



**ENERGI-  
SENTERET**  
for barn og unge

# Fysisk aktivitet og sunne levevaner for barn og unge med psykiske lidinger.

Barn og unge med psykiske lidinger har store vanskar med å oppretthalde Helsedirektoratet sine anbefalningar for fysisk helse. Dårlig fysisk helse og uheldig livsstil gjer ei kortare forventa levetid og auka risiko for livsstilsjukdommar, i tillegg til deira underliggende psykiske tilstand.

## Nytte

Vi har god dokumentasjon på at regelmessig fysisk aktivitet verker både som ein førebyggings- og ein behandlingsstrategi ved enkelte former for psykiske lidinger og problem. Vi ynskjer å implementere fysisk aktivitet og livsstilsendring som ein del av behandling og utgreiing av barn og unge med psykiske lidinger/diagnosar.

## Barn og unge = bevegelse

Ein vil gje gruppebasert og individuelt tilpassa fysisk opplegg. Tilbodet skal utføres av ei tverrfagleg Ressursgruppe.

## Samhandling

Samhandling på tvers av klinikkar (psykiatri, somatikk, habiliterings-tenesta). Det nyoppretta Energisenteret for barn og unge vil være sentrum for behandlinga av unge pasientar med fysiske og psykiske helseproblem.

## Finansiering

Prosjektet er tildelt midlar frå Helse Bergen.

## Kontakt

Paul Joachim Bloch Thorsen,  
seksjonsoverlege Barneposten  
Psykisk helsevern for Barn og unge  
e-post: [pact@ihelse.net](mailto:pact@ihelse.net)  
Telefon 55 97 45 06

Liv Kleve, klinikkdirektør,  
Psykisk helsevern for barn og unge.  
e-post: [liv.kleve@helse-bergen.no](mailto:liv.kleve@helse-bergen.no)  
Telefon 559 74 500

