

Velkommen til skriveseminar 28. mai – 4. juni 2023

Metochi studiesenter, Lesvos, Hellas

Målgruppen for seminaret er medlemmer av NSF-SPoR som arbeider med ulike publikasjoner, og egner seg for:

- deg som ønsker å omarbeide en oppgavebesvarelse til en publikasjon.
- deg som skal skrive om egen praksis og dele dette med andre.
- deg som skal skrive en fagartikkel/vitenskapelig artikkel/essay.
- deg som jobber med utvikling av prosjektbeskrivelse til et FoU-prosjekt.
- deg som vil utvikle presentasjon av et fagtema ved hjelp av Power-Point.

Litt om kursets oppbygging:

- Det vil innledningsvis i seminaret gis en innføring omkring ulike tema knyttet til skriveprosessen.
- Etter hvert blir det avsatt god tid til eget skrivearbeid.
- Det tilbys veiledning både individuelt og i gruppe.
- Vi ønsker å etablere en mentorordning blant deltakerne

Flytider for deg som har bestilt fly gjennom NSF-SPoR (Apollo):

Utreise: 28. mai / OSL 06:00 -MJT 10:00 SK7395

Hjemreise: 4. juni / MJT 11:35 – OSL 14:15 SK7396

Inkluderer mat på flyet, innsjekket bagasje (20 kg) og håndbagasje (5 kg).

Vi anbefaler at du er på flyplassen minst 2 timer før avgang.

Bagasjen må være sjekket inn senest 1 time før avgang.

Innreise til Hellas

Det er per nå ingen reiserestriksjoner til Hellas som følge av Covid-19. Vi ber likevel alle om å holde seg oppdatert på gjeldende reiseråd som du finner her:



NORSK SYKEPLEIERFORBUND



NSFs LANDSGRUPPE AV
SYKEPLEIELEDERE



NSFs FAGGRUPPE FOR SYKEPLEIERE
INNEN PSYKISK HELSE OG RUS

Søndag 28. mai	Mandag 29. mai	Tirsdag 30. mai	Onsdag 31.mai
Ankomst Mitilini – felles busstransport til klosteret	Kl. 9.00 – 13.00 Presentasjon: Program Veiledere Deltagere (presenterer seg selv, sine prosjekter (tema) og forventninger/ hvordan hver enkelt ønsker å bruke skriveuka) 5 min per deltaker. Individuell skrivetid	Kl. 9.00 – 13.00 Hva skal jeg skrive om og hvordan? Ulike sjangrene og formelle krav. (2 timer) Liste for veiledningstider. 2 individuelle veiledninger per deltager. Individuell skrivetid/veiledning	Kl. 9.00 – 13.00 Hvordan respondere på andres arbeider? Støttende og kritisk- konstruktiv respons. (60 min) Individuell skrivetid/veiledning
Lunsj 13 – 14	Lunsj 13 – 14	Lunsj 13 – 14	Lunsj 13 – 14
Kl.14.00 –16.00 Tur til klosteret Limonos - med omvisning 17.45 – 18.45 Informasjonsmøte «Sykkelutleie»	Kl.17.00– 18.30 Gruppene deles inn basert på valg av type skrive- prosjekter og tema. Oppsummering i plenum 30 min 18.30-19.00 Grupperefleksjon med veileder	Kl.17.00 – 18.30 Individuell skrivetid/veiledning 18.30-19.00 Grupperefleksjon med veileder	Kl. 16 – 18.45 «Utflukt» Vi drar til Petra og Mollivos Mat betales av den enkelte deltaker. Retur med buss kl 23
Middag kl.19-20	Middag kl.19-20	Middag kl.19-20	Middag i Mollivos



