

UTVÄRDERINGS-
RINGEN



Välkommen till

ERFARENHETSKONFERENS 2024

Tema: Kultur och fritid

– Samhällets byggstenar för god hälsa

1 – 2 februari 2024

VÄLKOMMEN!

Nu är det möjligt att anmäla sig till den årliga Erfarenhetskonferensen inom kultur och fritidsfrågor. Temat för året är **Kultur och fritid – Samhällets byggstenar för god hälsa**.

Varmt välkommen till en inspirerande och lärorik dag där du också ges möjlighet att utbyta erfarenheter med dina kollegor runt om i landet!

När: 1 – 2 februari 2024

Var: Stora Hörsalen i Garnisonen konferens
Karlavägen 100, Stockholm



SUSANNE
LINDQVIST

Arrangör
Verksamhetschef
sanna@utvarderingsringen.se



GABRIELLA
LINDQVIST

Arrangör
Beteendevetare med
inriktning socialt hållbar
sammansamling
gabriella@utvarderingsringen.se



CAMILLA
HAGMAN

Moderator

PROGRAM

- 1 FEB: 11.00** Incheckning och lunch som bokas i anmälan
- 12.15 Inledning
- ca 12.25 Kulturens betydelse för hjärnans hälsa
- 13.30 Ny forskning om fysisk aktivitet
- FIKA 14.15–14.30
- 14.30 Kultur för en bättre hälsa
- 15.15 Vad gör vi? – Hur bör vi?
- 16.00 Att leda för kreativitet och hälsa
- Ca 17.00 Avslutning
- 2 FEB: 8.30** Aktuellt från SKR
- 9.30 Samverkan ger goda förutsättningar till fysisk aktivitet
- 10.15 FIKA
- 10.45 Sätt Skåne i rörelse
- 11.30 Vad gör vi? – Hur bör vi?
- ca 12.00 Avslutning

Med reservation för eventuella ändringar i programmet.



ATT LEDA FÖR KREATIVITET OCH HÄLSA

Studier visar att bara var femte anställd känner sig engagerad i arbetet. Det är inte märkligt. Många arbetsplatser är riggade för ohälsa snarare än hälsa. Det handlar om kontorslandskap, närvarokrav, bristande kollegialitet och ledarskap samt en växande administrativ börda. Nu krävs en radikal omställning med mer tillit och psykologisk trygghet.

LOUISE BRINGSELIUS

docent i organisation och ledning, Research Fellow vid Handelshögskolan i Stockholm och tidigare forskningsledare i den statliga utredningen Tillitsdelegationen

• AKTUELLT FRÅN SKR

*LOUISE ANDERSSON, Kulturpolitisk expert och utredare
NILS-OLOF ZETHRIN, expert fritid och idrott
Sveriges Kommuner och Regioner*



KULTURENS BETYDELSE FÖR HJÄRNANS HÄLSA

Hjärnan är ett fantastiskt organ som gör att vi kan gå, springa, prata, lyssna och mycket mer. Samspelet mellan kulturaktiviteter och hjärnans plasticitet (formbarhet) är av betydelse för hälsa, välbefinnande och livslångt lärande. Musik och dans påverkar våra hjärnor och stärker vår psykiska hälsa.

Hur påverkas vi av kulturaktiviteter, vad händer i hjärnan och kroppen? Hur går det till när musik och kultur får oss att må bättre på flera olika plan?

GUNNAR BJURSELL

Direktör för Centrum för kultur, kognition och hälsa vid Karolinska Institutet

NY FORSKNING OM FYSISK AKTIVITET

Alla organ i kroppen påverkas positivt av att vi rör oss. Att vi mår bra av att hålla igång fysiskt har vi länge känt till. Men de senaste decennierna har forskningen fått mer detaljerad bild av orsakerna till detta samband.

Vilken typ av rörelse behöver vi? Hur mycket rörelse behöver vi? Hur får vi fler människor aktiva på populationsnivå?

DANIEL BERGLIND

Docent, Department of Global Public Health, Karolinska Institutet



KULTUR FÖR EN BÄTTRE HÄLSA

Kultur kan vara en resurs i förebyggande och hälsofrämjande arbete. Flera undersökningar och studier bekräftar kulturens betydelse för hälsan. Via kultur kan hälsa främjas genom att ge människor en känsla av sammanhang och en bättre beredskap att möta sjukdomar, trauman och sociala problem. Erfarenheter från Region Örebro om hur de använder sig av kultur i sitt förebyggande arbete såsom biblioterapi, reflektivt skrivande och dans.

ANETTE GRANBERG, utvecklingsledare, Kultur och hälsa, Samverkan och implementering

LINDA BERG OTTOSSON, utvecklingsledare, Bibliotek Region Örebro

VAD GÖR VI? – HUR BÖR VI?

Tillfälle för utbyte av erfarenheter deltagare emellan under ledning av moderator.

SAMVERKAN GER GODA FÖRUTSÄTTNINGAR TILL FYSISK AKTIVITET

Hur våra samhällen och städer är utformade påverkar hur vi arbetar, bor, umgås och förflyttar oss. Detta påverkar i sin tur vår hälsa. Kunskap om hälsofrämjande livsmiljöer är därför centralt i planeringen och utformningen av våra samhällen och städer. Bred samverkan mellan olika arenor och aktörer är avgörande.

ANNA JANSSON, enhetschef, enheten för hälsofrämjande levnadsvanor, Folkhälsomyndigheten



SÄTT SKÅNE I RÖRELSE

Sätt Skåne i rörelse är verksamheten som ska bidra till en ökad livskvalitet för invånarna. Den psykiska hälsan hos unga ökar samtidigt som vi rör oss allt mindre.

När vi rör på oss främjas såväl den fysiska som psykiska hälsan. Insatsområden är skola, fritid, fysiska miljöer samt effektmätning och utvärdering. Hur arbetar Region Skåne med verksamheten Sätt Skåne i rörelse?

HELENE HENRIKSSON Hälsostrateg och ansvarig för Sätt Skåne i rörelse, Region Skåne

ANMÄLAN

Anmäl dig via vår hemsida
<https://utvarderingsringen.se/konferens>

- Deltagare i Utvärderingsringens nätverk 3 700 kr exkl. moms
- Övriga 4 700 kr exkl. moms

Vid avanmälan upp till 14 dagar före konferensen debiteras avgift enligt inbjudan. Ersättare får sättas in.

Vad är Utvärderingsringen?

Utvärderingsringen är sedan 1995 ett aktivt nätverk för dig som arbetar i och/eller har ansvar för offentlig verksamhet.

Du kan välja att delta som *enskild person* eller som *grupp*.

Som grupp har du möjlighet att ansluta ett obegränsat antal kollegor från din förvaltning/nämnd.

När du deltar i nätverket har du t ex rabatt på våra konferenser.

Se mer om vad som ingår på vår hemsida.

Gå med i vårt nätverk här: <https://utvarderingsringen.se/ga-med-i-natverk/>

Förutom att vi administrerar nätverket Utvärderingsringen genomför vi utredningar på uppdrag av kommuner runt om i landet. Genom åren har vi dessutom tagit fram ett eget suveränt enkätverktyg, UR4answer, vars server är placerad i Sverige och som t ex gör det möjligt att använda sig av enkäter på flera språk samt följa resultatet i realtid.

Hör gärna av dig till oss om du vill veta mer.

Med vänlig hälsning
Utvärderingsringen



UTVÄRDERINGSRINGEN
info@utvarderingsringen.se
www.utvarderingsringen.se

