

## Välkommen till Hälsovetardagarna 2018

Äntligen är det dags igen! HälsoAkademikerna i samarbete med Svensk Förening för Folkhälsoarbete (SFFF) samt Nykterhetsrörelsens bildningsverksamhet (NBV) bjuder in till, inte bara en utan, två inspirerande dagar 22-23 mars 2018 i Uppsala!

Under årets hälsovetardagar kommer du få chans att göra en djupdykning i vilken roll civilsamhället har för jämlikare hälsa som också är temat för dagarna. Idag finns det stora skillnader i hälsa mellan olika samhällsgrupper och målet för välfärdspolitiken är att minska på klyftorna. Du har därför möjlighet att få lyssna till föreläsare som representerar flera olika organisationer som ständigt utvecklar och främjar kunskapsöverbryggande arbetssätt för att förbättra folkhälsan. Föreläsningarna kommer ha både bredd och djup. Det kommer vara allt från politiska perspektiv på samhällsnivå till konkreta exempel på lokala aktiviteter, allt med fokus på jämlik hälsa och civilsamhällets roll.

Först ut som föreläsare kring årets tema är vi glada att få presentera förbundsordförande i SFFF, Jan Linde som är sakkunnig i politik, alkohol – och drogfrågor, om civilsamhället, föreläsare och kursledare i "Folkhälsa är politik", snart också i "Civilsamhällets roll för jämlikare hälsa". Vidare har vi Margareta Kristensson som är professor i socialmedicin och folkhälsovetenskap vid Linköpings universitet, tidigare kom-

missionär i kommissionen för jämlik hälsa, f.d. ordförande i Östgöta kommissionen samt nationell koordinatör för det svenska WHO-nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård.

Programmet är under framtagande och beräknas vara färdigt i början av januari. Inbjudan kommer att skickas via e-post, då kommer även fler föreläsare att presenteras. Skicka in er intresseanmälan så snart som möjligt då antalet platser är begränsat.

Under dagarna har du chans att knyta viktiga kontakter samt utbyta kunskap och erfarenhet med andra hälsovetare! Ta chansen att nätverka! Vem vet, det kanske kan leda till gynnsamma samarbeten i framtiden.

### Intresseanmälan

Skicka din intresseanmälan till [halsovetar-dagen@halsoakademikerna.se](mailto:halsovetar-dagen@halsoakademikerna.se)

Intresseanmälan är ej bindande men garanterar dig en plats när vi börjar skicka ut inbjudan i januari.

### Varmt välkommen med din intresseanmälan!

#### När:

22-23 mars 2018

#### Preliminära tider:

Dag 1: kl. 10-21 (inkl middag)

Dag 2: kl. 9-15

#### Plats:

NBV, Bangårdsgatan 13, Uppsala

#### Pris – två dagar:

Medlem i HälsoAkademikerna eller

medlem i SFFF: 1.895 kr

Inte medlem: 2.195 kr

Studentmedlem: 895 kr

Student, inte medlem: 995 kr

I priset ingår även fika, lunch och middag.

#### Pris – en dag:

Medlem: 995 kr exkl. middag

Inte medlem: 1.095 kr exkl. middag

Middag: 395 kr

## Ordföranden har ordet...

I november hade styrelsen internat i Karlstad på Idrottens hus, där vi satte verksamhetsplanen för 2018.

Skolan kommer vara ett fokusområde från och med 2018. Det finns tydliga behov i skolan av kompetens om hälsofrämjande arbetssätt. Både i elevhälsovårdsteam, i personalarbetet och inte minst i utvecklandet av rörelserikedom under hela skoldagen. Jobbar du med eller inom skolan i någon form så hör gärna av dig till styrelsen och bidra till en positiv utveckling.

Det är som bekant valår 2018 och det kommer styrelsen att ha ett fokus på. Två projekt vi beslutat om är dels ett informationsmaterial som ska skickas till partiernas ansvariga för de frågor som berör våra medlemmars kompetensområden och dels kommer vi skicka en enkät till partierna kopplat till deras partiprogram inför valet.

