



MIN DAG | MIN ENERGI[®]

KURSUSHÅNDBOG

INDHOLDSFORTEGNELSE

- Indledning
- Formål og målgruppe
- Kursusforløb - oversigt
- Forberedelse og arbejdsindsats
- Oversigt over modulerne i MDME-certificeringskurset
- Adgang til MDME-Digital
- Lærings- og sparringsgrupper
- Litteratur og pensum
- Materialer - primært digitalt
- Fremmøde, fravær og certificering



INDLEDNING

Tillykke med beslutningen om at blive certificeret i arbejds- og analyseredskabet Min Dag | Min Energi (MDME).

På MDME-certificeringskurset introduceres du til valide teorier, tilgange, værktøjer og metoder, som MDME-interventionen bygger på. Vi håber, at forløbet vil indfri dine forventninger og åbne nye muligheder i dit arbejde med personer, der lever med hjernetræthed og har behov for støtte til energiforvaltning.

De følgende sider indeholder vigtig information, som du får brug for i forbindelse med certificeringskurset. I kursushåndbogen beskriver vi blandt andet kursusforløbets opbygning, litteratur og pensum, arbejdet i læringsgrupper samt retningslinjer for fremmøde og fravær.

FORMÅL OG MÅLGRUPPE

Formålet med MDME-certificeringskurset er at kvalificere ergoterapeuter til at anvende arbejds- og analyseredskabet *Min Dag | Min Energi* (MDME).

Min Dag | Min Energi (MDME) er et struktureret og aktivitetsfokuseret redskab, der anvendes i arbejdet med personer, som oplever aktivitets- og deltagelsesproblemer som følge af hjernetræthed. Redskabet er målrettet personer med tilstrækkelige eksekutive funktioner til at kunne reflektere over egen situation, egne handlemønstre og hverdagsaktiviteter. Dette er en forudsætning, da MDME-interventionen bygger på et inderfra-perspektiv, hvor personens egen oplevelse, indsigt og refleksion er det centrale omdrejningspunkt.

Interventionen er oprindeligt udviklet og afprøvet til personer med hjernetræthed efter let apopleksi, transitortisk cerebral iskæmi (TCI) og lettere traumatisk hjerneskade, herunder hjernerystelse. I dag anvendes redskabet også i arbejdet med personer, der oplever hjernetræthed i forbindelse med eksempelvis kroniske smerter, kræft, hjertesygdom, gigt, senfølger efter COVID-19, stress og ADHD.

Et centralt formål med MDME-interventionen er, at personen med hjernetræthed opnår viden og indsigt i egne følgesymptomer og de begrænsninger, disse medfører i hverdagen. Lige så vigtigt er det, at personen bliver bevidst om, hvilke aktiviteter og strategier der henholdsvis dræner og giver energi, og hvordan energien kan forvaltes mere hensigtsmæssigt.

KURSUSFORLØB - OVERSIGT

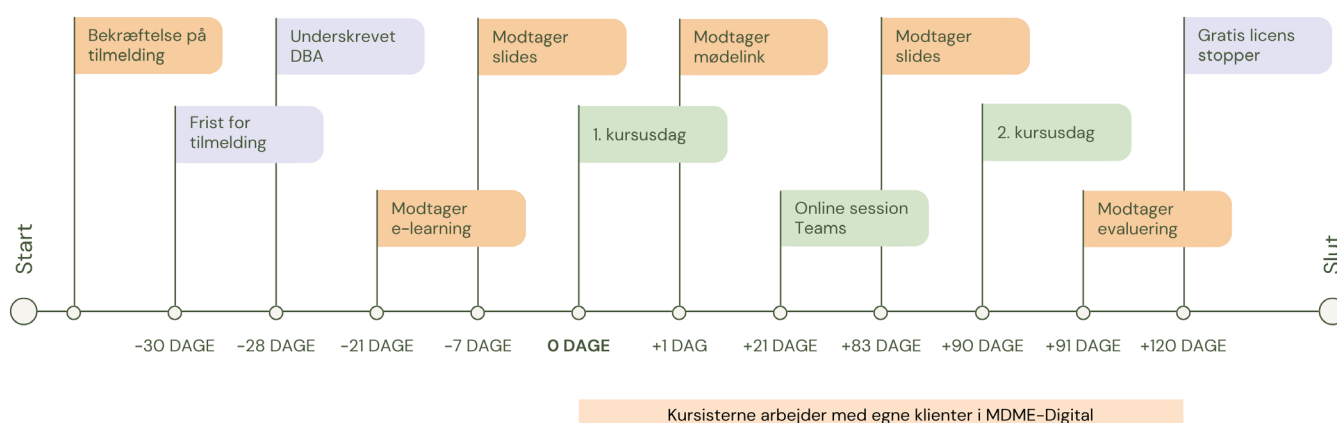
MDME-forløbet består af fire undervisningsmoduler:

To moduler gennemføres online, mens to moduler afholdes som hele kursusdage med fysisk fremmøde.

De fysiske kursusdage (modul 2 og 4) afholdes fra kl. 09.00 til 17.00 (medmindre andet er aftalt).

