

Gå fem, betala för fyra! 

VÅRDFORUM

Läkarsekreterare | Medicinska sekreterare | Vårdadministratörer



Göteborg 13-14 april, Malmö 28-29 april, Stockholm 4-5 maj

Missa inte

Early bird-rabatt:
1000 kronor rabatt*
om du bokar senast
13 februari

Är du redo för vårens viktigaste konferens?

Välkommen till årets forum för medicinska sekreterare, vårdadministratörer och läkarsekreterare! Din roll i vården är **ovärderlig** – och just därför är detta forum skapat för dig. Här möts kunskap, inspiration och gemenskap i en miljö som lyfter fram både din kompetens och din vardag.

Förra årets forum blev en succé med toppbetyget **4,7 av 5** och hela 96 % av deltagarna som tyckte konferensen var mycket bra. Det är ett förtroende vi är både stolta och tacksamma för – och i år vill vi ge dig en ännu starkare upplevelse.

Programmet för våren är framtaget utifrån deltagarnas önskemål och speglar de frågor och utmaningar som du möter i din yrkesroll. Du får ta del av aktuella ämnen, inspirerande föreläsningar och **konkreta verktyg** att ta med dig hem till din arbetsplats.

Men forumet handlar inte bara om föreläsningar – det är också en **mötesplats**. Här får du möjlighet att träffa kollegor från hela landet, utbyta erfarenheter, knyta nya kontakter och ladda energi under luncher, fikapauser och vårt uppskattade mingel.

Det här är platsen för dig som vill växa i din roll, hitta **inspiration** och vara en del av ett starkt yrkesnätverk. Vi ser fram emot att möta dig på årets viktigaste forum!

UR PROGRAMMET

Maxa din arbetsmiljö

Hur blir jag hackad?

Sätt konstruktiva mål

Våga sitta lite fult

Arbeta säkert på distans

Resiliens & motivation

“Jag har inget att dölja”



Tommy Wilén

Våga sitta lite fult!



David Jacoby

Kod, kaos och kontroll



Maria Farm

Hitta peppen i motiga tider

Tidigare deltagare om konferenserna

“

Önskar att jag kunde få gå på detta varje år. Det var min första gång och jag uppskattade dagarna väldigt mycket!



“

De bästa dagarna jag varit på hittills. Mycket bra föreläsare och fantastiskt god mat!



“

Tycker att allt var väldigt bra, över förväntan. Blev upprymd och glad efter dessa dagar!



Ta del av programmet!

08:30 Registrering med kaffe

09:00 **VÅGA SITTA LITE FULT!**

Hur skapar man en långsiktigt hållbar och hälsosam arbetsmiljö? Den här föreläsningen presenterar tre centrala principer för att bygga en arbetsplats som främjar både välbefinnande och produktivitet.

10:00 *Förmiddagsfika*

10:30 **FORTS. TOMMY WILÉN**

Med fokus på praktiska lösningar och enkel men effektiv ergonomi kommer du få verktyg för att optimera både arbetsmiljön och arbetsdagen. Tommy visar hur små förändringar kan göra en stor skillnad och ger konkreta tips för att skapa en arbetsplats som är hållbar för kroppen och stärker en positiv arbetskultur.

12:00 **Gemensam lunch**

13:30 **KOD, KAOS och KONTROLL**

Hur tänker en hacker – och vad kan vi lära oss av det? David bjuder på en ögonöppnande föreläsning om hackerkultur, hur dagens attacker faktiskt går till, mänskliga misstag och hur vi kan tänka som hackare för att bli säkrare i en digital värld.

14:30 *Eftermiddagsfika*

15:00 **FORTS. DAVID JACOBY**

Med humor, livehack och skarpa insikter visar David Jacoby hur vi skyddar oss i en värld där människan ofta är den svagaste länken – och varför framtidens säkerhet kräver kreativt tänkande.

16:30 **Dagen avslutas med mingel**

Tommy Wilén

Leg. naprapat och föreläsare



Tommy Wilén är naprapat och föreläser om både fysisk och psykisk arbetsmiljö, ergonomi, livsbalans och aktivitets-baserade arbetssätt. Han är författare till boken "Våga sitta lite fult" och erbjuder nya perspektiv på hur variation och individanpassning stärker vår hälsa och produktivitet. Han kommer att visa på hur små, praktiska förändringar kan skapa långsiktigt hållbara arbetsplatser och ge oss konkreta tips för att förbättra ergonomi och arbetskultur.

Tommy kombinerar humor, vetenskap och tydliga exempel för att göra arbetsmiljöfrågor både engagerande och lätt-tillgängliga.

David Jacoby

Hackare och IT-säkerhetsexpert m.m.



David Jacoby är en av Sveriges mest välkända etiska hackare och cybersäkerhetsexperter med över tre decenniers erfarenhet av professionell hacking. Han är Chief Strategy Officer på Syndis, grundare av flera säkerhetsbolag och en prisad internationell föreläsare som gjort sig känd för sin förmåga att göra IT-säkerhet begriplig, rolig och relevant.

I sin föreläsning tar David med publiken på en fascinerande resa genom hackerkulturens historia – från 70-talets pionjärer till dagens etiska hackare – och visar hur nyfikna problemlösare blivit ovärderliga i kampen för ett säkrare digitalt samhälle. Genom demo-drivna exempel, livehack och mycket humor visar han hur de största riskerna sällan handlar om teknik, utan om människor och processer.

Du får konkreta insikter, praktiska tips och en ny förståelse för hur angripare tänker – och varför vi alla tjänar på att våga tänka lite mer som en hacker.