Hälsovetardagen har blivit två hälsovetardagar och vi har utvecklat konceptet i samarbete med Svensk Förening För Folkhälsoarbete (SFFF) och Nykterhetsrörelsens Bildningsverksamhet (NBV). Det känns väldigt spännande att inleda ett tätare samarbete framför allt med SFFF som är en förening vi har mycket gemensamt med. Projektgruppen består bland annat av, precis som förra året, tre medlemmar i HälsoAkademikerna.

Önskar er alla en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!

Andreas Lövdahl

## Rapport

# SVEBI-konferens i Halmstad



Ytterligare en konferens under hösten, 22-23 november. Denna gång under namnet Nordic Sport Science Conference. På Högskolan i Halmstad, såväl som i Umeå, är det viktigt för oss i HälsoAkademikerna att synas, knyta kontakter, lyssna in det senaste inom forskningen. Denna träff var i sig då ännu mer intressant för oss och våra medlemmar.

Rubriken var nämligen *The Double-Edge Sword of Sport: Health Promotion Versus Unhealthy Environments*. I den svenska översättningen "Idrott i spänningsfältet mellan hälsa och ohälsa". Det är angeläget att se att Aaron Antonovskys teorier kring salutogenes finns med. Han menade att det är viktigare att fokusera på vad som orsakar hälsa (salutogenes) än vad som orsakar sjukdom (patogenes). Det intressanta, enligt Antonovsky, är hur man får igång en rörelse mot den positiva polen i dimensionen hälsa-ohälsa. Kring föreläsare och forskare i Halmstad så fanns utgångspunkter både från hälsa och ohälsa. Inom idrotten så görs mesta delen av forskningen kring fysiska, mentala och sociala delar kring skador och rehabilitering och hur man förebygger skador etc. Men också då forskning kring samma områden på "den friska sidan".

Ett nyckelord i Halmstad var "collaboration". Konferensen skapades i "samarbete" mellan olika föreningar förutom SVEBI och Halmstad Högskola.

Just samarbete mellan tänkandet kring hälsa och ohälsa borde skapa bra förutsättningar, inte minst inom idrotten, där olika kompetenser, bland annat hälsovetarens, kan tas till vara på bättre sätt. Antonovsky påpekade ju också just detta att salutogenes och patogenes är inga dikotoma begrepp, utan komplementära synsätt.

Sammanfattningsvis en mycket givande och tänkvärd konferens med höga poäng till arrangörerna med Urban Jonsson i spetsen

**SVEBI – Svensk Förening för Beteende- och Samhällsvetenskaplig Idrottsforskning**, som bildades 1975, är en intresseförening för forskning och utbildning inom idrotten.

Föreningen verkar för goda forskningsmöjligheter och skapa kontakt mellan forskare på det beteende- och samhällsvetenskapliga området samt informera inåt och utåt om aktuell forskning på området.

Man upprätthåller kontakter med idrottens organisationer och andra väsentliga organ samt verkar för utbildning inom området och att verka för internationella kontakter inom forskning och utbildning.

SVEBI välkomnar Dig som medlem – teoretiker eller praktiker, forskare, studerande, aktiv, förtroendevald eller ideellt arbetande – om du är intresserad av att verka för att stärka kunskapsutvecklingen inom idrotten.

**SIFP – Svensk Idrottspsykologisk Förening**, bildades i november 2000 och är en intresseförening för Svensk Idrottspsykologi .

SIFPs arbetar bland annat för och med att som en nätverkskapande kraft och samtalspartner till de organisationer som har intresse av att det idrottspsykologiska området stärks i Sverige samt verka för ett ökat samarbete över ämnes- och områdesgränserna.

Vidare att förbättra möjligheterna att bedriva idrottspsykologisk forskning och förbättrat kunskapsutbyte mellan de som forskar respektive arbetar tillämpat.

