

## Inbjudan till FaRs dag 26 oktober 2016

### ”Fysisk aktivitet och smärta – när är det läge för FaR?”

Välkommen till en eftermiddag om FaR och fysisk aktivitet för patienter med smärta. Vilär oss mer om hur långvariga generaliserade smärttillstånd kan hanteras (rygg, nacke, migrän...) och får praktiska tips i kliniken.

- Datum: Onsdagen den 26 oktober, kl. 13.30-16.30  
Registrering från kl. 13.00
- Plats: Landstingssalen, Hantverkargatan 45, Stockholm  
OBS! Ingång C, från baksidan, T-bana Rådhuset
- Målgrupp: Läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster/fysioterapeuter och annan legitimerad vårdpersonal i Stockholms läns landsting, beställare och politiker
- Anmälan: Klicka här för: [Anmälan till FaRs dag](#). Vänligen uppge namn, yrke och arbetsplats. Anmälan är bindande men det går bra att överlåta platsen till en arbetskamrat vid förhinder att delta. Först till kvarn....
- Kostnad: Gratis, men utebliven deltagare debiteras med 500 kr (ex.moms)
- Förtäring: Vi bjuder på eftermiddagskaffe och smörgås
- Frågor: Till [ann.hafstrom@sll.se](mailto:ann.hafstrom@sll.se) och [eva.flygare-wallen@sll.se](mailto:eva.flygare-wallen@sll.se)

#### **Varmt Välkomna!**

*Hälsar HPÖ/FaR implementeringsgrupp och Hälso-och sjukvårdsförvaltningen.*

## Program

13.00 - 13.30	<b>Registrering</b> och utställning FaRledare.se
13.30 - 13.35	Välkommen och introduktion från <i>Eva projektledare HPÖ/FaR &amp; Ann, vårdutvecklingsledare HPÖ/FaR, Akademiskt primärvårdscentrum, SLSO</i>
13.35 - 14.15	Långvariga rygg- och nackbesvär – uppdaterat kapitel i FYSS <i>Wim Grooten, docent, universitetslektor KI</i>
14.20 - 14.30	Information och uppdatering från Stockholms FaRledar-nätverk, <i>Lena Björklund Norrman Stockholmsidrotten</i>
14.30 - 14.50	<b>Kaffe &amp; smörgås</b>
14.50 - 15.30	Fysisk aktivitet och långvariga utbredda smärtproblem – nytt kapitel i FYSS <i>Monika Löfgren, docent, universitetslektor, Inst. Kliniska vetenskaper Danderyds sjukh.</i>
15.35 - 16.15	Dosering av träning som smärtmodulering <i>Tom Arild Torstensen, doktorand KI, smärtspecialist, leg sjukgymnast</i>
16.20 - 16.30	<b>Avslutning</b> och information från HSF <i>Jenny Sydhoff, programansvarig HPÖ/FaR, Hälsa-sjukvårdsförvaltningen</i>