



Sätra Brunns
vänförening

Utlysning av stipendium ur Kalsenius´ Sätra Brunns stiftelse.

Uppsala Universitet, Medicinska fakulteten utlyser stipendium för fyra stipendiater ur Kalsenius´ Sätra Brunns stiftelse. Stipendierna utgörs av lärande deltagande vid hälsovecka 2024 på Sätra Brunn för 12 personer med inflammatorisk reumatisk sjukdom. I stipendierna ingår ett penningbelopp om 5 500 kr inklusive reseersättning samt helpension på Sätra Brunn.

Stipendiet riktar sig till dig, som vid Medicinska fakulteten vid Uppsala Universitet genomgått, eller under vårterminen 2024 genomgår, termin sju i din läkarutbildning där utbildningen avseende reumatiska sjukdomar ingår. Genom stipendiet ges du goda möjligheter att bredda din kunskap om patienters hela situation – här inriktat på reumatiker - och om olika professioners arbete med rehabilitering och hälsa.

De fyra stipendierna möjliggörs genom en donation till Uppsala Universitet från Biskop Anders Kalsenius´ och hans hustru Lisa Le Moines Sätra Brunns donation från 1747. Utlysningen sker i samverkan med Sätra Brunns Vänförening och dess professionella team.

Stipendiet innebär att du aktivt medverkar i ”Hälsoinriktad vecka” på Sätra Brunn där 12 personer med reumatiska inflammatoriska sjukdomar deltar. Under 2024 genomförs två hälsoveckor. Hälsoveckorna genomförs måndag till lördag v 23 och v 34. Två stipendiater deltar i respektive vecka.

Under hälsoveckan arbetar ett professionellt team från vänföreningen bestående av en leg. arbetsterapeut, två leg. fysioterapeuter och en leg. läkare. Alla har lång yrkeserfarenhet med specialistinriktning mot reumatologi med ämnen som stress, smärta, sömn, kost, mental hälsa, KBT och forskning. Alla har också varit aktiva i den rehabiliteringsverksamhet som tidigare bedrevs på Sätra Brunn, som då var en institution inom Medicinska fakulteten vid

Uppsala Universitet. Dessutom medverkar externa föreläsare.

Sätra Brunns Vänförening är arrangör för veckan. Programmet är utformat i samråd med Reumatologkliniken på Västerås Sjukhus och Medicinska fakulteten på Uppsala Universitet.

Stipendiaterna kommer under hela perioden få **aktiv handledning** av legitimerad läkare, samt samarbete med övriga medverkande professioner.

I stipendiet ingår en kontant ersättning om 5 500 kr inklusive reseersättning och helpension med enkelrum på Sätra Brunn samt reseersättning Uppsala - Sätra Brunn. Deltagandet i hälsoveckan kommer att vara **meriterande**.

Stipendieansökan ska bestå av ett personligt brev om högst 1 A4-sida där du motiverar din ansökan och varför du bör tilldelas stipendiet. Din aktuella CV ska också bifogas brevet och båda dokumenten sammanfogas i ett PDF-ark. I CV bör framgå dina kontaktuppgifter (telefon-nummer och e-postadress).

Ansökan lämnas till områdeskansliet medicin/farmaci senast den 31 januari 2024.

E-post till: jin.saida@uu.se

Ansökningarna bedöms av Medicinska fakulteten i samråd yrkesteam från Sätra Brunns Vänförening där leg. läkare Magnus Bergel svarar på frågor via e-post:

bergel.magnus@gmail.com

Om hälsoveckan och stipendiaternas medverkan

Sätra Brunnns vänförening genomförde sommaren 2022 den första hälsoveckan för reumatiker med inflammatorisk sjukdom, som kan klara sig självständigt. Sommaren 2023 genomfördes hälsoveckan vid två separata tillfällen, då även stipendiater/läkarstudenter bereddes tillfälle att närvara och medverka.

Hälsoveckan genomförs i internatform och alla deltagare, patienter såväl som personal, bor med helpension på Sätra Brunn.

