

**NYA UTBILDNINGEN 2020 ( 5 sidor )**  
**NYHETER**  
**Holistisk Addiction Medicin med**  
**SUGAR certifiering**  
**Distansutbildning, kompetensutveckling**

**OBS.** Du som inte kan eller vill gå hela utbildningen, men önskar ha mer kunskap i din yrkesroll kan gå enbart 4-dagarskursen, se längre fram.

*I år, 2020, blir det 35 år sedan jag kom i kontakt med "Addiction Medicine" i USA och jag har sedan dess behandlat tusentals personer och utbildat hundratals. Hösten 2012 startade jag en distansutbildning för personer som på olika sätt kommer i kontakt med människor drabbade av sockerberoende och/eller som planerar att arbeta med detta i framtiden. År 2020 är det dags att ta det här utbildningsarbetet vidare till nästa steg. Då startar jag en ny, ännu mer omfattande, utbildning.*

**Målgrupp:** Professionella inom hälso -och sjukvård m.fl. yrkesgrupper (läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster, beroendeterapeuter, kostrådgivare, dietister, hälsopedagoger med flera). Eller för dig som vill lära mer. Vi träffas en gång under året för en 4 dagar lång intensivutbildning. Övrig tid sker utbildningen genom webinarer och med handledning i grupp via nätet.

Du som arbetar professionellt med sjukvård och hälsa kan här vidga dina vyer och fördjupa dina kunskaper om kostens och hjärnans centrala roll inom området Addiction Medicine. Du får kunskap om hur du gör en screening, bedömning och kartläggning/diagnostik av addiktionsjukdomen, vilket innehåll en lyckad behandling bör ha och hur du kan hjälpa någon på vägen till tillfrisknande. Jag arbetar utifrån American Association of Addiction Medicine's definition av sjukdomen, se [www.asam.org](http://www.asam.org). Här får du unik kunskap för framtiden och en helhetssyn på beroende. Det kommer att handla mycket om sockerberoende eftersom det oftast är starten på hela beroendeutvecklingskedjan. Socker är en "gateway drug"

**NUMERA ingår certifiering i SUGAR** i utbildningen då det visat sig vara ett ööverträffat instrument vid motiverande samtal för någon med "sockerberoende" och som underlag för behandlingsplanering. **SUGAR**, är ett bedömnings- och framtida diagnosinstrument baserat på ICD 10. **SUGAR-ung** (barn- ungdomar upp till 20 års ålder) kommer i framtiden. Att lära sig skillnaden mellan skadligt bruk (tröstätande, felätande, stressätande) och hjärnsjukdomen sockerberoende är livsviktigt för att kunna ge *rätt behandling*.



**BITTEN JONSSON** Reg. Nurse, Leg.SSK  
 Board of Directors Food Addiction Institute <http://foodaddictioninstitute.org>  
 Faculty member [www.infact.is](http://www.infact.is)

**Och mycket viktigt, som ett terapeutiskt instrument för att motivera till varaktig förändring. Se även mer information om SUGAR.**

### **Följande områden kommer att tas upp:**

Avgiftning från socker och annat = starten på en s k biokemisk reparation, det som kallas NeuroNutrient Therapy i USA. Fallbeskrivningar ingår. NYTT i år är **Ewa Meurk**, expert på insulin, **Birgitta Brunen**, Leg Läk med funktionsmedicinsk inriktning och **Kerstin Uvnäs Moberg** Leg, Läk Prof. Specialist på Oxytocinets roll vid volymberoende/överätande.

**GÄSTFÖRELÄSARE 2020 är Dr Vera Tarman 16/4 och Dr Georgia Ede 16/9**

Kunskap om hjärnan och hjärnans näringsbehov. **Bitten, Ewa Meurk**

Näringslära A- Ö. Vilken kost är bäst för beroendehjärnor? Likheter/skillnader mellan Paleo, LCHF, Keto. Vad, när, för vem?. **Ewa Meurk**

Hyperinsulinemi och insulinresistens, så viktigt att förstå och behandla. Övervikt och diabetes T2, upptäckt och behandling. **Ewa Meurk**

Små sockerbomber, barn och socker/mjöl, 12 stegsprogrammet och andra självhjälpgrupper, **Annica Strandberg**.

