

# Ernæring & psykisk helse



Norsk Forening for Ernæringsfysiologer (NFE) inviterer til høstseminar fredag 4. november 2016

Tema for årets høstseminar er *ernæring og psykisk helse*. Vi har blant annet invitert forskere, helsemyndigheter, klinikere og andre foredragsholdere som vil belyse temaet og bidra til en dag med faglig påfyll og inspirasjon i ernæringsarbeidet.

Seminaret avsluttes med diskusjon.

Konferansier: Lege og komiker Jonas Kinge Bergland vil lede oss gjennom dagen.

## PÅMELDING

Påmeldingen er bindende og skjer ved å registrere seg og betale seminaravgiften på <http://www.deltager.no/hostseminaret2016>

**Frist for påmelding er 20. oktober. Ved påmelding før 5. oktober gir vi kr. 50 (kr. 100 for studenter) i avslag på deltakeravgiften.**

## HVORDAN KOMMER DU DIT

Vi anbefaler å reise kollektivt. Det er gangavstand fra Nationaltheatret tog- og t-banestasjon, eller fra Bryggetorget busstopp.

Parkering: Vestre Vika eller Aker Brygge P-hus (EuroPark)

## STED

Felix konferansesenter  
Bryggetorget 3, Oslo

## TID

4. november  
kl. 9.00 - 16.00  
Registrering:  
fra kl. 8.30

## PRIS

**Medlemmer:**  
kr. 650

**Ikke-medlemmer:**  
kr. 950

**Studenter:**  
Kr. 450

Inkluderer: Lunsj,  
formiddag- og  
ettermiddagsbuffet,  
kaffe/te





# Program

(med forbehold om endringer)

---

**08.30 – 09.00** Registrering, frokostbuffet med frukt, bakverk, kaffe og te

---

**09.00** Velkomst v/ Martine Staib, leder NFE og konferansier Jonas Kinge Bergland, lege og komiker

## DEL 1

**Ellinor Major,**

**fagdirektør psykisk helse, Helse og omsorgsdepartementet:**

Psykisk helse i et samfunnsperspektiv – hva kan vi gjøre for å forebygge psykiske problemer

**Dijana Stupar,**

**Klinisk ernæringsfysiolog, Diakonhjemmet sykehus:**

Forebygging og behandling av livsstilssykdommer i psykiatrien

**Marianne Hope Abel**

**Klinisk ernæringsfysiolog, phd. stipendiat HiOA:**

Jod og hjernens utvikling – et prosjekt i Den norske mor og barn undersøkelsen

**Ingeborg Senneset**

**Journalist, blogger og utdannet sykepleier:**

Mett av matinformasjon

**11.30-12.30** Lunsjbuffet

## DEL 2

**Morten Mørland,**

**Ernæringskonsulent, Finishline.no/Olympiatoppen**

Idrett, prestasjon og psykisk helse

**Morten Mowé,**

**Assisterende klinikkjef Medisinsk klinikk OUS og førsteamanuensis UiO**

Underernæring og psykisk helse – høna eller egget

**Håvard Bentsen,**

**dr. med., spesialist i psykiatri og klinisk farmakologi, Diakonhjemmet sykehus:**

Flerumettede fettsyrer, hjernens funksjon og mental helse

**Anita Lill Hansen,**

**Professor, Institutt for klinisk psykologi UiB**

Fet fisk og psykisk helse

**Mone Sæland,**

**phd., førsteamanuensis, Høgskolen i Oslo og Akershus**

Rusproblematikk, feilernæring og stress

**15.30** Diskusjon og avslutning

Har du spørsmål angående høstseminaret, ta kontakt via mail til [styret@nfe.no](mailto:styret@nfe.no)

# Om foredragsholderne

## Anita Lill Hansen,

Professor i klinisk psykologi ved Det psykologiske fakultet, UiB. Hennes forskningsinteresser omfavner forskning innen områdene biologisk-, kognitiv-, og klinisk psykologi, samt relasjonen mellom ernæring og dens effekt på mental helse.

## Dijana Stupar,

Klinisk ernæringsfysiolog ved Diakonhjemmet Sykehus. Stupar har jobbet på Diakonhjemmet siden 2007 og har fra starten hatt pasienter som er tilknyttet psykiatrien. Hun har erfaring med å jobbe med pasienter med depresjoner, angst, spiseforstyrrelser, psykose, personlighetsforstyrrelser og rusavhengighet.

## Ellinor Major,

Utdannet psykolog ved UiO; doktorgrad innen tema videreføring av traumer. Divisjonsdirektør i Helsedirektoratet 2007-2010; divisjonsdirektør i Folkehelseinstituttet til 2016. Er i dag fagdirektør i Helse- og omsorgsdepartementet for å lede departementets arbeid med å inkludere psykisk helse i folkehelsearbeidet.

## Håvard Bentsen,

Dr. med. Overlege ved Senter for Psykofarmakologi, Diakonhjemmet Sykehus. Han er spesialist i psykiatri og klinisk farmakologi og forsker innen schizofrenifeltet, særlig om lipider og oksidativt stress. En hovedinteresse er betydningen av kostfaktorer for psykisk helse.

## Ingeborg Senneset,

Ingeborg Senneset er utdannet sykepleier, jobber som journalist i Aftenposten, og er styremedlem i Norsk Pen. Hun var innlagt i psykiatrien for anoreksi i tre år, noe hun blogget om underveis. Senneset debatterer og holder foredrag om blant annet medier, helsepolitikk og psykiatri. Våren 2017 kommer boken med arbeidstittel: Anorektisk på Cappelen Damm.

## Marianne Hope Abel,

Utdannet klinisk ernæringsfysiolog og har jobbet som ernæringsrådgiver i Tine siden 2003. For tiden holder hun på med en nærings-ph.d. i helsevitenskap med tema jod og nevrouvikling, i samarbeid med Folkehelseinstituttet og HiOA.

## Mone Sæland,

Førsteamanuensis/klinisk ernæringsfysiolog HiOA; doktorgrad: Eating on the Edge - a study focusing on dietary habits and nutritional status among illicit drug addicts in Oslo. Oppgaven fokuserer på kostholdet som en uavhengig risikofaktor for uheld, både mentalt og kroppslig hos rusmisbrukere, til dels uavhengig av deres stoffvaner.

## Morten Mowé,

Assisterende klinikkjef, Medisinsk klinikk OUS/førsteamanuensis UiO; Utdannet cand. med. ved UiO. Mowé har jobbet mange år som assistentlege, overlege og som klinikkjef ved Aker Universitetssykehus. Han er spesialist i indremedisin, geriatri og gastroenterologi; dr. med. 1998: «Underernæring hos eldre».

## Morten Mørland,

Bachelor i ernæring, samt 2 år med IOC Diploma i Sports Nutrition. Tidligere toppidrettsutøver, og hadde 5 år som profesjonell syklist. Mørland driver i dag eget firma og er ernæringskonsulent på deltid hos Olympiatoppen.

