|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tirsdag 7.juni | Tema | Foredragsholder |
| 10.00 |  |  |
| 10.15 | Velkommen |  |
| 10.30 – 11.00 | Kort intro, presentasjon og repetisjon av begrep | Turi E. Antonsen  Seniorrådgiver, Korus |
| 11.10 - 12.00 | MI fortsetter med erfaringsdeling, egne case og gruppeøvelser/rollespill |  |
| 12.00 – 13.00 | Lunsj |  |
| 13.00 – 14.30 | MI fortsetter |  |
| 14.45 – 15.40 | En leges vurdering av Frisklivssentralen – status for samarbeid og utviklingsmuligheter | Silje Røssvoll, fastlege |
| 15.40 – 16.15 | Treningslære- hvorfor legger vi opp treningene som vi gjør? | Frisklivssentralen Alstahaug |
| 16.30 – 18.00 | Praktisk treningsøkt ute | Carine Sollund Frisklivssentralen Fauske |
| 19.30 | Middag |  |
| Onsdag 8.juni |  |  |
| 08.00 – 09.45 | Forskning på frisklivssentraler  Hva vet vi om FLS i dag og hva vet vi ikke? | Ellen Blom  Høgskulen i Sogn og Fjordane/NTNU |
|  | Gjennomgang av testbatteri |  |
| 09.45 – 11.00 | Test av fysisk form på Frisklivssentralen Alstahaug  Vi tester hverandre - ta med treningstøy og innesko | Ellen Blom |
| 11.15 – 12.00 | Dialog og erfaringsutveksling om - bra mat – røykeslutt – søvn - KID | Geir Lærum |
| 12.00 – 13.00 | Lunsj |  |
| 13.00 – 15.15 | Markedsføring |  |
| 15.15 | Vel hjem☺ |  |