

Medicinsk fortbildning



Foto: Halfpoint



Foto: Rawpixel

Livsstilsmottagningen på Karolinska Universitetssjukhuset välkomnar till

“Skärmsjukan” - en ny hälsofara som drabbar alla

Vardagsrörelsen har minskat kraftigt och fysisk inaktivitet har blivit en faktor som påverkar vår hälsa och vårt välbefinnande allt mer. Under eftermiddagen presenteras aktuell forskning på området och förslag till åtgärder diskuteras. Denna gång har utbildningen ett fokus på funktionsnedsättningar av olika slag.

Välkomna till en halvdagsutbildning på temat!

Datum: Måndagen den **30 oktober 2017**

Tid: kl 13.00 - 16.30 (fika 15.10 - 15.40)

Plats: Kungstornen Konferens, Kungsgatan 33 (Södra tornet), 2 trappor
T-bana Hötorget, blå buss 1

Målgrupp: Läkare, sjuksköterskor, fysioterapeuter, sjukgymnaster
och andra intresserade medarbetare i Stockholms läns landsting

Anmälan: Senast 26 oktober via Janusinfo: www.janusinfo.se/fortbildning

Bekräftelse: Skickas till din epost

Avgift: Kostnadsfri



”Skärmsjukan” - en ny hälsofara som drabbar alla

Föreläsare:

- Mai-Lis Hellénus** Professor, Karolinska Institutet, överläkare, Livsstilmottagningen, Hjärtkliniken, Karolinska Universitetssjukhuset
- Matthias Lidin** Specialistsjuksköterska, hjärt- kärlsjukdom, Livsstilmottagningen, Karolinska Universitetssjukhuset, Doktorand, Karolinska Institutet
- Monica von Heijne** Överläkare och enhetschef inom vuxenhabiliteringen, rehabmed klin. DSAB
- Eva Flygare Wallén** Med dr, vårdutvecklingsledare vid Akademiskt primärvårdscentrum
- Anja Nordenfeldt** Verksamhetschef, hälsopedagog, Insamlingsstiftelsen En Frisk Generation

Program:

13.00 - 13.10	Introduktion Mai-Lis Hellénus, professor och överläkare
13.10 - 13.30	Vad säger forskningen om stillasittandet? Mai-Lis Hellénus, professor och överläkare
13.35 - 13.55	Påverkar funktionsnedsättning hur vi arbetar med livsstilsförändring? Monica von Heijne, överläkare och enhetschef
13.55 - 14.10	Kort paus
14.10 - 14.30	Intellektuell funktionsnedsättning kan innebära ökad risk för kortare liv på grund av bristande fysisk aktivitet. Eva Flygare Wallén, med dr
14.35 - 15.05	Attityder till förändring av livsstil. Matthias Lidin, specialistsjuksköterska och Carina Carlsson flitig motionär
15.10 - 15.40	Fikapaus - muskelmuffins för stillasittare
15.45 - 16.30	Paneldebatt med alla ovan samt Anja Nordenfeldt, verksamhetschef En Frisk Generation
16.30	Avslutning

Varmt välkommen!

Mai-Lis Hellénus
Professor, Karolinska Institutet,
överläkare, Livsstilmottagningen,
Hjärtkliniken, Karolinska Universitetssjukhuset

Matthias Lidin
Specialistsjuksköterska, hjärt- kärlsjukdom,
Livsstilmottagningen, Karolinska Sjukhuset
Doktorand, Karolinska Institutet