



Lørdag 3. februar	
0830-0920	Registrering av deltakerne
0930-0940	Åpning v/konferansier Dora Thorhallsdottir
0940-1030	Christian Fossum, osteopat "Respirasjon og Intra-Abdominalt Trykk: Synergier med Funksjonen til Muskel- og Skjelettsystemet"
1030-1100	Pause med utstillervesøk og pausemat
1100-1145	Christian Fossum fortsetter De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1145-1230	Madeleine Engen, gynokolog og Mona Valstad Elsness, fysioterapeut og osteopat «Tverrfaglig tilnærming til bekkenbunnsdysfunksjon etter fødsel» De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1230-1330	Hotelllets bugnende lunsjbuffet
1330-1430	Heidi Hanevold, fysioterapeut, massasjeterapeut og doula "Hva skjer når vi tar på pasienten?" Nevrologiske, fysiologiske og endokrine responser på bevisst berøring. De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1430-1500	Kjersti Hatlebrekke, fysioterapeut, spesialist i kvinnehelse og sexolog «Fysioterapi etter stor rift i endetarmens lukkemuskel» De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1500-1530	Pause med utstillervesøk og pausemat
1530-1630	Kjersti Hatlebrekke, fysioterapeut, spesialist i kvinnehelse og sexolog "Smerter i bekkenbunn og seksuell funksjon etter fødsel" De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1630-1700	Astrid T. Lunestad, fagkoordinator LKB og Vibeke Helander Bolstad Kommunikasjonsrådgiver LKB «Hva sier forskningen når bekkenleddsmerter ikke går over etter fødsel?» Siste nytt fra forskningskonferansen 11th Interdisciplinary World Congress on Low Back & Pelvic Girdle Pain i Melbourn november 2023 De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1700-1720	Core & Floor med Hedvig Bang-Førsund
	Takk for i dag, tid til både utstillere og et glass før middag kl 1845
1900	Felles middag



Søndag 4. februar	
0700-0800	«Morgenyoga for dyp kontakt med egen pust, styrke og flyt» v/Mona Elsness Valstad, kundaliniyogalærer (for overnattende)
0830-0850	Registrering av deltakerne
0900-0910	Åpning v/konferansier Dora Thorhallsdottir
0910-1000	Katarina Woxnerud, naprapat "Rectus diastase, forslag til nye retningslinjer og hva annet bør utredes?" De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1000-1030	Katarina Woxnerud, naprapat "MammaRun tilbake til løping etter fødsel!" De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1045-1130	Utsjekk rom, utstillingsbesøk og hotellets deilige forfriskninger!
1130-1230	Camilla Sagen Bringslid, klinisk ernæringsfysiolog «Kvinnens forhold til egen kropp og helse etter svangerskap og fødsel» De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1230-1330	Hotellets bugnende lunsjbuffet
1330-1415	Håkon Fotland, smertecoach "En moderne tilnærming til smerter postpartum" De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1415-1445	Siste handlemulighet og tusen takk til utstillerne for at de stilte opp for oss! Og litt pausemat
1445-1530	Line Marie Warholm, psykologspesialist og psykoanalytiker "Ikke gjør så godt du kan! Hvordan kan vi bidra til å gi foreldre styrke, selvtillit og trygghet?" De siste 5 minutter til evt. spørsmål
1530	Tusen takk for oss! Håper vi møtes igjen 1.-2. februar 2025 😊

Med forbehold om endringer.

Arrangør:



Hovedsponsor:



www.kongresspartner.no
Christin Foss, mobil: 92 24 27 56,
epost: christin@kongresspartner.no
Instagram: @kvinnehelsekonferansen