

# Inbjudan



## Det finns något som heter lagom – en föreläsning om ortorexi

Ortorexi är att betrakta som ett relativt nytt fenomen och samhällsproblem. Men trots ökad uppmärksamhet i massmedia finns inte ortorexi som egen diagnos inom sjukvården och väldigt lite forskning finns inom området. I boken *Jag är sjuk* beskriver Lisa Jisei tillsammans med vänner och nära anhöriga det ångestfyllda tillståndet och den svåra vägen tillbaka till ett normalt liv. I denna föreläsning får deltagaren på ett väl avvägt sätt lära sig om ortorexi, de viktiga tecknen för när någon är drabbad och metoder för hur man kan agera. Ansvarsfulla närstående, personal inom vården och på gym kan spela en avgörande roll för en person att ta tag i sin problematik kring träning. Föreläsningen är två timmar lång och tid ges återkommande för reflektion och dialog.

Målgrupp för föreläsningen är främst personal på träningsanläggningar i Östergötland samt de parter som ingår i det dopningsförebyggande arbetet 100 % ren hårdträning. Men även andra som i sin yrkesroll möter individer som lever med ortorexi.

### TID & PLATS

Fredagen den 11 december klockan 09.30 – 11.30 digitalt via WebinarJam. Länk skickas ut till anmälda deltagare innan föreläsningen.

### ANMÄLAN

Senast torsdagen den 3 december via [Länsstyrelsen Östergötlands kalender](#)

Varmt välkommen!



LÄNSSTYRELSEN  
ÖSTERGÖTLAND