

Sunde Børn

- konferencen 2024

Den 1. oktober kl. 14.00-16.45 hos
Landbrug & Fødevarer, Axeltorv 3, 1609 København V

Sunde Børn den 1. oktober afholdes i et samarbejde mellem Novo Nordisk Fonden (stifter af Børnevægt i balance) og Landbrug & Fødevarer.

Konferencen afholdes under overskriften 'Børn i skolealderen'. Programmet er på plads, tilmelding er åben – og DU er inviteret.

Målgruppen er praktikere, der arbejder med børn og sundhed. Det er både muligt at deltage fysisk og virtuelt. Til den fysiske del foregår tilmelding efter "først-til-mølle" princippet.

Tilmelding:

[Fysisk deltagelse](#)

[Online deltagelse](#)

Du deltager uden beregning, dog skal vi gøre opmærksom på, at tilmeldte til det fysiske møde, som udebliver på dagen, vil blive opkrævet et no-show-fee på 500 kr.



Alliancepartnere i Børnevægt i Balance

Program



14.00 - 14.30 **Tjek-ind**

14.30 - 14.40 **Velkommen til en dag med vigtige temaer**
Line Munk Damsgaard, ernæringschef, Landbrug & Fødevarer
Arne Astrup, Senior Vice President, Novo Nordisk Fonden

14.40 - 15.05 **Overvægt blandt børn**
Jens Meldgaard Bruun, Klinisk professor, overlæge, Steno Diabetes Center Aarhus, Aarhus Universitetshospital & Aarhus Universitet
Hvad forårsager overvægt? Hvad er status på forekomst af overvægt blandt børn? Hvordan påvirker overvægt børns liv? Og hvordan forebygger vi overvægt? Jens Meldgaard Bruun, en af Danmarks fremmeste eksperter indenfor overvægt, deler ud af sin viden.

15.05 - 15.30 **En håndsrækning til de søde børn**
Stine Vuholm, PhD i ernæring, Fuldmægtig, Fødevarestyrelsen
Danske børn får i gennemsnit ca. 20% af deres daglige energi fra snacks, søde sager og søde drikke. Det er fire gange mere, end hvad der er plads til i en kost, der følger De officielle Kostråd. Men hvor meget er der egentlig plads til? Og hvordan kommunikerer vi mindre af det søde, salte og fede uden for mange løftede pegefingre? Hør Stine Vuholm fortælle om Fødevarestyrelsens nye huskeregel: Højest 5 håndfulde om ugen.

15.30 - 15.45 **Pause**

15.45 - 16.10 **Hvordan fremmer vi sunde madvaner blandt skolebørn?**
Erfaringer fra Generation Sunde Børn
Camilla Trab Damsgaard, Lektor, Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet
Generation Sunde Børn er et forsknings- og lokalsamfundsprojekt, der har til formål at fremme sund vægt, udvikling og trivsel hos børn. Projektet er i fuld gang og fokuserer på mad, bevægelse, søvn og skærmvaner. Lektor Camilla Trab Damsgaard fra Institut for Idræt og Ernæring ved Københavns Universitet vil fortælle om projektet og dele erfaringer vedrørende skolemad, spisesituationen i skolen, børns præferencer og metoder til at fremme sund mad blandt skolebørn.

16.10 - 16.35 **Gamification: Vejen til sundere vaner blandt børn?**
Annemarie Olsen, institutleder og professor i forbrugeradfærd ved Institut for Psykologi, Københavns Universitet
De seneste år har der været stigende interesse for at udforske potentialet i "gamification" som en ny tilgang til at fremme sundere vaner hos børn. Hør Annemarie Olsen forklare hvad "gamification" går ud på, give et overblik over evidensen og komme med eksempler på, hvordan det kan anvendes til at fremme madmod, øge frugt- og grøntindtag samt påvirke børnenes vaner i forhold til fx fysisk aktivitet og snacks.

16.35 - 16.45 **Opsamling og tak for nu**
Line Munk Damsgaard, ernæringschef, Landbrug & Fødevarer
Arne Astrup, Senior Vice President, Novo Nordisk Fonden



Alliancepartnere i Børnevægt i Balance