflektion (på ca ½ A4 ark) över din framtida roll som specialist. *Reflektionstexten skrivs under kursen och lämnas in på plats.*

Förberedelser:

- Fundera ut hur Du kan **definiera Din allmänläkarroll i en mening**, skriv ned och ta med till Hällö!
- Ta med 1-2 **patientfall** som vållat dig bekymmer och som du vill diskutera med kollegorna. Gärna fall som rör allmänmedicinska dilemman- etik, kommunikation, polyfarmaci, gränsdragningar tex gällande diagnostik, ansvar..

Transporter:

Hyrd buss hämtar upp klockan **07.30** onsdag morgon på Nils Ericson Terminalen, Göteborg. **Skytning:** Regionhälsan VGR

Bussen stannar och hämtar upp även i Torp (Torpterminalen Uddevalla) ca kl. 08:30

Bussresan till Kungshamn tar ca 2 timmar. Hemfärd sker med buss som lämnar av på samma plats på Torp eller i Göteborg ca 16:45 på fredagen.

Deltagare som inte åker med den gemensamma bussen ansvarar själva för transport till Kungshamn. Det finns p-platser bakom Kungshamns Idrottshall, på Parkgatan.

Tänk på att det tar tid att parkera så kom i GOD TID om du väljer att ta bilen!

Hållöexpressen avgår från kajen vid busstationen och Pressbyrån vid Bäckeвикstorget i Kungshamn klockan **09.30**, se karta nedan.

Hållöexpressens tel. 070-336 05 28



Meddela utbildningskoordinator hur du tar dig till Kungshamn – oavsett om du åker buss eller tar dig dit på egen hand!

Skulle något oförutsett inträffa, kontakta någon av studierektorerna på plats, se kontaktuppgifter ovan.



Utpost Hällö,
Box 6, 456 25 SMÖGEN tel.
0703-53 68 22 hemsida
www.utposthallo.se/
e-post info@utposthallo.se

Boendet & packningen:

15 min båtfärd från Smögen ligger vår oas i västerhavet- "Det lilla vandrarhemmet med de stora möjligheterna" kallar man sig. Mitt i naturreservatet kan vi njuta man av den Bohuslänska karga naturen och om vi har tur- ett vresigt stormande hav. Uppfriskande bad avnjuts i en stressfri miljö. **Bastu** finns.

Vi disponerar hela vandrarhemmet, vilket innebär att vi i stort sett är ensamma på ön.

Ett vandrarhem betyder **enkelt boende**. Vi bor tillsammans i flerbäddsrum 2-4 personer, i våningssängar. Vi blandar inte män och kvinnor. Rummen saknar egen toalett/dusch men finns i nära anslutning till rummen.

Vi har bokat sänglinne och då ingår även badlakan. Tänk på att det kan vara bra med en **badrock** o kanske badtofflor både för de salta baden och för ev promenad till toaletten på natten. Glöm inte **badkläder!** Det är också bra med en **vindtät jacka** och **varm tröja** om kvällarna blir kalla och kanske en **regnrock** för säkerhets skull. Ta med **bra skor** då klipporna kan vara hala. Klippor och naturstigar slingrar sig över ön för härliga naturpromenader eller kanske en joggingtur. **Solglasögon** kan vara skönt om vi jobbar utomhus. Ta gärna med **papper och penna**. **Wifi** finns.

I anläggningen finns ett gemensamt fullutrustat kök. Vi får mat och fika serverad under dagarna, men får själva plocka fram förberedd frukost och middag, plocka bort efter oss samt diska. Ni indelas i **matlag**.

Viktigt att du har meddelat ev allergier eller kostrestriktioner (även skaldjur) innan kursen!

På torsdag kväll bjuds en magnifik skaldjursbuffé med kräftor och räkor.

Vi välkomnar allsång - ta gärna med instrument och text till dina favoritsånger.

OBS! Rökförbud på vandrarhemmet.

Vi kursledare ser fram mot tre intensiva och oerhört stimulerande dagar tillsammans med er – tills dess – ha en skön sommar!

Varmt välkomna!

Christina & Elisabeth