Syftet med hälsoveckan är att till deltagarna ”erbjudas och förmedla kunskap, ge erfarenheter och övningar kring faktorer och levnadsförhållanden som påverkar dig som reumatiker. Målet är att du efter veckan har med dig nya insikter, erfarenheter, strategier och verktyg som du kan använda för att hantera din vardag på ett sätt som är bra för dig”.

Den utvärdering som gjorts av hälsoveckorna, visar att deltagarna var mycket nöjda med innehållet och att den gav goda hälsoeffekter, åtminstone på kort sikt och indikativt även bestående. Hälsoeffekterna följs upp med beprövade enkätmetoder under ett år.

Syftet med stipendiet är att du genom aktiv medverkan ska få tillfälle att fördjupa dina kunskaper om reumatikers levnadsförhållanden och livssituation i vardagen. Det gäller fakta om sjukdom och smärtupplevelser, men även stress, sömnproblem mm, som kan innebära vardagsproblem för denna patientgrupp. Du får också möjlighet till självständiga kontakter med deltagarna.

Om Sätra Brunn

Kurorten Sätra Brunn har en 300-årig historia som hälsobrunn. Hit har generation efter generation vallfärdat för att må bra. Brunnsvattnet ansågs vara särskilt hälsobringande. Kurorten härstammar från år 1700 då epoken med brunnsdrickande, hälsovård samt rehabilitering inleddes. Sätra Brunn drevs av Uppsala universitet under åren 1747-1998 efter en donation från biskop Kalsenius. Under dessa

Veckan är schemalagd för deltagarna där föreläsningar, gruppdiskussioner och frågestunder varvas med fysisk behandling i form av bassängträning, avspänning och stresshantering. På kvällarna, efter middagen är det gemensamma sociala aktiviteter.

Stipendiaterna förväntas medverka aktivt i alla moment, även de sociala aktiviteterna, vilket motiverar internatformen.

Stipendiaterna förväntas särskilt:

- Ha egna samtal och göra intervjuer med en eller flera deltagare, enskilt eller i grupp, om vardagsproblem, stress, sömn, smärta mm med efterhörande av vad deltagaren själv önskar av vård och rehabilitering.
- Göra egna reflektioner, t.ex. angående vad man i framtiden i sin profession önskar använda kunskaperna till.
- Förvärva ökad kunskap om fysioterapeutens resp. arbetsterapeutens roll.
- Förvärva ökad kunskap om stressmekanismer och sömnproblematik.
- Vara öppen för att i lämplig form förmedla sina erfarenheter inom den pågående utbildningen.
- Genomföra – dock helt frivilligt – egen framställning/föreläsning i ett passande ämnesavsnitt inför hälsoveckans deltagare.

Välkommen med din stipendieansökan!

år med brunnsгäster, erbjöds rehabilitering för bland annat reumatiker. Då fanns också den tidens praktikplatser för medicine studerande vid universitetet. Numera drivs Sätra Brunn som en modern spa- och konferensanläggning och har inte patientverksamhet i egen regi. Med den hälsoinriktade veckan för reumatiker tar Sätra Brunnns Vänförening upp traditionen.

Sätra Brunn



Brunshuset med Trefaldighetskällan



Brudallén

Den unika, historiska och naturnära miljön på Sätra Brunn erbjuder en positiv atmosfär för att i gemenskap nå ökad kunskap. Genom att hälsoveckans grupp är begränsad till 12 personer finns också goda möjligheter att möta och lära av andra, som lever i liknande situationer.



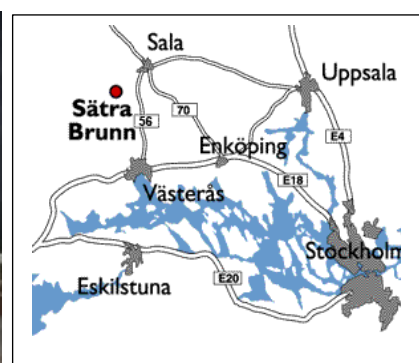
Bassäng med 34-gradigt vatten



Gruppövningar i "Tysta rummet"



Vi bor och äter våra måltider på Skogsgården



En timme från Uppsala