Torsdag 1. juni	Fredag 2 juni	Lørdag 3. juni	Søndag 4. juni
Kl. 9.00 - 13.00 Utfordringer og løsninger. Prokrastinering – Strategi for gode resultater (60 min) Individuelt arbeid Samling i plenum Individuell skrivetid/veiledning	Kl. 9.00 – 13.00 «Fremlegg av foreløpige skriveprodukter» Individuell skrivetid/veiledning	Kl.9.00 - 13.00 «Plan for videre arbeid». Individuell veiledning – plan for videre arbeid. Individuell skrivetid/veiledning	Hjemreise
Lunsj 13 - 14	Lunsj 13 - 14	Lunsj 13 - 14	
Kl. 17.00 -18.30 Individuell skrivetid/veiledning 18.30-19.00 Grupperefleksjon med veileder	Kl. 17.00 – 18.00 «Utfordringer i skriveprosessen» Hvordan skal skrivearbeidet fullføres? - Mentorordning blant deltakerne. - Krav til nøyaktighet - Publisering 18.30-19.00 Grupperefleksjon	16.00 - 18.00 «Oppsummering og evaluering».	
Middag kl. 19-20	Middag kl.19-20	Middag kl.19-20	



Kursansvarlige:



Siv Skarstein

Siv har i 2020 til 2022 ledet Norsk sykepleierforbunds (NSF) satsning innen psykisk helse og rus. Her er hun mellom annet ansvarlig for etablering av Kunnskapsportalen og Mentorprogrammet for ledere. Siv er ansatt som førsteamanuensis ved OsloMet. Tidligere har hun ledet videreutdanningene i psykisk helsearbeid og master i helsevitenskap, studieretning psykisk

helse. Siv har bakgrunn som sykepleier med videreutdanning både innen psykiatri, rus- og avhengighetsbehandling, ledelse, pedagogikk, veiledning og formidling. Siv har også bred erfaring fra med sykepleie til både unge og eldre med alvorlig psykisk lidelse. Hun har en internasjonal master i offentlig ledelse (MPA) fra Handelshøyskolen i København. Gjennom mange år arbeidet hun som leder på ulike nivåer, herunder avdelings- og oversykepleier, klinikkssjef og helsefaglig rådgiver. Hun har også ledet flere landsdekkende utredning- og utviklingsprosjekter. Siv har en doktorgrad fra Medisinsk fakultet på UiO, denne omhandler ungdom, smerte og bruk av smertestillende medisiner. Nå veileder hun flere master og PhD-kandidater. Siv har utarbeidet og publisert fagrelatert tematikk både i form av forsknings- og fagartikler, rapporter, utredninger, kronikker og leserinnlegg. er opptatt av at kombinasjonen av overblikk og en fremoverlent holdning er viktig i lederrollen, videre av et det er menneskene som bygger muligheter og at organisering og infrastruktur skal legge til rette, motivere og stimulere slik at felles mål nås.



Else Marie Lysfjord

Else Marie Lysfjord har bakgrunn som sykepleier med videreutdanning innen psykiatri og rus- og avhengighetsbehandling, prosjektledelse, pedagogikk og veiledning. Else Marie har bred klinisk erfaring fra psykisk helsevern feltet, spesielt psykoserefeltet. Hun har også erfaring fra kommunal helsetjeneste. Hun har en Master i tverrfaglig psykisk helsearbeid fra Høgskolen i Nord Trøndelag og PhD som omhandlet barn og unges psykiske helse fra Psykologisk institutt NTNU, Trondheim.

Hun har jobbet med fagutviklings- og forskningsprosjekter knyttet til psykoserebehandling, miljøterapi, psykisk helse blant barn og ungdom, sykepleieleidelse og studenter læring (simulering). Else Marie har skrevet forsknings artikler, fagartikler og kronikker om tematikken barn og unges psykiske helse. Nå veileder hun bachelor og masterstudenter. Hun er i dag førsteamanuensis, bachelorutdanningen i sykepleie ved Fakultet for sykepleie og helsevitenskap, Nord Universitet, Namsos. Hun ønsker å veilede på forsknings artikler, fagartikler og andre fagtekster som f.eks kronikker.



