



Utbildningar hösten 2020

Centrum för fysisk aktivitet erbjuder utbildningar som riktar sig till dig som arbetar med fysisk aktivitet som behandling inom hälso- och sjukvården. Utbildningarna är kostnadsfria. Anmälan sker via VGR Kalendern.

Fysisk aktivitet/FaR som behandling för vuxna – steg 1

Evidens och forskning om hälsoeffekter av fysisk aktivitet. Genomgång av FaR-processen: Individuellt personcentrerat samtal, individuellt anpassad skriftlig ordination och individuellt ordnad uppföljning. Information om rutiner och material kring FaR som behandlingsmetod samt den FaR-stödjande verksamheten i Göteborg. Övning med patientfall.

Utbildare: Elin Laurila, Leg Fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

Torsdag 1 oktober kl. 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B

[Mer info och anmälan](#)

Onsdag 9 december kl. 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B

[Mer info och anmälan](#)

Fysisk aktivitet/FaR som behandling för vuxna – steg 2

Evidens och forskning om fysisk aktivitet och FaR som behandlingsmetod. Genomgång av FYSS: Begrepp och definitioner, Träningsprinciper, Bedöma, utvärdera och individanpassa fysisk aktivitet, Läkemedel och fysisk aktivitet samt Kontraindikationer för fysisk aktivitet. Övning med patientfall.

Förkunskapskrav: Fysisk aktivitet/FaR som behandling för vuxna - Steg 1 (eller motsvarande tidigare grundkurs)

Utbildare: Elin Laurila, Leg Fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

Torsdag 22 oktober kl. 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B

[Mer info och anmälan](#)

Fysisk aktivitet/FaR som behandling för vuxna – steg 3

Personcentrerat förhållningssätt, beteendeförändring och motivation. Genomgång av motiverande samtalsteknik, samtalsövningar och patientfall.

Förkunskapskrav: Fysisk aktivitet/FaR som behandling för vuxna - Steg 1 och 2 (eller motsvarande tidigare grund- och fördjupningskurs)

Utbildare: Elin Laurila, Leg Fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

Torsdag 19 november kl. 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B

[Mer info och anmälan](#)



Fysisk aktivitet/FaR för barn och ungdomar – steg 1

Evidens och aktuell forskning om fysisk aktivitets betydelse för barn och ungdomar. Genomgång av FYSS och förskrivningsgrunder för FaR. FaR-förskrivning i teori och praktik. Presentation av vårdgivarstöd och FaR-stödande verksamhet i Göteborg.
Utbildare: Anna Orwallius, Leg Fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

Fredag 2 oktober kl. 13.00 – 16.00 Gullbergsvass konferens, Gullbergs strandgata 8
[Mer info och anmälan](#)

Onsdag 2 december kl. 9.00 – 12.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B
[Mer info och anmälan](#)

Fysisk aktivitet/FaR för barn och ungdomar – steg 2

Personcentrerat och familjestödjande förhållningssätt, beteendeförändring, rörelseförståelse, utseendekultur och kroppsuppfattning. Samtalsövningar och patientfall. Förkunskapskrav: Fysisk aktivitet/FaR för barn och ungdomar – steg 1 (eller tidigare Fysisk aktivitet/FaR för barn och ungdomar)
Utbildare: Charlotte Boman, Leg Fysioterapeut, Centrum för fysisk aktivitet

Onsdag 2 december kl. 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B
[Mer info och anmälan](#)

Vilka kostråd ger vi i vården?

Fortbildning och dialog kring kostens betydelse för hälsan och en lotsning mellan alla matval och nya trender. Fortbildningen tar bland annat upp: Kostens betydelse ur ett vetenskapligt perspektiv. Hur ser de Nordiska Näringsrekommendationer ut? Hur väl följer vi rekommendationerna? Hur bemöter vi nya trender? Får vi lov att äta socker? Varför är det så bra att äta frukt och grönt? Hur läser och tyder jag en innehållsförteckning?
Utbildare: Maria Abrahamsson-Spasevski, Leg Dietist, Centrum för fysisk aktivitet

Fredag 13 november kl 13.00 – 16.00 Centrum för fysisk aktivitet, Svangatan 2B
[Mer info och anmälan](#)

*Har du frågor om våra utbildningar?
Vill du att vi kommer ut till er enhet och håller utbildning?
Kontakta oss gärna på: far-teamet@vgregion.se*