Man är även en resurs för media, specialförbund och andra i behov av idrottspsykologisk information och kunskap.

*Leif Gustafsson & Andreas Lövdahl*

## Engagera dig

### Vill du vara med på en spännande resa för dig själv och vår bransch?

Då ska du ta chansen att engagera dig i föreningens arbete!

Den 22 mars 2018 i samband med Hälsovetardagarna har vi föreningens stämma då vi ska tillsätta en ny styrelse för de kommande två åren. Genom arbete i styrelsen får du möjlighet att arbeta för hälsovetarbranschens utveckling och om du har en hjärtefråga så har du alla möjligheter att driva den genom HälsoAkademikerna.

Skicka din intresseanmälan till [styrelsen@halsoakademikerna.se](mailto:styrelsen@halsoakademikerna.se) så kontaktas du av valberedningen som tillsammans med styrelsen kan berätta mer om föreningens verksamhet.

## Kallelse

### Föreningsstämma 22 mars 2018 i Uppsala

Stämman hålls under Hälsovetardagarna. Handlingar delas ut på mötet. Motioner ska ha inkommit skriftligt till styrelsen@halsoakademikerna.se senast den 8 mars.

## Nominera

### Hedersmedlem

En hedersmedlem är en person med akademisk utbildning som har stärkt hälsovetarnas roll i samhället, antingen på arbetsmarknaden eller genom forskning. Personen behöver inte vara medlem i HälsoAkademikerna.

Priset delas ut på Hälsovetardagen 22 mars 2018. Personen blir även hedersmedlem i HälsoAkademikerna. Skicka nominering till [styrelsen@halsoakademikerna.se](mailto:styrelsen@halsoakademikerna.se)



## Change the game

För andra året besökte vi Umeå och arrangemanget kring barn- och ungdomsidrott *Change the game*. Denna gång var det två dagar och första dagen var det en konferens som gick under namnet *pep talk för professionals* med föreläsare av hög rang, främst kring physical literacy eller rörelserikedom som man valt att använda på svenska.

De kända namnen, Dr Dean Kriellaars från Kanada och Dr Nalda Wainwright från Wales gav en bild av både hur minskningen av den fysiska aktiviteten medför stora problem i samhället redan nu och ännu mer för kommande generationer, men de hade också idéer och förslag kring hur man kan hitta lösningar.

Enligt Dean så har den fysiska aktiviteten minskat drastiskt i Kanada och övriga västvärlden följer efter. Detta medför en tydlig ökning av sjukdomar, främst då diabetes typ 2. Efter 10 års implementering kring detta i Kanada på olika nivåer så menar han att det behövs ett ökat samarbete mellan politiker, kommuner, idrottsrörelsen för att få en förändring tillstånd.

Naldas forskning kring rörelserikedom kopplas till att utveckla hälsa och välbefinnande och arbetar för att den ska integreras i den walesiska läroplanen.

Andra dagen är den stora dagen för aktivitet, inte mindre än 22 föreningar och förbund i och kring Umeå erbjuder prova-på aktiviteter för barn och ungdomar. Bland annat fanns det en övningsbana för 7-12-åringar under benämningen *Stjärnjakten* där man fick testa sina gränser under cirka 20 minuter i banor med olika svårighetsgrader.

Nytt för i år var att lokaltidningen Västerbottens-Kuriren ordnade träning för barn och föräldrar under benämningen *VZs familjepass*.

Sedan fanns också som nämnts ett stort utbud av prova-på aktiviteter från idrottsföreningarna, allt från stora boll- och lagsporter till mindre idrotter. På plats fanns även representanter från Svenska Parasporthörsbundet.