Sockerkänslighet kontra beroende (alla beroenden), hur de hör ihop. Addiction Interaction Disorder, en sjukdom, många utlopp, bl. a läkemedelsberoende (Addiction, från latinets addicere = "viljelöst hänge sig åt", "försvära sig åt") **Roger Nilson**,

Addiction, en hjärnsjukdom med många utlopp enl ASAM. [www.asam.org](http://www.asam.org) Återfallsbehandling, återfallsprevention enl Gorski, [www.cenaps.com](http://www.cenaps.com) **Bitten**

Kartläggning/bedömning, screening UNCOPE, ADDIS © / SUGAR©. Sveriges kunnigaste på detta samt om nädroger **Börje Dahl**

Du gör 2 egna SUGAR kartläggningar under året som måste bli godkända, därefter fördjupningskurs och tentamen för att bli certifierad, obligatoriskt. Du gör även 2 egna fall med biokemisk reparation under handledning, valfritt.

Den ortomolekylär- och integrativa funktionsmedicinens roll i framtidens behandlingsmodell. **Bitten, Birgitta Brunen**

Olika uttryckssätt sockerberoendet har, t ex volymberoende, underätande, hetsätande, småätande, oxytocinets roll. **Kerstin Uvnäs Moberg, Bitten**



Konsekvenser av addiktion. [Bitten](#)

Verktygen, som är många. Medveten Andning är första verktyget, andningens roll i våra liv. [Bitten, Anders Olsson](#)

Skammens roll i beroendet och vägen ut. [Bitten Jonsson](#)

Ingredienser i framtidens behandlingsmodell  
Min erfarenhet av vad som fungerar och vad som inte fungerar.  
Med mera, enligt önskemål från deltagarna.  
Huvudansvarig kursledare: [Bitten Jonsson](#)

**Övriga föreläsare:**

[Annica Strandberg](#), Sockerberoende terapeut, special områden, barn-föräldrar och att arbeta med 12 stegs programmet. [www.annicasinspira.com](http://www.annicasinspira.com)

[Ewa Meurk](#), Civilingenjör, Datateknik KTH. Sockerberoende terapeut, SUGAR-certifierad, Näringscoach och funktionsmedicinsk terapeut. Föreläsare, författare och inspiratör inom området metabol hälsa och biokemiska konsekvenser av ett sockerberoende. Driver den funktionsmedicinska kliniken Elitista [www.elitista.se](http://www.elitista.se) samt innovationsföretaget Neozyne Innovation som investerar och utvecklar bolag inom funktionsmedicin ([www.upgrit.se](http://www.upgrit.se), [www.funmed.se](http://www.funmed.se)). Tidigare företagsledare inom IT-branschen. Författare till "Bli din egen hälsoingenjör".

[Roger Nilson](#), Leg, Läk, , Beroendespecialist, tid.ortopedkirurg  
Certifierad Sex Addiction Therapist  
Addiktolog/beroendeterapeut  
Gruppterapeut för enskilda och par  
Författare, föreläsare ( [ingen hemsida](#) )

[Börje Dahl](#), socionom, VD Dahl & Dahl, Specialist missbruks och beroendefrågor. Utbildar i ADDIS och GAMES. Många års erfarenhet av addiction. Mycket insatt i nätdroger [www.dahlochdahl.se](http://www.dahlochdahl.se)

[Anders Olsson](#) har utvecklat konceptet och metoden "medveten andning". Anders är lärare, författare och forskare. [www.medvetenandning.se](http://www.medvetenandning.se)



**BITTEN JONSSON** Reg. Nurse, Leg.SSK  
 Board of Directors Food Addiction Institute <http://foodaddictioninstitute.org>  
 Faculty member [www.infact.is](http://www.infact.is)

