

Nyhetsbrev nr.1 2024

Her kommer en kort presentasjon av *Kostverktøyet*s pågående arbeid som kan være av interesse:

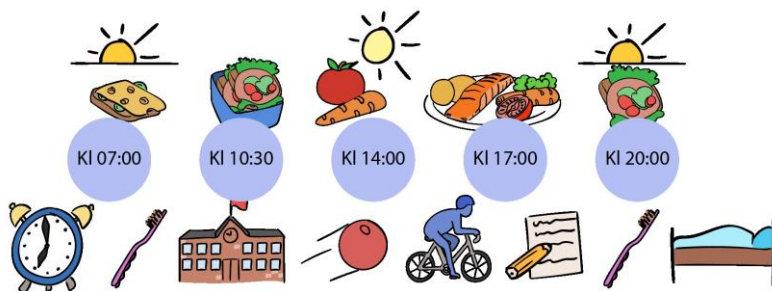
1. E-læringskurs “Kosthold”

Målgruppen for e-læringskurset er foresatte til barn med overvekt. Kurset er publisert og kan benyttes av familier på egen hånd eller i samarbeid med helsepersonell:

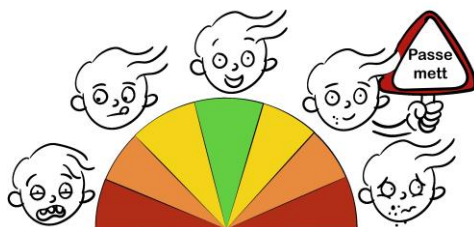
- **Matvarevalg – HVA vi spiser.**



- **Måltidsrytme – NÅR vi spiser.**



- **Porsjonsstørrelser – HVOR MYE vi spiser.**



Kontakt

• • •

Besøksadresse:
Senter for fedmeforskning
Forsyningscenteret, 4 etg.
Prinsesse Kristinas gate 5
7030 Trondheim

Postadresse:
Senter for fedmeforskning
St. Olavs Hospital
Postboks 3250 Torgarden
7006 Trondheim

Mail:
fedmeforskning@stolav.no

Sosiale media:
www.stolav.no
facebook/kostverktøyet

2. Film: “Samtale med barn og unge”

Film “Samtale med barn og unge” inneholder følgende tema:

- **Hvorfor** snakke med barn om tema kropp og vekt?
- **Hvordan** snakke om overvekt?
- **Hvilke ord** bruker du?

Filmene presenteres nærmere på *Kostverktøyet* sitt webinar til høsten. Dato for webinar publiseres senere på nettportalen.

Etter forespørsel fra helsepersonell er *Kostverktøyet* igang med å produsere filmer innen følgende tema :

1. “Samtale med barn og unge”. Filmene publiseres i løpet av høsten.
2. “Hvordan få til endring i praksis”. Filmene er under utvikling og skal etter planen publiseres ved årsskiftet.



3. Kostverktøyet: en språklig og kulturelt tilpasset tjeneste.

Kostverktøyet skal tilpasse deler av innholdet til andre språk og kulturer, der vi i første omgang starter med samisk og arabisk. Det har vært arrangert workshop for sørsamisk i Røros kommune, og til høsten blir det nordsamisk i samarbeid med Alta kommune. Det har også vært gjennomført workshop for arabisk i Trondheim kommune, og det skal arrangeres tilsvarende dag ved Frisklivssentralen Bydel Stovner til høsten.

Dette arbeidet bidrar til utvikling av en språklig og kulturelt tilpasset tjeneste som sikrer en større del av befolkningen lik tilgang til likeverdige helsetjenester. Ta gjerne kontakt om du ønsker å bidra eller har innspill til dette utviklingsarbeidet:

- Marianne Nøstberg: marianne.nostberg@stolav.no
- Monica T. Devle: monica.tommervold.devle@stolav.no

Tips til aktuelle lenker:

- [Samtaleverktøy om barn, kosthold og aktivitet - Kreftforeningen](#)
- [Filmer med inspirasjon til gode matvaner - Vardesenteret \(kreftforeningen.no\)](#) (somalisk og pakistansk kjøkken)
- [Samisk mat | Reaidu \(uit.no\)](#)

God sommer! 