

Välkomna till Temadag Blå hälsa

Torsdag den 20 okt 2022 vid Torpa Stenhus, Tranemo kommun

En dag om vattnets och naturens betydelse
för vår hälsa och vårt välbefinnande.
Hur vi mår påverkar vattnet!

9:00 Kaffe

9:15 Inledning

Wanja Wallemyr, ordförande i Ätrons vattenråd, hälsar välkommen.

9:20 Mer än bara golf

Markus Bylander ordförande vid Kinds golfklubb berättar om klubbens nytänkande kring att skapa miljöer med rik natur och vattenmiljöer för ökad rekreation och hälsa.

9:50 Natur och vatten som pedagogik

Mariann Andersson Norrman berättar om hur man på Mjögäckskolan har använt vatten som pedagogik och ämnesövergripande tema för elevers lärande och välbefinnande.

10:35 Bensträckare

10:45 Influenser från andra kulturer kring samhällsplanering och hälsa med vatten som tema

Susanna Utbult från Nordic School of Feng Shui berättar om hur människan påverkas och reagerar på olika sätt i olika miljöer. Med hjälp av de vetenskapliga nycklar som finns i Feng Shui går det att förbättra den psykosociala miljön och skapa förutsättningar för ett hälsosamt liv i det moderna samhället. Med Feng Shui utformas vackra och hälsosamma miljöer oavsett om det gäller inredning, byggnadsarkitektur eller stadsplanering.

11:35 We & Sports

Paula Lembke från We & Sport arbetar med ungdomar med ätstörningar och överträning. Forskning visar på naturens läkande förmåga och påverkan på tänkande. Paula berättar om hur man använder rörelse och naturen i sig själv som läkande kraft för mental hälsa.

12:15 Lunch

13:10 Naturbaserad rehabilitering vid Gröna rehab

Gröna Rehab erbjuder arbetslivsinriktad rehabilitering för långtidssjukskrivna med utmattningsyndrom. Anna Brissman, leg. arbetsterapeut och Hanna Berko, rehabträdgårdsmästare berättar om Gröna Rehabs verksamhet och hur de arbetar med återhämtning i natur- och trädgårdsmiljö.

14:00 Gruppsamtal kring dagens föreläsningar

Hur kan vi ta med idéer hem till våra verksamheter? Hur kan vattenrådet arbeta med frågorna? Hur kan vi samverka kring tankarna? Hur kopplar det till andra arbetsområden? Kan vi utveckla nya metoder för arbete med hållbarhet?

15:00 Kaffe och sammanfattning

15:40 Avslut

Cirka 16:00 Möjlighet till en timmas guidad tur i Torpa stenhus. Kostnad 80 kr

Anmälan: Senast den 5 oktober till Leif Svensson svenssonleif1952@gmail.com
Meddela behov av **specialkost** och anmälan till **den guidade turen**.

Information: Peter Nolbrant 076-8114607 peter.nolbrant@icloud.com
Wanja Wallemyr 070-991 74 50 wanjawallemyr@gmail.com

