



NFLM Konferanse 2026

Program

0800 - 0900	Mindful Yoga eller Gå og Prat	
0845 - 0930	Registrering	Kafe og Lett frokost
0930 - 0945	Velkommen og oppdatering om livsstilsmedisin rundt verden	Dr Charlotte Salter (NFLM Styreleder, Allmennlege)
0945 - 1005	Fra anbefaling til handling – hvordan skaper vi et mer aktivt Norge?	Olov Belander (Senior Rågiverer, Helsedirektoratet)
1005 - 1030	Fra symptomer til funksjon: Hvordan et strukturert kommunikasjonsverktøy kan forbedre helse og arbeidsresultater	Dr Cathrine Abrahamsen (Fastlege, spesialist i allmennmedisin, forsker)
1030 - 1035	Aktiv Pause	
1035 - 1050	Kafe	
1050 - 1120	Recovery fra komplekse traumer - mer enn bare behandling	Dr Peter McGovern (Spesialist i psykiatri, videreutdanning i psykoanalytisk psykoterapi)
1120 - 1210	Fedmeforebygging gjennom levevaneendringer - hva viser forskningen?	Ingrid Sjørdal Følling (Forsker: Senter for Fedmeforskning og innovasjon)
1210 - 1215	Aktiv Pause	
1215 - 1345	Lunsj	Lunsj
1345 - 1405	Trening som medisin - også for kreftpasienter	Helle Aanesen (Daglig leder i Aktiv mot Kreft)
1405 - 1425	Aktiv mot MS	Ingrid Amalie Bygland Larsen (Sykepleier og Helse og treningsfysiolog)
1425 - 1445	Sammen om livsmestring i Lier Kommune	Live Brekke (Fagleder folkehelse)
1445 - 1450	Aktiv pause	



1430 - 1510	Kafe	
1510 - 1540	Poster Presentations	
1540 - 1610	Livsstilsmedisin i Pediatri	Dr Carina Saunders (Spesialist i pediatri)
1610 - 1640	Hvordan møte pasienten med uforklarlige symptomer	Dr Elisabeth K. Steinsvik (Lege i spesialisering i fordøyelsessykdommer)
1640 - 1700	Avslutning av konferansen	Dr Charlotte Salter (NFLM)
1800 -	Uformel middag	Mathallen