Kurt Lyngved

Kurt Lyngved er utdannet psykiatrisk sykepleier og anestesisykepleier i tillegg til ledelsesutdanning, pedagogikk og veiledning. Har også en cand.mag - grad med mellomfag i filosofi. Jobbet mest med ledelse og psykisk helsearbeid både i spesialist- og kommunehelsetjenesten. De siste ti årene før jeg ble pensjonist var mitt arbeidssted Kirkens bymisjon hvor jeg ledet oppbyggingen av Batteriet Nordnorge, som er et servicesenter for selvhjelp rettet mot stigmatisering og marginalisering. Jeg har hele mitt liv vært opptatt av mennesker og deres ståsteder i sine liv. Dette har inspirert meg til å skrive mange tekster - korte historier og essays og liker godt å leke med ordene. Tenker ofte at gjennom ordene skapes

bilder som blir levende for meg og leserne. Å skrive handler om å leke med ord for å få frem bilde så klart som mulig. Skrivning kan oppleves krevende og tidvis er det som om ordene er fryst fast og vil ikke ned på papiret. Men er vi tålmodig nok fanger papiret dem og med pussing og bearbeiding avsløres utrolig nok mer og mer det ordbilde vi ønsker å skape. Mest av alt er skrivning kreativt og morsomt. For noen år siden gikk jeg på Nansenskolen's ettårige skrivekunstlinje og dette har gitt meg mye nyttig kunnskap og erfaring med tanke på skrivning. Gleder meg til å være med på skrivekurset på Metochi og til å delta på et kurs med så mange spennende mennesker. Hver av oss som sykepleiere har så mange historier vi bærer i oss som bare venter på at pennen skal fange dem.

Informasjon om arrangør:

Skriveseminaret arrangeres av NSF's faggruppe innen psykisk helse og rus (SPoR) i samarbeid med NSF's landsgruppe av sykepleieledere (LSL), som en del av faggruppens medlemstilbud med formål om å synliggjøre sykepleiernes bidrag innen psykisk helse og rus og innen sykepleieledelse. SPoR har arrangert årlige skriveseminar siden 2013.

Kontaktinformasjon:

Espen Gade Rolland, Leder SPoR, tlf: 408 42 941, espen.gade.rolland@nsfverv.no

Jan Erik Nilsen, Leder LSL, jan.erik.nilsen@sus.no

Kristine Børsum Stenstad, tlf: 950 31 166, kristine.borsum.stenstad@nsf.no



NORSK SYKEPLEIERFORBUND



NSF's LANDSGRUPPE AV
SYKEPLEIELEDERE



NSF's FAGGRUPPE FOR SYKEPLEIERE
INNEN PSYKISK HELSE OG RUS

Om Metochi studiesenter:

Metochi studiesenter holder til i et klosteranneks tilegnet to gresk-ortodokse barmhjertighetshelgener; de hellige Anárgyri (Kosmás og Damianós). Metochi ble grunnlagt på 1500-tallet som ett av flere anneks til det kjente Limónosklosteret. Klostrene er forbundet med en to kilometers steinsti fra samme periode. Klosterannekset Metochi er i nyere tid restaurert, men bærer fremdeles preg av den opprinnelige enkelhet.

Metochi studiesenter rommer 25 soverom (6 av soverommene har eget bad, ellers finnes 5 utedusjer, 8 innendørsdusjer og 9 toaletter), forelesningssaler, bibliotek, grupperom, spisesal, klostergård med flere langbord, atrium, terrasser, kirker og kapeller. I tillegg finnes et amfi bak klosterbygningene med utsikt over Kallonibukta. Forholdene er enkle med soverom for 1-3 personer i oppussede klosterceller.

Klosterannekset befinner seg i landlige omgivelser ved Kallonibukta, ca. 1 times kjøretur fra øyas flyplass (Mytilene - MJT). Den nærmeste landsbyen er Kalloni, som ligger ca. 2,5 km fra Metochi. Kalloni er et lokalt handelssenter med bank, post, helsesenter, apotek og butikker av ulike slag. Kallonibuktas sandstrand befinner seg ca. 3,5 km fra Metochi, ved den lille fiskerlandsbyen Skala Kalloni. Her er det et koselig torg, tavernaer og noen hoteller. Terrenget mellom klosteret og landsbyene er flatt og egner seg godt til sykkelturner.

Metochi er ikke i daglig bruk av kirken, men det er likevel noen restriksjoner med hensyn til aktiviteter og påkledning. Det er ikke tilrådelig med antrekk tilsvarende badetøy eller lignende innenfor klostermurene. Ved besøk på hovedklosteret Limónos bør en velge klær som dekker skuldre og knær.

