

## **Levnadsvanor – på liv och död!**

### Inspirationsdag om hälsa och levnadsvanor vid psykisk ohälsa 180912

Dagen ger en introduktion av forskning och studier och hur man praktiskt arbetar med kost/nutrition, tobaksprevention/KOL och fysisk aktivitet för att skapa inspiration att jobba vidare på hemmaplan, och är riktad mot målgrupp - alla som i sitt arbete inom primärvård, somatisk specialistvård eller specialistpsykiatri möter patienter med psykisk ohälsa.

Under dagen får vi lyssna på ledande föreläsare för livsstilsfrågor och somatisk hälsa i VGR. Dagen är uppbyggd i fyra parallella inspirationsspår i ett förmiddags- och ett eftermiddagsblock där du väljer två av vad du är intresserad av att delta i.

Professor och överläkare Mai-Lis Hellenius, Karolinska Institutet, Institutionen för medicin, Tema hjärta-kärl kommer ha en avslutande inspirationsföreläsning om levnadsvanor och somatisk hälsa.

### **Välkommen till en inspirerande dag!**

Kostnad:

Konferensavgiften finansieras av centrala regionala medel och kostar inte deltagaren något. Det utgår dock en avgift vid uteblivande eller avbokning senare än 2018-08-26, då debiteras 500 kr exkl moms.

Det ingår lunch samt för- och eftermiddagsfika – notera eventuellt behov av specialkost i din anmälan. Kostnad för resa bekostas av deltagaren.

### **[Anmälan i Regionkalendern, klickbar länk!](#)**

Hitta till Campus Nya Varvet:

[Campus Nya Varvet är Fredrik Bloms väg 25, 426 71 Västra Frölunda.](#)

# Levnadsvanor - på liv och död!

09.00 - 09.30	Kaffe och registrering		
09.30 - 10.30	Kroppslig ohälsa vid psykisk sjukdom	Jarl Torgerson  Krister Lönnqvist, brukare: En solskenshistoria	
10.30 - 10.45	Fruktpaus		
10.45 - 12.00  Parallella inspirationsspår a' 75 minuter	Aktuell forskning i Västra Götaland - några spännande exempel	Marie Rusner: Somatik och psykiatri - vad säger patienter, anhöriga och personal?  Sara Agnafors: Kroppssjukdom hos barn och unga med psykiska problem  Lars Helldin: Schizofreni, dödlighet och sjuklighet  Björn Strander: Cellprover hos kvinnor med psykisk sjukdom  Ulla Karilampi: Aktivitetsarmband som motivationsstöd	Moderator: Jarl Torgersson
	Att jobba med matvanor i psykiatrin	Susanne Fredén: Ohälsosamma matvanor, övervikt och undernäring!	Moderator: Lars Alfredsson
	Tobak, KOL och psykisk ohälsa	Cosmin-Calin Brancovici: När luften inte räcker till – ångest eller KOL?	Moderator: Torgny Hjort
	Fysisk träning vid allvarlig psykisk sjukdom	Henrik Bergman: Varför och hur?	Moderator: Mattias Ekman
12.00 - 13.15	LUNCH	Reveljen	
13.15 - 14.30  Parallella inspirationsspår a' 75 minuter	Aktuell forskning i Västra Götaland - några spännande exempel	Marie Rusner: Somatik och psykiatri - vad säger patienter, anhöriga och personal?  Sara Agnafors: Kroppssjukdom hos barn och unga med psykiska problem  Lars Helldin: Schizofreni, dödlighet och sjuklighet  Björn Strander: Cellprover hos kvinnor med psykisk sjukdom  Ulla Karilampi: Aktivitetsarmband som motivationsstöd	Moderator: Jarl Torgersson
	Att jobba med matvanor i psykiatrin	Susanne Fredén: Ohälsosamma matvanor, övervikt och undernäring!	Moderator: Lars Alfredsson
	Tobak, KOL och psykisk ohälsa	Cosmin-Calin Brancovici: När luften inte räcker till – ångest eller KOL?	Moderator: Torgny Hjort
	Fysisk träning vid allvarlig psykisk sjukdom	Henrik Bergman: Varför och hur?	Moderator: Mattias Ekman
14.30 - 15.00	Kaffe		
15.00 - 15.45	Levnadsvanor – möjligheter till positiva förändringar	Mai-Lis Hellénus	
15:45 - 16:00	Arbetet med somatisk ohälsa hos personer med psykisk sjukdom – hur går vi vidare?	Lise-Lotte Risö Bergerlind	

## Välkomna!