Kurs Levnadsvanorna i arbetslivet

Tid: 11-13 maj 2027

Program

Tisdag 11 maj 2027

Tid	Ämne	Föreläsare
09.30-09.50	Inledning	Ragnhild Ivarsson Walther
10.00-12.00	Sömn, skiftarbete	Göran Kecklund
12.00-13.00	*Lunch*	
13.00-	Vår stillasittande livsstil. Effekter på vår mentala och fysiska hälsa.	Maj-Lis Hellenius
-15.50	Bästa maten för vår hälsa. Vad säger forskningen?	Maj-Lis Hellenius
16.00-17.00	Tobaksavvänjning	Matz Larsson

Onsdag 12 maj 2027

Tid	Ämne	Föreläsare
08.40 – 11.10	Riskbruk och skadligt bruk av alkohol, Definitioner, hälsoeffekter. Beroendeutveckling. Behandlingsmetoder av skadligt bruk och beroende av alkohol.	Sven Andreasson
11.20 – 12.10	Alkohol-och drogarbete inom företagshälsovård. Drogtestning. Utformning av alkohol och drogpolicies.	Ragnhild Ivarsson Walther
12.10 - 13.10	*Lunch*	
13.10 - 16.30	Biologiska markörer för alkohol. Drogtester. Falldiskussioner.	Anders Helander, Ragnhild Ivarsson Walther
18.00-20.30	Kursmiddag, Villag 5	

Torsdag 13 maj 2027

Tid	Ämne	Föreläsare
09.00 - 12.15	Motiverande samtal i teori och praktik	Ännu ej klart
12.15 - 13.15	*Lunch*	
13.15 -14.30	Motiverande samtal teori och praktik	Ännu ej klart
14.30 -15.00	Avslutning med kursutvärdering	Ragnhild Ivarsson Walther

Kursledare: Ragnhild Ivarsson Walther, företagsläkare, SFLF

Föreläsare

- **Anders Helander**, adj. professor i beroendeforskning, Karolinska Institutet
- **Göran Kecklund** professor, Psykologiska institutionen, Stockholms universitet
- **Maj-Lis Hellenius** professor Karolinska Institutet Institutionen för medicin, Tema Hjärta-kärl
- **Sven Andreasson** professor i socialmedicin, Överläkare på Riddargatan 1, mottagning för alkohol och hälsa
- MI-lärare
- **Matz Larsson** Överläkare Lungmedicinska kliniken Örebro