



Fagkurs

# Ernæring for voksne med sjeldne diagnoser og utviklingshemming

24.10-25.10.19

## Program

### Torsdag 24.10.

08.30 – 09.00 Registrering og kaffe

09.00 – 09.15 **Velkommen og introduksjon av studioer**  
ved Gro Trae

09.15 – 10.00 **Systematisk ernæringsarbeid**  
ved Marianne Nordstrøm

10.15 – 11.00 **Ernæringsutfordringer ved ulike tilstander og diagnoser**  
ved Marianne Nordstrøm

11.15 – 11.35 **Utfordringer og muligheter -et eksempel**

11.35 – 12.00 **Erfaringer fra et pårørendeperspektiv**  
ved Svein Olav Kolset

12.00 – 13.00 Lunsj

13.00 – 13.45 **Kommunalt ernæringsarbeid: lovverk og politiske føringer**  
ved Lise B. Hoxmark og Malin S. Finsrud

14.00 – 14.45 **Bruk av tvang og makt for å ivareta helse og ernæring hos personer med utviklingshemming**  
ved Grethe Kvan Welle

15.00 – 15.45 **Paneldebatt: Dagens foredragsholdere drøfter og svarer på spørsmål og problemstillinger fra kursdeltakerne**  
Ledet av Gro Trae

17.30 Kveldsmat for de som overnatter

## **Fredag 25.10**

08.00 – 09.00 Frokost for de som har overnattet

08.30 – 09.00 Oppkobling av videostudioer. Dagen ledes av Marianne Nordstrøm

09.15 – 09.45 **Helsepsykologi: Motivasjon til å endre vaner**  
ved Kristina S. Moberg

10.00 – 10.45 **Grunnleggende ernæringskunnskap**  
ved Natasha L. Welland

10.45 – 11.15 **Kostverktøyet**  
ved Tove Langlo Drilen

11.30-12.00 **Lettere kropp**  
ved Riitta Hellman

12.00 – 13.00 Lunsj

13.00 – 14.15 **Gruppeoppgaver** med mulighet til å delta i fagdiskusjon via chattefunksjon for de som deltar på kurset via strømmetjeneste

14.30 – 15.15 **Erfaringer fra prosjektet «Retten til et helsefremmende kosthold for personer med utviklingshemming som bor i egen bolig»**  
ved Rune Sandø

15.15 – 15.30 **Oppsummering og avslutning**

*Vi forbeholder oss retten til endringer  
(16.10.2019)*

## Forelesere

**Marianne Nordstrøm** er klinisk ernæringsfysiolog ansatt på Frambu og Enhet for medfødte og arvelige nevromuskulære tilstander ved Oslo Universitetssykehus. Hun har doktorgrad fra 2015 om overvekt og livsstilsrelaterte helser hos voksne med Downs syndrom, Prader-Willis syndrom og Williams' syndrom. Hun har lang erfaring med undervisning og veiledning om ernæringsutfordringer ved sjeldne diagnoser.

**Svein Olav Kolset** er pappa og forfatter av boken «En sjelden kar», som er en skildring av tilværelsen sammen med sønnen Torgeir, som har CHARGE syndrom. Til daglig er Kolset professor i ernæring ved universitetet i Oslo. Han har de senere år etablert fagnettverket «ernæring for sårbare grupper» og er en nestor når det gjelder å sette ernæring på dagsorden for personer med utviklingshemming.

**Lise Beate Hoxmark** er seniorrådgiver og har vært ansatt på Frambu siden 1995. Hun er utdannet sosionom og har en master i helsefremmende arbeid fra 2010. På Frambu arbeider Hoxmark spesielt med rettighetsfeltet på individ- og systemnivå.

**Malin Sofie Finsrud** er sosionom med master i karriereveiledning. Hun har erfaring fra arbeid som saksbehandler og veileder i NAV. På Frambu jobber hun særlig med veiledning og formidling om velferdsrettigheter.

**Grethe Kvan Welle** er vernepleier og ansatt ved avdeling for nevrohabilitering for voksne på Oslo Universitetssykehus. Hun har lang erfaring med å veilede ansatte i bydelene om regelverket for bruk av tvang og makt, kapittel 9 i helse- og omsorgstjenesteloven.

**Natasha Lervaag Welland** er klinisk ernæringsfysiolog og jobber fortiden ved Frambu. Hun har variert erfaring fra klinisk arbeid og ernæringsundervisning i grupper.

**Kristina S. Moberg** er spesialist i klinisk voksenpsykologi ved sykehuset i Østfold. Hun har lang erfaring som kliniker i psykisk helsevern og har senere år jobbet med formidling av psykologisk kunnskap i undervisning og som skribent.

**Tove Langlo Drilen** er klinisk ernæringsfysiolog ved Friskliv og mestring i Trondheim kommune. Hun er i tillegg prosjektleder for Kostverktøyet.no, en nettside som er laget for familier med overvekt og helsepersonell som jobber med denne målgruppen. Nettsiden driftes av Regionalt senter for fedmeforskning og innovasjon på St. Olavs hospital.

**Riitta Hellman** er ansatt hos Karde AS hvor hun leder prosjektet «Lettere kropp». Det overordnede målet med prosjektet er å utvikle en enkel e-læringsapplikasjon til ungdom og voksne med utviklingshemming for matplanlegging, matkunnskap og matinnkjøp.

**Rune Sandø** er utdannet kokk og jobber som folkehelse og livstilsveileder. Han vil sammen med Ellen dele erfaringer og resultater fra matlagingskurs for voksne med utviklingshemming. Prosjektet gjennomføres i samarbeid med Unge Kokker.