Online sessionen (modul 3) afholdes fra kl. 08.30 til 10.30 (medmindre andet er aftalt).

Ved interne kurser kan tidspunktet tilpasses den enkelte arbejdsplads' behov.



FORBEREDELSE OG ARBEJDSINDSATS

MDME-certificeringskurset indebærer en aktiv arbejdsindsats mellem modulerne.

Du skal forvente forberedelse til hvert modul, herunder:

- Deltagelse i lærings- og sparringsgruppe
- Individuelle hjemmeopgaver, hvor du afprøver MDME i egen praksis
- Læsning af relevant litteratur og materiale

På *Mit MDME* kan du se de konkrete forberedelseskrav for hvert modul.



OVERSIGT OVER MODULERNE I MDME-CERTIFICERINGSKURSET

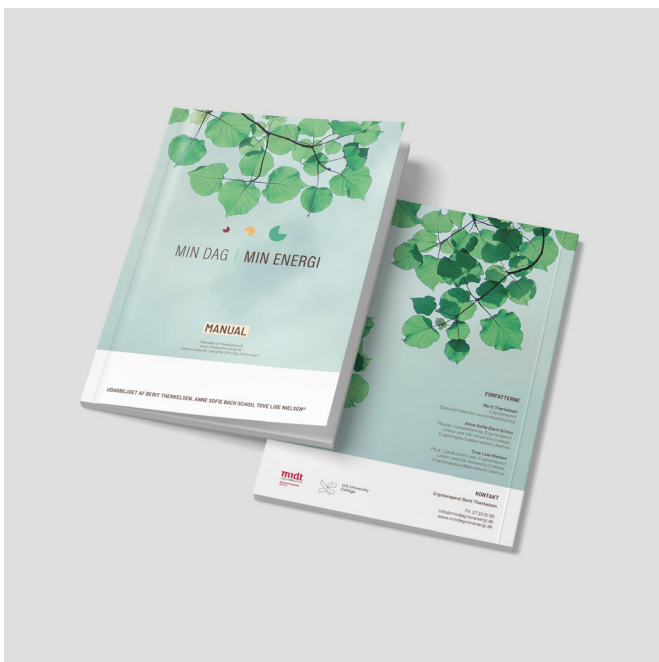
MODUL 1 | ONLINE MODUL

Ca. 10 timers varighed

DU FÅR

- Introduktion til undervisere og kursusforløb
- Gennemgang af nyeste viden om hjerne-træthed og energiforvaltning
- Viden om nervesystemets og sansernes betydning
- Præsentation af de evidensbaserede teorier bag MDME
- Introduktion til MDME-værktøjerne
- Gennemgang af måleredskaber
- Introduktion til aktivitetsmål
- Case-eksempel
- Adgang til MDME-Manual, MDME-Vejledning og MDME-Analyseguide. MDME-Manual og MDME-Vejledning skal læses inden første kursusdag.

Du får trykte materialer udleveret på Modul 2.



MODUL 2 | FYSISK KURSUSDAG 1

8 timers varighed

TEMA

PRAKTISK ANVENDELSE

Du arbejder praksisnært med:

- Afprøvning af MDME-værktøjer
- Kobling mellem teori og praksis
- Introduktion til MDME-Digital
- Basale funktioner i systemet

MODUL 3 | ONLINE SESSION

2 timers varighed

TEMA

OPFØLGNING OG BEGYNDENDE ANALYSE

- Opfølgning på registreringer
- Begyndende analyse og vurdering af erkendelsesniveau
- Gennemgang af udvalgte funktioner i MDME-Digital

MODUL 4 | FYSISK KURSUSDAG 2

8 timers varighed

TEMA

ANALYSE OG ANVENDELSE I PRAKSIS

- Fordybelse i analysearbejdet
- Case-arbejde
- Udvidede funktioner i MDME-Digital
- Selvstændig anvendelse i praksis

ADGANG TIL MDME-DIGITAL

Det er gratis at anvende MDME-Digital i hele kursusperioden.

Du får adgang til modul 1 (online modulet) ca. én måned før første fysiske kursusdag.

I forbindelse med modul 2 (kursusdag 1) bliver du oprettet som bruger i MDME-Digital og får adgang til systemet.

Herefter har du fri adgang til MDME-Digital i hele certificeringsperioden.

Efter modul 4 (kursusdag 2) har du fortsat adgang i én måned. Formålet er at give dig mulighed for at afprøve og videreudvikle dine kompetencer i anvendelsen af systemet i egen praksis.

Herefter skal du og din arbejdsplads tage stilling til, om du ønsker fortsat adgang. Dette forudsætter køb af et årligt MDME-abonnement.

