



#LEVNADSVANEDAGEN 2014

*Hur påverkar hjärnan och levnadsvanorna varandra?
Hur arbetar vi rent praktiskt med levnadsvanor i vården?
Vad säger den senaste forskningen?*

Från vision till verkstad!



09.00 **KAFFE**

09.30 Inledning

Kerstin Nilsson, SLS ordförande, gynekolog, Örebro och Anna Kiessling, moderator, kardiolog, Karolinska Institutet

09.40 Nya evidensbaserade matråd

Ingrid Larsson, dietist och näringsfysiolog, Sahlgrenska

10.00 Matvanor och modedieter: Var står vi idag?

Mai-Lis Hellenius, professor, allmänläkare, Karolinska Institutet

10.25 Samtalet med potential

Astri Brandell Eklund, allmänläkare, CES, SLL

10.50 Hur kan vi arbeta med fysisk hälsa i psykiatrin?

Yvonne Lowert, psykiater, Nyköping

11.00 600 FaR-recept per år på vårdcentralen

Björn Hallström, allmänläkare, Nyköping

11.15 Skåne: föredöme för en rökfri operation

Carin Molin, processledare HFS, Katinka Nordgaard, sjuksköterska rökfri operation, Skånes Universitetssjukhus

11.30 Hälsodialog via datorn

Preben Bendtsen, professor, socialmedicin, Linköping

11.40 Livsstilmottagning på vårdcentralen

Mattias Damberg, docent, allmänläkare, Västerås

11.50 Hälsolyftet lyfter Göteborg

Cecilia Björkelund, professor, allmänläkare, Maria Waller, ST-läkare allmänmedicin

12.05 **LUNCH**

13.00 Stillasittande, den nya hälsofaran

Elin Ekblom Bak, med dr, GIH

13.20 **VERKSTAD – TRÄFFA EXPERTERNA!**

> Samtalet - Att vilja och att tro sig kunna - två perspektiv på förändring med olika utmaningar

Astri Brandell Eklund, Åsa Thurffjell,

> Matvanor

Mai-Lis Hellenius, Ingrid Larsson

> Fysisk aktivitet

Elin Ekblom Bak, Björn Hallström, Åsa Wetterqvist

> Alkohol, Auditskola, I5-metoden Riddargatan I

Sven Wählin, Karin Hyland

> Tobak, Rökfri operation

Carin Molin, Katinka Nordgaard, Tönu Saartok

> Hälsolyftet, Hälsokurvan, Livsstilmottagning, Livsstilskurs

Cecilia Björkelund, Maria Waller, Hans Lingfors, Mattias Damberg,

Maria Löfgren, Harriet Gillberg

> Psykiskt sjuka som målgrupp

Yvonne Lowert, Jill Taube

> Datorn som hjälpmedel: Hälsodialog/Livsstilstest

Preben Bendtsen, Ragnhild Walter

KAFFE Serveras i matsalen en trappa upp från kl. 13.20.

14.35 Hjärnan och levnadsvanorna

Martin Ingvar, professor, Karolinska Institutet

15.20 Läkares samtal om levnadsvanor idag och imorgon

Lars Jerdén, projektledare, allmänläkare, Borlänge