Maria Farm

Psykolog, psykoterapeut och inspiratör

Maria Farm är leg. psykolog och psykoterapeut med över 20 års erfarenhet av att hjälpa människor hantera stress, oro och motgångar. Hon är en uppskattad föreläsare och författare, känd för sin varma humor, tydliga strategi och förmåga att göra komplex psykologi både praktisk och inspirerande. Känd från bland annat SVT:s Gift vid första ögonkastet och TV4:s nyhetsmorgon.

Dagens upplägg

På Vårdforum 2026 tar **Maria** med er på en föreläsning fylld med konkreta verktyg för att hitta motivationen i motiga tider. Hon visar hur man sätter och når konstruktiva mål, bemästrar rädslor och hur man håller peppen uppe även när vardagen känns tung. En energigivande och insiktsfull heldagsföreläsning som ger både nya perspektiv och praktiska strategier att ta med tillbaka till jobbet och livet.

Upplev en workshop där teori, prat och presentation varvas med praktiska övningar - både i storgrupp och i mindre bikupor - så att alla får möjlighet att delta och diskutera. Maria kommer ha ett särskilt fokus på kvinnors situation i både privatliv och arbetsliv, och hon kommer att dela med sig av insikter som både inspirerar och väcker reflektion.

Visste du att...

...du nu också kan delta på vårdforum via Teams!



Konferensen den 13–14 april i Göteborg sänds även digitalt via Teams. Du som inte kan vara på plats har möjlighet att följa hela programmet live, ta del av föreläsningarna och delta i diskussionerna direkt från din dator.

DAG 2

SCHEMA

Registrering med kaffe 08:30

HITTA PEPPEN I MOTIGA TIDER 09:00

I en snabbt föränderlig värld behöver vi hitta vår egen kraft att vilja och orka. Vad händer när motivationen sviktar, och hur väcker vi gnistan igen? Genom att förstå våra inre drivkrafter kan vi bygga hållbar energi – både i arbetslivet och privat.

Förmiddagsfika 10:00

FORTS. MARIA FARM 10:30

Motstånd är en naturlig del av förändring – både vårt eget och andras. Hur kan vi hantera det utan att fastna i frustration eller uppgivenhet? Med rätt verktyg går det att möta svåra samtal, oro och konflikter med tydlighet och empati. När vi vågar möta motståndet växer vi, och skapar utrymme för verklig utveckling.

Gemensam lunch 12:00

FORTS. MARIA FARM 13:00
med avbrott för bensträckare och frukt

Att nå framåt handlar inte bara om att sätta mål, utan om att stå stadigt längs vägen. Genom att formulera konstruktiva mål, bygga mental styrka och stärka vår resiliens kan vi hantera press, återhämta oss snabbare och behålla riktningen – även när det blåser som mest.

Konferensen avslutas 15:00

VÅRDFORUM

Läkarsekreterare | Medicinska sekreterare | Vårdadministratörer



Missa inte

Grupprabatt:
Gå fem personer,
betala för fyra!

ANMÄL DIG REDAN IDAG

GÖTEBORG
13-14 april

MALMÖ
28-29 april



STOCKHOLM
4-5 maj

www.vardforum.se

KONTAKTUPPGIFTER

- ☎ 010 - 130 14 69
- ✉ vardforum@prospector.nu
- 🌐 www.vardforum.se

KONFERENSORTER

- 13-14 april, Göteborg**
Jacy'z Hotel & Resort, Drakegatan 10, 412 50
- 28-29 april, Malmö**
Elite Plaza Hotel, Gustav Adolfs torg 49, 201 80
- 4-5 maj, Stockholm**
Clarion Hotel Stockholm, Ringvägen 98, 118 60

VILLKOR

Hotell

Vid behov av övernattningsrekommenderar vi att hotellrum bokas i god tid då flera konferenser och mässor kan pågå samtidigt. *OBS! I Göteborg och Stockholm ingår Spa till de som väljer att boka boende på konferenshotellet.*

Betalning

Betalning sker mot faktura, 30 dagar netto. Vi anlitar Fortnox för fakturering. Anmälan är bindande men kan överlåtas till annan person. Samtliga priser anges exklusive moms.

Avbokning

Fri avbokning kan ske fram till sex veckor före konferensens start. Vid senare avbokning återbetalas inte avgiften. Platsen kan dock överlåtas till en ersättare.

GDPR

Information om behandling av personuppgifter finns i vår GDPR-policy:
<https://www.prospector.nu/om-oss/gdpr>

PRISER	Kombo**	Early bird*	Ord. pris
Två dagar	5 480 kr BEST PRICE	6 850 kr	7 850 kr
En dag	4 080 kr	5 100 kr	5 600 kr
Digital konferens	-	2 650 kr	2 900 kr
I priset ingår • lunch, kaffe & frukt • dokumentation Specialkost ska meddelas vid anmälan eller via mail.			
Grupprabatt Gå fem, betala för fyra!			
*Early bird-rabatt Boka innan 13 feb och få 1000 kr rabatt vid 2-dagars konferens, 500 kr rabatt vid 1-dags konferens.			
** Grupprabatt i kombination med Early bird priser.			

Kontakta oss om du inte fått bekräftelse på din bokning inom fem dagar.

FÖLJ OSS PÅ SOCIALA MEDIER



@vardforum



@lakarsekreterarforum



@vardforum

Vårdforum arrangeras av

prospector

i samarbete med

KompetensGruppen

