



Inspirationsföreläsning:

Förebygga ohälsa eller främja välbefinnande?

Fritidsperspektiv på folkhälsoarbetet

”Att ha roligt är en grundläggande förutsättning för hälsan” skrev Folkhälsoenheten vid City of Toronto i en officiell rapport 1991.

Att stimulera människor till att ha roligt är en dimension av folkhälsoarbetet som inte uppmärksammat tillräckligt. Att bekämpa kända riskfaktorer har prioriterats.

Modern fritidsvetenskaplig forskning (leisure science) har visat att en aktiv fritid skapar både bättre hälsa och välbefinnande. Den utgör en verksam buffert mot stress och utbränning. En aktiv fritid är lika viktig för vårt socio-kulturella immunförsvar som de vita blodkropparna är vårt biologiska. Vi bör därför lägga inte bara ett medicinskt utan även ett fritidsperspektiv på folkhälsoarbetet.

I denna föreläsning tar vi bl.a. upp:

- skillnaden mellan hälsa och välbefinnande
- när har vi roligt?
- livskvalitet och välbefinnande – vad är det?
- vilka grupper behöver stimuleras till att ha roligt – föreningsfolk eller föreningslösa?
- vilka politiska konsekvenser får detta synsätt?
- hur skall arbetsfördelningen se ut mellan t.ex. kommunala folkhälsoenheter och ”kultur och fritid”?

En föreläsning förändrar sällan världen. Vi ser därför gärna att denna föreläsning kan fortsätta i ett konkret förändringsarbete. Vi ställer upp som stödpersoner i ett sådant.

Målgrupp: Kommunstyrelsen, politiker och personal inom äldreomsorg och Kultur och fritid (motsvarande), aktiva i pensionärsorganisationer.

Föreläsare: Hans-Erik Olson, fil.dr. och fritidsvetare.

Kostnad: Beror på omfattning och uppläggning. Vi har ett konkret förslag till uppläggning. Kontakta oss för diskussion. Material till alla deltagare ingår.

Fritidsvetarna

Fritidsvetarna är ett kunskapsföretag kring livskvalitet och välbefinnande. Vi hjälper företag, förvaltningar och organisationer att skapa goda, sunda och harmoniska människor - i organisationen och i samhället.

Vi utvärderar och analyserar verksamheten, kompetenshöjer personal och förtroendevalda samt stöder utvecklingsarbete. Vår verksamhet grundar sig på vetenskaplig teori och empiri – ett bra sätt att nå kvalitet.

Läs mer och besök **Fritidsvetenskaplig bokhandel** på www.fritidsvetarna.com

2011-05-09

Institutet för Fritidsvetenskapliga Studier/Fritidsvetarna

Postadress - Stockholm: Karlbergsvägen 86 B
S - 113 35 Stockholm. Tel/fax: +46 (0)8 - 15 25 65, mobil: 070 - 728 75 65
Plusgiro: 468 90 88-5, Bankgiro: 5852 – 2780
E-post: institutet@fritidsvetarna.com

Postadress - Helsingfors: Tavastvägen 153-29
Fi - 00560 Helsingfors. Mobil: +358 (0)44 201 9050
Nordea: 18 20 30 - 20 578
www.fritidsvetarna.com