**Birgitta Brunos**. Leg,Läk , Specialist Multipel Scleros m fl kroniska sjukdomar. Ortomolekylär medicinare. Specialsit hjärnans biokemi. Författare till boken Går signalen fram, [www.brunos.se](http://www.brunos.se)

**Kerstin Uvnäs Moberg** Leg läk, professor, ledande forskare på oxytocin, föreläser om oxytocinets roll vid överätande dvs Volym beroendet, Författare till flera böcker bl. Närhetens hormon [www.kerstinuvnasmoberg.se](http://www.kerstinuvnasmoberg.se)

**Vera Tarman ( engelska ) MD**, författare till boken "Food Junkies". Föreläser om Biology of Addiction and Med's for obesity, hormones. Arbetar med behandling på Renascent, Toronto, Kanada.

**Georgia Ede, MD Psykiatriker**, arbetar med keto kost som behandling vid neuropsykiatriska störningar, fantastisk kompetens om kosten påverkar hjärnan. [www.diagnosisdiet.com](http://www.diagnosisdiet.com)

UTBILDNINGEN 2020:

**START, 4 dagarskurs:** 24-27 mars 2020 i Hudiksvall, **obligatoriskt**.

**Pris:** 39 000:- ex moms utöver detta tillkommer kurslitteratur. avbetalningsplan finns.

**Enbart 4-dagarskursen**, mars 2019, pris 12 000:- ex moms

**Enbart SUGAR certifiering** , se separat information om SUGAR

**Referenser :**

Annica Strandberg, beroendeterapeut, spec. Barn-föräldrar , 073-052 70 67

Sanna Åbonde, sockerberoendeterapeut, 070-771 26 77

Jessica Eibladh, beroendeterapeut. ADDIS/SUGAR certifierad 070-999 88 95

Cristina Krügnell, beroendeterapeut, ADDIS/SUGAR certifierad, 070-781 14 28

David Wolfe, Dietist, foodaddiction counselor ( engelska )

[www.triggerfreenutrition.com](http://www.triggerfreenutrition.com)

Judy Wolfe, Food addiction counselor, ( engelska )

[judywolfefacoach@gmail.com](mailto:judywolfefacoach@gmail.com)

**Hör av dig om du undrar över något ☺**  
**Välkommen att skicka in din anmälan se bif.**  
**Varmt välkommen till framtidens behandling**  
**Bitten**

**PS.** Har du inte läst nya boken "Sockerbomben 3.0 ( utkom sept 2016)  
[www.bladhbybladh.se](http://www.bladhbybladh.se), så gör det! Där finns mycket ny kunskap att hämta samt  
 Sockerfria kokboken, på samma förslag, av mig och Pia Nordström, utkom mars 2018.



BITTENS ADDICTION,  
 Cell. +46 (0)70 643 73 73

[bitten.jonsson@bittensaddiction.com](mailto:bitten.jonsson@bittensaddiction.com) [www.bittensaddiction.com](http://www.bittensaddiction.com)

**BITTEN JONSSON Reg. Nurse, Leg.SSK**  
Board of Directors Food Addiction Institute <http://foodaddictioninstitute.org>  
Faculty member [www.infact.is](http://www.infact.is)

**Referenser:**

Bitten Jonsson är en fantastisk inspiratör. Hon har en enorm kunskap inom & runt beroendesjukdomen, bl.a hur hjärnan/kroppen fungerar, de olika utloppen, återfallsprevention och mycket mer, jag är väldigt tacksam över att jag har fått chansen att lära av all Bittens och de andra lärarnas kunskap! De delar alla generöst & ödmjukt med sig.

För dig som söker en gedigen utbildning som ger dig inspiration till en ny väg i ditt yrkesliv eller kanske bara svar på dina egna frågetecken, eller både och. Ta chansen! Sanna Åbonde [www.recoverycoachen.com](http://www.recoverycoachen.com)

Näsviken januari 2020



BITTENS ADDICTION,  
Cell. +46 (0)70 643 73 73  
[bitten.jonsson@bittensaddiction.com](mailto:bitten.jonsson@bittensaddiction.com) [www.bittensaddiction.com](http://www.bittensaddiction.com)