I Pep-talk-hörnan fanns det möjligheter för besökare att lyssna på kortare föreläsningar och paneldebatter och ställa frågor till experter från Umeå Universitet och övriga föreläsare. Förutom Dean och Nalda föreläste PG Fahlström från Linnéuniversitet i Växjö under rubriken *En god utvecklingsmiljö skapar både stjärnor och gynnar folkhälsan*. En erkänt duktig föreläsare och forskare kring bland annat coaching och begreppet "talang" inom idrotten. Susanne Wolmesjö från Bosöns folkhögskola i Stockholm föreläste under rubriken *Trukturer som peppar barn till ett aktivt liv*. Med magisterexamina i barn- och ungdomars hälsa och pedagogik gav hon bland annat tips på hur man får barn med speciella utmaningar att tycka det är kul att röra på sig och bli rörelserik.

Denna aktivitet startades 2014 och för HälsoAkademikernas del är det viktigt att delta för att ta del av senaste forskningen, men också att återverka på alla nivåer i samhället för att skapa förutsättningar för våra medlemmar att kunna jobba med dessa frågor exempelvis i skolan eller idrottsrörelsen.

Leif Gustafsson

## Rörelserikedom

Physical literacy är inget nytt begrepp men har populariserats den senaste tiden genom att det är fundamentet i den kanadensiska idrottsmodellen Long-Term Athlete Development (LTAD). LTAD är förlagan till den nya svenska idrottsmodellen där vi ska gå från triangel till rektangel, vilket är en viktig del av idrottens Strategi 2025.

Ett stort antal myndigheter och organisationer i Kanada och USA, samt Wales, Australien och Nya Zeeland har antagit physical literacy och integrerat det i politiska policies och strategiska planer.

"Physical literacy är motivation, självförtroende, fysisk kompetens, kunskap och förståelse att värdera och ta ansvar för deltagande i fysisk aktivitet hela livet." (*International Physical Literacy Association – IPLA*)

Hela begreppets syfte är att beskriva hur vi skapar förutsättningarna för aktivt deltagande i fysiska aktiviteter under hela livet, från vaggan till grav.

I Sverige har man valt att översätta det till rörelserikedom.

Literacy betyder ungefär att kunna läsa, skriva, förstå, osv dvs "läs-/skrivförståelse". Det är ju något som är fullständigt självklart att prioritera högst på både den politiska agendan och den privata för tex sina egna barn. Med de tydliga varningstecknen om stillasittande barn (och vuxna) så är det många (däribland jag) som menar att Physical literacy (rörelserikedom) bör prioriteras lika högt om till och med inte högre. Att vara rörelserik ger inte endast en fysiskt fungerande kropp, utan forskningen är tydlig med hur även vår hjärna, koncentrationsförmåga, med mera, påverkas positivt av fysisk aktivitet.

För att enkelt förklara rörelserikedom så kan man fortsätta jämförelsen med läs-/skrivförståelse.

Man lär sig först i unga år alfabetets bokstäver som man sen använder för att bilda ord som i sin tur används för att bilda meningar. Meningar blir berättelser som sedan kan tolkas, diskuteras och upplevas. ABC – ord – meningar – berättelser

Rörelserikedom börjar i de tidiga åren med att lära sig åla, krypa, stå, gå, springa, och så vidare. Nästa steg är att utveckla det till mer sammansatta rörelser som att tex hoppa, klättra, slå kullerbytta. Dessa utvecklas till sekvenser där man kombinerar de olika färdigheterna. I förlängningen kan man utveckla avancerade, komplexa rörelser som exempelvis idrottsaktioner.

Krypa – gå – kombinerade rörelser – idrottsaktioner

Förutsättningen är, precis som med att läsa/skriva, att man fortsätter att öva. Delta i lek, varierade aktiviteter, flera idrotter så långt upp i åldern som möjligt.

Kom ihåg! Rörelserikedom är inte något man bara kan utveckla som barn. Även vuxna kan utvecklas och bli rörelserika. Det är aldrig försent att börja röra på sig!

Andreas Lövdahl



# Styrelsens planerings- dagar i Karlstad

På styrelsens höstmöte arbetade vi bland annat med verksamhetsplan och budget för 2018.

