

HÄLSOKONFERENS 2008

Program 30 maj

09.15 – 09.45

Kaffe/te smörgås

09.45 – 10.00

Inledning

Göran Arnell, Kommundirektör i Gävle, inleder dagen

10.00 – 10.15

Gasklockornas kulturhistoria

Per Schönning, VD på Gävleevent, berättar om klockorna

10.15 – 11.45

Kulturens betydelse för hälsan

Professor Töres Theorell, Institutet för Psykosocial Medicin, Karolinska Institutet, har i många år forskat om socialmedicinska och psykosomatiska frågeställningar kring arbetsliv och stress

Respiratorisk Sinusarytmi – biofeedback

Bo von Scheele, professor i medicinsk teknik vid Mälardalens Högskola, forskare inom tillämpad psykofysiologi och grundare av PBM Stressmedicine.

"Respiratorisk Sinusarytmi som analysinstrument, biofeedback och pedagogiskt verktyg samt för utvärdering och utfallsmått. Indikationer på att prestation och hälsa kan gå hand i hand"

11.45 – 12.45

Lunch

12.45 – 14.00

Integrativ vård

Med. dr. Torkel Falkenberg, forskningsledare vid Enheten för studier av integrativ vård, Karolinska Institutet, berättar bl. a om projektet: "Mot integrativ medicin: undersökning av en samverkansmodell mellan primärhälsovård och komplementära terapeuter"

14.00 – 14.30

Kaffe/te, kaka och frukt

14.30 – 16.00

Mindfulness och yoga

ST-läkare Astrid Grensman, Livsstilsenheten, Centrum för allmänmedicin, Karolinska Institutet, forskar om betydelsen av yoga och mindfulness som behandling och prevention vid stress och stressrelaterade sjukdomar i samarbete med Bikash Acharya, fil mag i psykologi, leg. kognitiv psykoterapeut och traditionellt utbildad yoga- och meditationslärare

16.00 – 16.30

Integration och dess påverkan på hälsan

Rina Näslund är integrations- och mångfaldskonsult. Rina Näslund arbetar för närvarande på uppdrag av Länsstyrelsen samt gästar varannan vecka SR P4. Hon kommer här att berätta utifrån egna erfarenheter om vikten av att komma in i det svenska samhället

16.30 – 16.45

Avslutning

