

Kick-off för folkhälsan

Livsrumdagarna fokuserar på barn och ungdomars hälsa



Livsrumdagarnas höjdpunkt är den årliga Torgfesten i Lerum, i år lördagen 8 september. Då kan alla som vill låta sig inspireras. Foto: Gustav Eklund

Årets Livsrumsdagar i Lerum är längre, större och mer spännande än någonsin.

- Med sponsoringar från näringslivet kan vi höja kvaliteten ytterligare, säger projektledare Johan Eklund.

Under de nio första dagarna i september erbjuds lerumsborna 100 olika programpunkter – från föredrag och utställningar till prova-på-verksamhet.

- Livsrumsdagarna i Lerum är kommunens största utåtriktade verksamhet under hela året. Den stora kraftsamlingen sker som vanligt med Torgfesten lördagen den 8 september. Då kommer alla engagerade parter att medverka. Det blir en folkfest – det kan jag lova.

Barn och ungdomars hälsa

Årets tema är barn och ungdomars hälsa. Det märks extra tydligt när man granskar föredragshållarna.

- Barnombudsmanen Lena Nyberg kommer hit, professor och stressexpert Peter Währborg, liksom hjärtspecialisten och idrottsläkaren Mats Börjesson. Även Sanna Ehdin som bland annat skrivit boken "Den självläkande människan" och blivit utsedd till Sveriges populäraste föreläsare av tidskriften Veckans affärer 2002, håller föredrag.

Bäst i väst

Att just Lerum gör dessa årliga satsningar på folkhälsan (mest i Västra Götaland i förhållande till folkmängd) beror inte på att ohälsotalen är speciellt stora.

- Lerumsborna är förhållandevis friska och det socioekonomiska läget, som betyder mer än man tror i dessa frågor, är gott. Även medvetenheten om att äta rätt och röra på sig är hög. Sedan kan allt göras bättre. Lerum har varit framsynta med att ta ett gemensamt grepp om folkhälsoarbetet för att nå alla lerumsbor. Sedan ser vi att övervikt ökar även i Lerum liksom stressrelaterade sjukdomstillstånd, även hos unga människor. Att veta och att göra är inte alltid samma sak, många av oss sitter på kontor och åter fortfarande som grovarbetare, ler Johan.

Kultur i hälsobegreppet

Att betona helhetssynen på ett gott liv har varit Livsrumms signum. Sedan tidigare har miljöaspekter betonats och i år läggs även fokus på kulturella aspekter inom god hälsa och livsstil.

- Vi vet idag, genom forskning, att det är hälsofrämjande att lyssna på körmusik. Sedan är det ännu nyttigare att själv sjunga i kör. Regeringens folkhälsoansvariga har särskilt betonat de kulturella aspekterna i folkhälsoarbetet – det följer vi nu upp.

Folkfest i hela kommunen

Under Livsrumsdagarna, 1-9 september, ingår Föreningsdagarna (tre dagar) där elever i klass två och fem, under skoltid, får prova på allt vad Lerums föreningsliv har att erbjuda. Den tredje dagen, Torgfesten, kan alla lerumsbor själva prova på.

- Vi är måna om att synas i hela kommunen och för alla medborgare under dagarna. Dessutom märks Livsrumsdagarna inte minst ute hos

privata verksamheter som Friskis & Sveltis, Lerums Sportcenter och Vattenpalatset, som alla håller öppet hus. Även äldreboenden i kommunen får besök.

Privata sponsorer

Att Livsrumsdagarna kunnat lyfta ytterligare i år har man det lokala näringslivet att tacka som gått in som sponsorer.

- Vi är mycket tacksamma för att näringslivet går in och stöttar detta, förklarar Johan som själv har en bak-

” Livsrumsdagarna i Lerum är kommunens största utåtriktade verksamhet under hela året

grund som egenföretagare i friskvårdsfrågor.

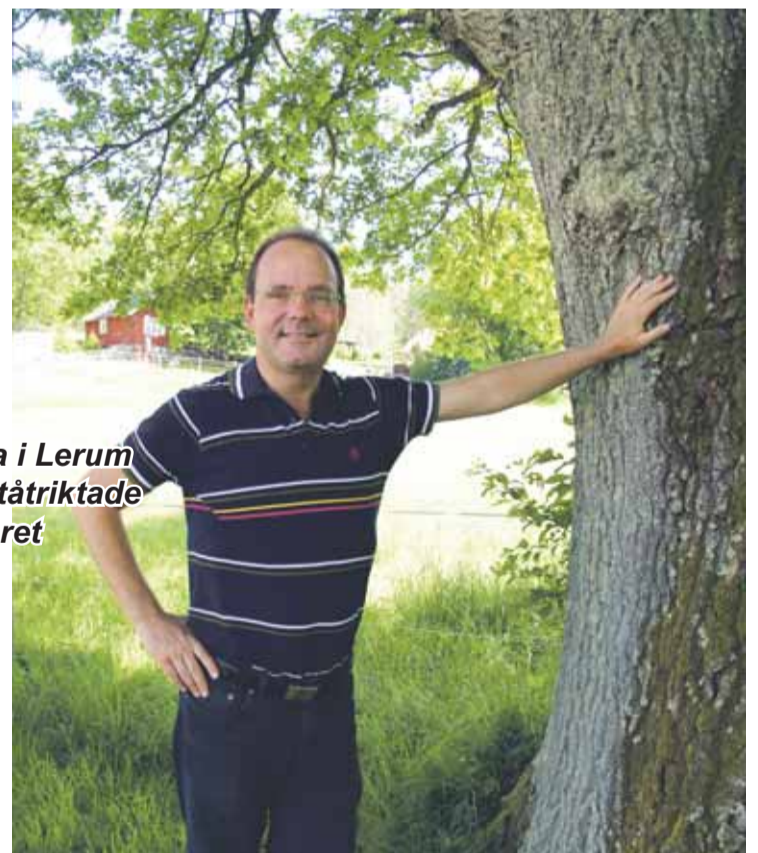
Till vardags är Johan idag verksamhetschef för Studieförbundet Vuxenskolan i Lerum.

Spinn-off

Om Livsrumsdagarna är en kick-off för hela folkhälsoarbetet i Lerum, så erbjuder Lerums kommun även på något som skulle kunna kallas en spinn-off effekt.

Johan förklarar:

- I samband med Livsrumsdagarna introducerar vi "Barn och internet", där vi framför allt under veckan efter Livsrumsdagarna kommer att bjuda in alla elever, föräldrar och lärare att lära sig mer om denna värld. Det känns mycket aktuellt och jag vet att kunskapen hos många vuxna är begränsad i dessa frågor.



Det ska va gött å leva i Lerum. Folkhälsan är god i Lerum. Trots det satsar Lerum mycket på folkhälsoarbete. Livsrumsdagarna 1-9 september är den absoluta höjdpunkten. Projektledare är Johan Eklund.

Fakta Livsrumsdagarna:

Livsrumsdagarna i Lerum startade 2001 som ett folkhälsoprojekt på initiativ av Folkhälsorådet där ledande politiker i Lerum samt hälso- och sjukvårdsnämnden i Västra Götalandsregionen igår.

Projektledare och flodabon Johan Eklund har varit engagerad varje år.