Ordinært opplegg: I dette opplegget inngår frokost, lunsj og varmt middagsmåltid, inkludert drikke (juice og vin) til måltidene. Deltakerne får sengetøy og håndklær (bortsett fra badehåndkle til stranda).

Vi anbefaler å ta med lommelykt for mørke kvelder og solhatt til bruk ved sykkelturner og ekskursjoner. I april-mai og september-oktober kan det bli noen kalde perioder, spesielt om kvelden og natten. Ta med varmt nattøy og en genser til kvelden. Det kan være behov for myggmiddel i noen perioder.

Deltakerne må selv tegne vanlig reiseforsikring. Ta med Europeisk helsetrygdkort. Ved mellomlanding i Athen skal bagasjen tollklareres og sjekkes inn igjen ved ankomst fra land utenfor EU

Adresse til Metochi:

Metochi Study Centre, PO Box 33, GR-81107 Kalloni, Lesvos, Greece.

Mobil: (+30) 6932 418802, stasjonær: (+30) 22530 29449



NORSK SYKEPLEIERFORBUND



NSF's LANDSGRUPPE AV
SYKEPLEIELEDERE



NSF's FAGGRUPPE FOR SYKEPLEIERE
INNEN PSYKISK HELSE OG RUS

Informasjon ved ankomst:

Ved ankomst til klosteret vil de store bussene grunnet smale veier ikke kunne kjøre helt fram til klosterporten. Kursdeltakerne må derfor være forberedt på ca. 5 minutters gange med bagasje. Hvis ankomsten finner sted etter mørkets frembrudd, vil det være en fordel å ha en liten lommelykt tilgjengelig. Ved ankomst etter kl. 20 vil gruppen serveres enkel kveldsmat ved ankomst, ellers ordinære måltider.

Ved ankomst søndag kveld vil Metochis informasjonsmøte finne sted mandag morgen kl. 9-9.30. Sykkelutleie kan foretas i etterkant av informasjonsmøtet, i lunsjen eller etter nærmere avtale.

Døgnyrtmen på Metochi

08.00 – 09.00	Frokost
09.00 – 13.00	Anbefalt forelesnings- og arbeidsøkt
13.00 – 14.00	Lunsj
14.00 – 17.00	Siesta/mesiméri (hvile og arbeidsro)
17.00 – 19.00	Anbefalt forelesnings- og arbeidsøkt
19.00 – 20.00	Middag
23.00 – 07.00	Ro i klostergården v/ soveromsfløyen

Undervisningsutstyr i stor forelesningssalen:

Projektor, pc, lerret, whiteboard, tavle, flippover, mikrofon og høyttalere

Undervisningsutstyr i liten forelesningssal:

Projektor, pc, lerret, whiteboard, flippover og høyttaler

Det er en selvbetjent kopimaskin/printer på pc-rommet.

Det er internettilgang og eduroam stort sett overalt på Metochi.

Passord Metochi guest: Mguest 2014

Passord Metochi-Hellas: 1Hellas2014

Kontortid: 09.00 – 14.30

Spesialdietter

Kjøkkenet på Metochi vil, så langt det er mulig, legge til rette for spesialdietter. Det er begrenset tilgang til glutenfritt brød lokalt, så glutenallergikere bes ta med eget brød eller knekkebrød. Glutenfrie alternativer til frokost er yoghurt og honning, tomater, oster og frukt; til lunsj salater og ost. Det er mulig å lage et glutenfritt middagsalternativ. Dessert til glutenallergikere vil som regel være frukt. Gi beskjed til kursleder før kursstart om behov for spesialdietter. Det er vegetaralternativer til alle måltider.

Badebuss

I tillegg til mulighet for å leie sykkel, kan vi sette opp badebuss til Skala Kalloni eller Petra/Eftalou i siestaen et par ganger i uka ved behov. Pris avtales nærmere.



NORSK SYKEPLEIERFORBUND



NSF's LANDSGRUPPE AV
SYKEPLEIELEDERE



NSF's FAGGRUPPE FOR SYKEPLEIERE
INNEN PSYKISK HELSE OG RUS