

Basinformation för vuxna



Vad är Basinformation?

Basinformationen består av fyra föreläsningar och är första steget i din behandling på Stockholms centrum för ätstörningar. Syftet är att ge dig grundläggande kunskap om ätstörningen, informera om våra olika behandlingsalternativ och ge dig möjlighet att ställa frågor.

Föreläsningarna är separata med olika teman och föreläsare som följs upp av diskussion och frågestund. Du väljer fritt när du vill gå på respektive föreläsning som löper på under varje termin. Vi rekommenderar att du kommer på samtliga föreläsningar för att få mest utbyte.

Vem kan delta?

Alla som har varit på ett nybesök på Stockholms centrum för ätstörningar kan delta på Basinformation. Vill du ta med dig en närstående går det också bra.

Tid och plats

Föreläsningarna äger rum mellan klockan 15:30-16:45 i föreläsningssalen på Plan 1. Se datum för alla föreläsningar på baksidan.

Anmälan och kostnad

Ingen föranmälan krävs och det är helt kostnadsfritt att delta.

När du kommer behöver du bara anmäla dig i Receptionen. Kom gärna i tid till föreläsningarna eftersom det ofta blir fullsatt!

Föreläsningarna

Föreläsningarna som ingår i Basinformationen leds av erfarna klinker som arbetar på Stockholms centrum för ätstörningar.

1. Kroppen och ätstörningen

En läkare föreläser om fysiska och psykiska konsekvenser av ätstörningar.

2. Maten och ätstörningen

En dietist föreläser om energibehov, måltidsordning och hur ämnesomsättningen påverkas av ätstörningen.

3. Kroppsbild, fysisk aktivitet och ätstörningen

En fysioterapeut föreläser om kroppsbild och fysisk aktivitet vid ätstörning.

4. Känsloerna och ätstörningen

En psykolog föreläser om vidmakthållande mekanismer bakom ätstörningen och hur invanda mönster kan brytas. Vid det här tillfället medverkar även patientorganisationen Frisk & Fri som informerar om sin verksamhet.

Basinformation våren 2020

Kroppen och ätstörningen

27 jan, 24 feb, 23 mars, 27 apr & 25 maj

Maten och ätstörningen

3 feb, 2 mars, 30 mars, 4 maj & 1 juni.

Kroppsbild, fysisk aktivitet och ätstörningen

13 jan, 10 feb, 9 mars, 6 april, 18 maj & 8 juni.

Känslorna och ätstörningen

20 jan, 17 feb, 16 mars, 20 april, 11 maj & 15 juni

15:30-16:45

Föreläsningssalen, Plan 1

Stockholms centrum för ätstörningar

Med reservation för förändringar!

Om en basföreläsning flyttas eller ställs in meddelar vi det på vår hemsida:

stockholmatstorningar.se/basinfo