

# LÆR AT TACKLE Kurser, Esbjerg Sundhedscenter

## Kursuskalender 2019

Januar til april 2019			
Kursus - tema	Infomøde	Startdato og varighed	Tid og sted - kursus
<b>Angst og depression</b> <u>Målgruppe</u> ; 18+	Fre. 25/1, kl.11-12 Mødelokale 2, Højvang	Torsdag d.21/2 2,5 time,7 uger	Torsdage kl.10.00-12.30 Mødelokale 2, Højvang
<b>Angst og depression</b> Eftermiddag	Fre. 25/1, kl.11-12 Mødelokale 2, Højvang	Tirsdag d.19/2 2,5 time,7 uger	Tirsdage kl.17.30-20.00 Mødelokale 2, Højvang
<b>Kroniske smerter</b>	Tors. 31/1, kl.10-11 Mødelokale 2, Højvang	Onsdag d.20/2 2,5 time,6 uger	Onsdage kl.10.00-12.30 Mødelokale 2, Højvang
<b>Kroniske smerter</b> Udbydes i Ribe	Tors. 31/1, kl.12.30-13.30 Lokale 4, Vindrosen,	Torsdag d.21/2 2,5 time,6 uger	Torsdage kl.12.30-15.00 Mødelokale 4, Vindrosen
<b>Job og sygdom</b> <u>Målgruppe</u> ; Ansatte, Esbjerg Kommune	Tilmelding via Plan2learn <a href="https://esbjerg.plan2learn.dk/">https://esbjerg.plan2learn.dk/</a>	Mandag d.18/2 2,5 time,6 uger	Mandage kl.9.00-11.30 Kompetence-centeret <i>Lokale følger</i>
<b>Hverdagen som pårørende</b>	Fre.1/2, kl.11-12 Mødelokale 2, Højvang	Tirsdag d.19/2 2,5 time,7 uger	Tirsdage kl.10.00-12.30 Aktivitetsrum, Højvang

April til juni 2019			
Kursus - tema	Infomøde	Startdato og varighed	Tid og sted - kursus
<b>Angst og depression</b> <u>Målgruppe</u> ; 18+	Tors. 11/4, kl.12.30-13.30 Mødelokale 2, Højvang	Tirsdag d.30/4 2,5 time,7 uger	Tirsdage kl.10.00-12.30 Aktivitetsrum, Højvang
<b>Angst og depression</b> <u>Målgruppe</u> ; 18+ Udbydes i Ribe	Tors. 11/4, kl.10-11 Lokale 4, Vindrosen,	Onsdag d.1/5 2,5 time,7 uger	Onsdage kl.10.00-12.30 Vindrosen, Ribe
<b>Kronisk sygdom</b>	Tors. 25/4, kl.12.30-13.30 Mødelokale 2, Højvang	Torsdag d 2/5 2,5 time,6 uger	Torsdage, kl.10.00-12.30 Aktivitetsrum, Højvang
<b>Job og sygdom</b>	Tors. 25/4, kl.10-11 Mødelokale 2, Højvang	Torsdag d.2/5 2,5 time,6 uger	Torsdage, kl.10.00-12.30 Mødelokale 2, Højvang
<b>Hverdagen som pårørende</b>	Tirs. 23/4, kl.13-14 Mødelokale 2, Højvang	Tirsdag d.30/4 2,5 time,7 uger	Tirsdage, kl.13.30-16.00 Aktivitetsrum, Højvang

### Kursuslokaliteter;

Esbjerg Sundhedscenter Højvang, Spangsbjerg Kirkevej 51, 6700 Esbjerg

Kompetencecentret, Fyrparken 46, 6710 Esbjerg

Vindrosen i Ribe; Tangevej 6, 6760 Ribe

Revideret 04.01.2019 af Ane Ballegaard Lauridsen. - Ret til ændringer forbeholdes.

Ved spørgsmål om LÆR AT TACKLE Kurserne eller kursuskalenderen, henvendelse til koordinator på;

[latkursus@esbjergkommune.dk](mailto:latkursus@esbjergkommune.dk) eller Tlf. 7616 3441