



Utseendekultur, psykisk hälsa & fysisk aktivitet hos ungdomar

När? Torsdag 23 maj kl. 13.00–16.15

Var? Ullevi Restaurang & Konferens, Nya Ullevi, Paracentrén

Ungdomar mår sämre och rör sig allt mindre. Kroppen har blivit ett prestationsprojekt som för många innebär ångest. Hur blev det så här och kan vi hjälpa ungdomar till bättre hälsa? Denna utbildning ger dig kunskap och konkreta verktyg för hur du kan bemöta ungdomar som mår psykiskt dåligt, hur och var du kan hänvisa vidare och vad den hjälpen innebär.

Utbildningen riktar sig till dig som jobbar inom elevhälsan, hälso- och sjukvården som träffar ungdomar.

Program: **Intro – Effekter av fysisk aktivitet vid psykisk ohälsa**

Om utseendekultur och kroppsuppfattning

Kristina Holmqvist Gattario, Dr, universitetslektor, psykologiska institutionen Göteborgs Universitet, en av författarna till boken [Projekt perfekt](#).

Vad kan vi rekommendera och hur använder vi FYSS och FaR?

Anna Orwallius, leg. fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet.

Vad kan en fysioterapeut erbjuda för behandling vid psykisk ohälsa?

Representant från Närhälsan & Stina Törner, leg.fysioterapeut, spec. pediatrik, SURF-teamet BUP/ Drottning Silvias Barnsjukhus.

Vad är Bara dansa?

Karin Malmqvist och Eva Schödin, samordnare & dansledare för Bara dansa, [Ungdomssatsningen Hisingen](#).

Avslutning

Anmälan: Senast den 15 maj till [VGR-kalendern](#).

Kostnad: Utbildningen är kostnadsfri. Vi bjuder på fika.

Kontakt: Anna Orwallius, 0700-82 46 86, anna.orwallius@vgregion.se.

Hitta hit: www.ullevikonferens.se/hitta-hit/

Välkommen!

Centrum för fysisk aktivitet Göteborg

för allmänheten: www.vgregion.se/fargoteborg

för vårdgivare: www.vgregion.se/far-teamet

för skolan: www.vgregion.se/skola-i-rorelse



fysisk aktivitet på recept



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN