



UTBILDNING

Fysisk aktivitet som behandling vid olika sjukdomstillstånd utifrån FYSS

Att fysisk aktivitet är viktigt för hälsan vet de flesta. Men att fysisk aktivitet kan förebygga och behandla olika sjukdomstillstånd, är inte lika självklart.

Närhälsan Göteborg centrum för fysisk aktivitet erbjuder nu er enhet möjligheten att få den senaste kunskapen utifrån det evidensbaserade kunskapsstödet FYSS – fysisk aktivitet i sjukomsprevention och sjukdomsbehandling.

Kryssa i de delar som intresserar er (från 30 minuter till 2 timmar) så sätter vi ihop ett utbildningspaket och kommer ut till er! Formuläret går bara att fylla i i programmet Acrobat. Det finns redan på de flesta datorer, eller att hämta gratis på <https://get.adobe.com/se/reader/>



- 30 Fysisk aktivitet och FaR som behandling (Grund)
- 15 Fysisk aktivitet vid stress
- 15 Fysisk aktivitet vid psykisk ohälsa
- 15 Fysisk aktivitet vid diabetes
- 15 Fysisk aktivitet vid hypertoni
- 15 Fysisk aktivitet vid övervikt och fetma
- 15 Fysisk aktivitet vid långvarig smärta
- 15 Fysisk aktivitet vid artros
- 15 Fysisk aktivitet vid stroke
- 15 Fysisk aktivitet hos barn och ungdomar
- 15 Fysisk aktivitet hos äldre
- 15 Övrigt önskemål _____

Enhet och kontaktperson _____

Förslag på datum och tid _____

Maila blanketten till far-teamet@vgregion.se, eller skriv ut och skicka till:
Närhälsan centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B, 416 68 Göteborg.
Du är förstås även välkommen att höra av dig med frågor.