Du kan se aktuelle priser på vores abonnementsløsninger her:

<https://mindagminenergi.dk/mdme-digital/>

		POPULÆRT VALG	
Basis	Standard	Plus	Premium
DKK 3.999 /år	DKK 7.799 /år	DKK 12.999 /år	DKK 15.999 /år
1 behandler	2-5 behandlere	6-10 behandlere	11-20 behandlere
Uendeligt antal klienter	Uendeligt antal klienter	Uendeligt antal klienter	Uendeligt antal klienter
Emailsupport Fra dag til dag	Emailsupport Fra dag til dag	Mail- og telefonsupport	Mail- og telefonsupport
Årlig betaling	Årlig betaling	Årlig betaling	Årlig betaling
Bestil nu	Bestil nu	Bestil nu	Bestil nu

LÆRINGS- OG SPARRINGSGRUPPER

Sideløbende med kursusforløbet indgår du i en læringsgruppe

Mellem **modul 2 og 3** skal du mødes i en sparringsgruppe med én anden deltager og sparre om en udvalgt hjemmeopgave med afsæt i jeres egne praksiserfaringer i brugen af MDME-Digital.

Mellem **modul 3 og 4** udvides samarbejdet, idet jeres sparringsgruppe mødes med en anden sparringsgruppe. Her skal I sammen gennemgå en hjemmeopgave og udarbejde et skriftligt udkast, som fremsendes til undersøgerne senest én uge inden den anden fysiske kursusdag.

Grupperne dannes i forbindelse med undervisningsmodulerne.

Møderne og opgaveløsningen varer typisk 2-3 timer og kan afholdes på jeres arbejdsplads eller virtuelt – alt efter hvad der fungerer bedst for jer. I er selv ansvarlige for at aftale tidspunkt for møderne, men det forventes, at alle deltagere prioriterer møderne og møder velforberedte, da læringsgrupperne er en integreret og obligatorisk del af certificeringsforløbet.



LITTERATUR OG PENSUM

Du får adgang til:

- MDME-Manual
- MDME-Vejledning
- MDME-Analyseguide

Materialet opdateres løbende. Vores nyeste versioner er altid tilgængelig via MDME-Digital.

MATERIALER – PRIMÆRT DIGITALT

Kursusmaterialet stilles som udgangspunkt digitalt til rådighed via *Mit MDME*

Har du behov for en fysisk kopi, er du velkommen til selv at printe materialet.

Uddannelsen er bygget op omkring PowerPoint-slides, som vil være tilgængelige på *Mit MDME* forud for hvert modul. Materialet på *Mit MDME* er dog vejledende. De slides, der anvendes på undervisningsdagene, kan variere og vil ikke nødvendigvis blive gennemgået i fuldt omfang eller i den rækkefølge, de fremgår af platformen. Slides skal derfor primært betragtes som reference- og opslagsmateriale.

Såfremt der foretages væsentlige ændringer eller tilføjes særlige slides i undervisningen, vil disse efterfølgende blive lagt på *Mit MDME*.

FREMMØDE, FRAVÆR OG CERTIFICERING

Vi værner om det gode læringsfællesskab.

For at skabe de bedst mulige rammer for læring, refleksion og faglig dialog forventer vi, at du prioriterer at deltage aktivt i alle moduler og er til stede i hele undervisningens varighed.

Vi står inde for kvaliteten af vores certificeringskursus og udsteder et kursusbevis som dokumentation for din certificering. Kursusbevis kan dog kun udstedes, hvis du har deltaget i og gennemført alle moduler – herunder de tilhørende hjemmeopgaver mellem modulerne.

HVIS DU ER FRAVÆRENDE

Da modulerne bygger oven på hinanden og indeholder centrale elementer i certificeringsgrundlaget, gælder følgende ved fravær i afhængig af tidspunktet i kursusforløbet :

MODUL 2 (FYSISK KURSUSDAG 1)

Ved fravær på modul 2 er det nødvendigt at gennemføre et nyt samlet MDME-certificeringskursus på vores næste åbne hold for at kunne opnå certificering.

MODUL 3 (ONLINE SESSION)

Ved fravær på modul 3 har du mulighed for at tilkøbe 2 timers individuel virtuel sparring med underviserne. Her gennemgår vi modulets faglige indhold, så du bliver fagligt opdateret og klar til det videre forløb.

Pris: 4.999 kr. (ekskl. moms).

Hvis flere deltagere fra samme hold har været fraværende fra modul 3, kan I vælge at gennemføre sessionen sammen og dele udgiften. Koordineringen heraf står I selv for.

Derudover forventes det, at du selv gennemgår modulets materiale og orienterer dig i relevant litteratur – eventuelt med støtte fra din læringsgruppe.

MODUL 4 (FYSISK KURSUSDAG 2)

Ved fravær på modul 4 skal du deltage i modulet på næste åbne MDME-certificeringskursus for at kunne opnå certificering.

Pris: 999,- kr. (ekskl. moms).

Det forudsættes desuden, at du forud for kursusdagen har læst op på modulets indhold og opfyldt de gældende forberedelseskrav.

OBS: Vi udbyder kun to åbne MDME-certificeringskurser om året – ét i foråret (Vejle) og ét i efteråret (Slagelse). Der kan derfor være varierende ventetid, før du har mulighed for at genoptage certificeringsforløbet.



VI SES PÅ KURSUS!