 

**Boka datumet 24 mars!**

Då äger ett digitalt seminarium rum i samband med bokreleasen av uppdateringen av boken **”Långvarigt stillasittande – en hälsofara i tiden**”. I tolv kapitel beskrivs området stillasittande, dess påverkan på fysisk och psykisk hälsa samt hur man kan mäta stillasittandet och vad man kan göra för att minska det. Barn och ungdomar samt äldre uppmärksammas specifikt. Dessutom ger fyra olika professioner – allmänläkaren, sjuksköterskan, fysioterapeuten och hälsopedagogen – sin syn på saken.

Arrangörer är GIH, Hjärt- Lungfonden och Cancerfonden

**Datum:** onsdagen den 24 mars  
**Tid:** klockan 9-12

Upplägget är att förmiddagen delas in i olika delar som riktar in sig på olika målgrupper.

* Del 1: innehåller en översikt av området, om stillasittande och fysisk och psykisk hälsa samt barn och ungdomar.
* Del 2: adresserar stillasittande och äldre, hur man mäter stillasittande och metoder för att minska stillasittande.
* Del 3: är ett diskussionssamtal mellan kapitelförfattarna för de fyra olika hälso- och sjukvårdsprofessionerna. Seminariet avslutas med en framåtblickande paneldebatt där de tre arrangörerna GIH, Cancerfonden och Hjärt- Lungfonden medverkar.

Exempel på kapitelförfattare som deltar i seminariet:

* Elin Ekblom Bak, docent vid GIH och redaktör för boken
* Mai-Lis Hellénius, professor vid Karolinska Institutet
* Ing-Mari Dohn, medicine doktor och fysioterapeut vid Karolinska Institutet
* Maria Brännholm Syrjälä, specialist i allmänmedicin i Boden
* Örjan Ekblom, professor vid GIH

Vi återkommer med mer information om anmälan.

Boka in datumet redan nu!

Välkommen önskar

GIH, Hjärt- Lungfonden och Cancerfonden