

Temadag

## BARN &amp; ÖVERVIKT

Stockholm 13 september

**Målgrupp:** BVC-läkare, BVC-sköterskor, skolsköterskor, dietister och andra speciellt intresserade

”Bra och otroligt innehållsrik dag” barnsjuksköterska

”Jättebra, fängslande och inspirerande” BVC-sköterska

”Suveränt” BVC-sköterska

**Cirka 10 procent av barnen i Sverige utvecklar övervikt eller obesitas redan under förskoleåldern. Tidig identifikation och behandling är den viktigaste framgångsfaktorn för att undvika ohälsosam vikt senare i livet, men både vårdpersonal och föräldrar tycker att det är ett känsligt ämne att ta upp och diskutera.**

I det förebyggande arbetet mot obesitas hos barn har skolhälsovården och primärvården en viktig uppgift. Här kan vårdgivaren ”så ett frö” hos familjen på ett sätt som uppfattas som relevant och respektfullt när tillväxtkurvan visar att vikten ökat fortare än längden.

Obesitas är en komplex sjukdom, det krävs mer kunskap och mindre fördomar för att fler patienter ska få tidig diagnos och effektiv behandling. Inte minst i de familjer med försvårande samsjuklighet, där barnen inte bara har obesitas utan också neuropsykiatriska funktionsnedsättningar med bristande förmåga till impuls kontroll och självreglering samt starka men begränsande matpreferenser.

Professor Paulina Nowicka kommer under dagen att dela med sig av sina samlade kunskaper och

erfarenheter från över 20 år inom området. Ni får veta varför vikten är viktig, när man ska agera och hur man gör det utan skuldbelägga föräldrar. Ni får konkreta tips från framgångsrika behandlingsprogram samt den senaste forskning om mat, rörelse och relationer.

**BOK INGÅR!**

Paulinas bok på Bonnier Fakta ingår i kursavgiften.

PROGRAM FÖR DAGEN 09.00 – 16.00

09.00–09.45 Introduktion till övervikt och obesitas hos barn. Förekomst och konsekvenser.

09.45–10.10 Fika

10.10–11.00 Hur kan vi förebygga och behandla på bästa sätt? Exempel från framgångsrika program som till exempel ”Mer och Mindre”.

11.00–11.10 Bensträckare

11.10–12.00 Den bästa maten – vad är viktigast att tänka på.

12.00–13.00 Lunch

13.00–13.45 Rörelse och alla skärmar – den andra sidan av energibalansen.

13.45–13.55 Bensträckare

13.55–14.40 Familjen, förskolan och grannar: hur involverar vi alla?

14.40–15.00 Fika

15.00–15.45 Bästa bemötandet. Hur pratar vi om vikt utan att öka på viktstigma?

15.45–16.00 Sammanfattning och avslutning.

**Plats & datum:** centrala Stockholm  
13 september 2024

**Tid:** 09.00–16.00

**Pris:** 3200 kronor exkl moms.

**Föreläsare:** Professor Paulina Nowicka är leg. dietist, familjeterapeut, docent i pediatrik vetenskap och en ledande expert inom sitt fält. Hon har skrivit boken ”Hälsovikt för ditt barn. Vetenskap, verktyg och vägen framåt” (Bonnier Fakta). Boken ingår i kursavgiften.



**I kursavgiften ingår:** för- och eftermiddagskaffe, lunch och kursdokumentation. Efter kursen utfärdas intyg.



Anmäl dig idag på  
[www.expomedica.se](http://www.expomedica.se)

**EXPO MEDICA**  
– VI UTBILDAR VÅRDSVERIGE!

Avsändare:  
Expo Medica, Krusegatan 19 A, 212 25 Malmö

Jag anmäler mig till: Temadag – barn & övervikt

☐ Centrala Stockholm 13 september 2024, 3 200 kronor exkl moms.

## EXPO MEDICA

I KURSAVGIFTEN INGÅR: för- och eftermiddagskaffe, lunch och kursdokumentation. Efter kursen utfärdas intyg. Alla priser är exklusive moms.



**Enklast anmäler du dig  
på [www.expomedica.se](http://www.expomedica.se)**

### KUNDUPPGIFTER

Företag/organisation		Adress
Postnummer	Ort	Organisationsnummer
Kontaktperson/beställare		E-post

### FAKTURERINGSADRESS (OM ANNAN ÄN OVANSTÅENDE)

Företag/organisation		Adress
Postnummer	Ort	Organisationsnummer
Ev. kostnadsställe/inköpsnummer		Fakturareferens

### DELTAGARUPPGIFTER

Namn, deltagare 1 (Kontaktperson)		Namn, deltagare 2
Titel/yrke		Titel/yrke
E-post		E-post
Specialkost eller övrig information		Specialkost eller övrig information

### TRE ENKLA SÄTT ATT ANMÄLA DIG:

Internet: [www.expomedica.se](http://www.expomedica.se)  
E-post: [info@expomedica.se](mailto:info@expomedica.se)  
Post: Expo Medica, Krusegatan 19 A, 212 25 Malmö  
Frågor? Ring 0708-59 37 52

**Allmän information:** Anmälan är bindande, platsen kan dock överlåtas till annan person. Antalet platser på varje utbildning är begränsade. Arrangören organiserar utbildningen och tar inget ansvar därutöver. Deltagaren ansvarar själv för att de kunskaper som förmedlas tillämpas i enlighet med vederbörandes personliga medicinalansvar och behörighet, samt i enlighet med tillämpningslandets gällande regler för behandling och vård etc. Varje föreläsare ansvarar själv för sitt kursinnehåll. Arrangören förbehåller sig rätten att ställa in aviserad utbildning vid otillräckligt deltagarantal eller om omständigheter i övrigt så påkallar. Expo Medica sparar dina kontaktuppgifter. Vi lämnar ej ut kontaktuppgifter till tredje part. Läs mer om vår personuppgiftspolicy på [www.expomedica.se](http://www.expomedica.se). Du kan när som helst kontakta oss för att bli struken ur vårt register. Arrangören reserverar sig för eventuella fel i denna kursinformation.

**HAR DU FRÅGOR KRING UTBILDNINGEN? KONTAKTA OSS GÄRNA PÅ TELEFON 0708-59 37 52**