I år valde styrelsen att förlägga dessa dagar till Karlstad och Idrottens Hus, Värmlands idrottsförbund. I samband med dessa dagar besökte vi även Karlstad Universitet och träffade elever och lärare. Idrotten är en viktig partner i civilsamhället som har en stor inverkan på folkhälsa i Sverige. Vi träffade bland annat Per Dalebjer som är verksamhetschef och diskuterade *Idrotten*

2025 som är ett enormt utvecklingsarbete inom Svensk Idrott. Denna arena är en självklar och stor arbetsplats för Hälsoakademikernas medlemmar och kompetens.

Styrelsen kommer fortsätta att lägga ut möten där vi kan träffa intressant verksamheter. Är ni intresserade av att vi kommer och besöker er ort eller skola hör gärna av er.

Magnus Lindström



Akademikernas  
a-kassa

[www.aea.se](http://www.aea.se)

**Löneenkäten  
fortfarande  
öppen!**

Det lönar sig  
att svara.  
**Ditt svar behövs!**  
[srat.se/loneenkaten2017](http://srat.se/loneenkaten2017)



## Hur vill du att vi ska kommunicera med dig?

En enkät skickades ut via e-post till samtliga studerandemedlemmar i SRAT under mitten av november. En av frågorna handlar om hur du vill ha information från ditt fackförbund eller yrkesförening. Vill du ha informationen via facebook, e-post, SRAT-informationen, Hälsan eller SRATs och HälsoAkademikernas webbplats? Eller skulle du föredra att få informationen via ett elektroniskt nyhetsbrev på e-post? Vad föredrar du?

Vi vill givetvis veta hur alla våra medlemmar vill kommunicera, studerandemedlemmar som yrkesverksamma. Hur vill du kommunicera med oss i styrelsen? Lämna din åsikt till [karin.daneli@halsoakademikerna.se](mailto:karin.daneli@halsoakademikerna.se)



**Karriärstöd**  
[www.srat.se/karriar](http://www.srat.se/karriar)

Anmäl din e-postadress på  
**MIN SIDA på [srat.se](http://srat.se)**

HälsoAkademikerna finns  
på LinkedIn & Facebook!



Yrkesföreningen för akademiker inom  
idrott, friskvård, hälsa och folkhälsa

#### ORDFÖRANDE

Andreas Lövdahl  
Stockholm  
[ordforande@halsoakademikerna.se](mailto:ordforande@halsoakademikerna.se)

#### LEDAMÖTER

Daniel Ainestrand  
Kiruna  
[daniel.ainestrand@halsoakademikerna.se](mailto:daniel.ainestrand@halsoakademikerna.se)

Amanda Backlund  
Västerås  
[amanda.backlund@halsoakademikerna.se](mailto:amanda.backlund@halsoakademikerna.se)

Leif Gustafsson  
Vänersborg  
[leif@halsoakademikerna.se](mailto:leif@halsoakademikerna.se)

Karin Daneli  
Göteborg  
[karin.daneli@halsoakademikerna.se](mailto:karin.daneli@halsoakademikerna.se)

Magnus Lindström  
Arvika  
[magnus.lindstrom@halsoakademikerna.se](mailto:magnus.lindstrom@halsoakademikerna.se)

Agneta Mattiasson  
Göteborg  
[agneta.mattiasson@halsoakademikerna.se](mailto:agneta.mattiasson@halsoakademikerna.se)

HEMSIDA  
[www.halsoakademikerna.se](http://www.halsoakademikerna.se)

Ansvariga förhandlare SRAT  
Maria Yngvesson  
08-4424461  
[maria.yngvesson@srat.se](mailto:maria.yngvesson@srat.se)

Mia Axelsson  
08-4424476  
[mia.axelsson@srat.se](mailto:mia.axelsson@srat.se)

SRATs KANSLI  
SRAT  
Box 1419  
111 84 STOCKHOLM  
[kansli@srat.se](mailto:kansli@srat.se)  
[www.srat.se](http://www.srat.se)

#### KONTAKTA HÄLSOAKADEMIKERNA

**SRAT**