

Uppdrag hälsa

Hur mår barn och ungdomar idag? Vad tänker de själva om sin livsstil, vilken mat de äter, om fysisk träning och sömn? Och vad kan skolan göra för att stärka elevernas hälsa?

Stress och psykisk ohälsa tilltar bland unga. I Sverige har antalet tioåringar med övervikt sexfaldigats de senaste tjugo åren. Dessutom har antalet sjukdomar som kan relateras till övervikt ökat. Det gör att forskarna för första gången i modern tid ser en förkortning av den förväntade livslängden.

För att kunna påverka unga människors livsstil i positiv riktning måste man veta hur de tänker och vilka problem man står inför. Uppdrag hälsa ger dig fakta, möjlighet att ta del av andras erfarenheter, sammanhang och inspiration för att arbeta med hälsofrågor i skolan. I boken riktas fokus både på det som blivit bättre och på det som går åt fel håll. Ingela Hallberg, forskningsinformatör vid SLU, ger i ett inledande kapitel en överblick av hälsoarbetet i svenska skolor. Författaren Dan Höjer har intervjuat forskare, lärare, folkhälsoplanerare och andra experter. Han har även pratat med ungdomar och besökt projekt i skolor där man angriper problemen på olika sätt.

I boken presenteras också det nationella projektet Hitta Stilen, en satsning för att stödja barns och ungdomars utveckling av en bättre hälsa. Här kan man läsa mer om de olika verktyg som tagits fram för arbete med hälso- och livsstilsfrågor i skolan.

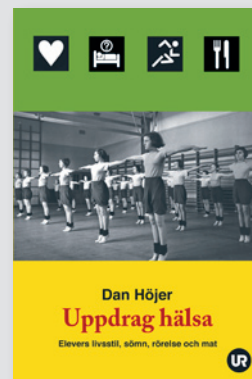
Uppdrag hälsa ges ut av UR i samarbete med SLU och projektet Hitta Stilen.



Sveriges
lantbruksuniversitet



Utbildningsradion, 113 95 Stockholm
Tel 020-58 58 00. Fax 08-784 42 00.
e-post: kundtjanst@ur.se
www.ur.se



FAKTA

Titel: Uppdrag hälsa
Omfång: 161 sidor
Pris: 265:- inkl. moms
ISBN 978-91-25-08002-9



Dan Höjer är författare och journalist. Han har skrivit 30 böcker i skilda ämnen, varit chefredaktör för Kamratposten och arbetat på diverse tidningsredaktioner. På UR har Dan Höjer tidigare utkommit med böckerna Adopterade barn och Empati.

Jag beställer _____ ex av boken **Uppdrag hälsa**
Pris: 265:- inkl. moms, frakt tillkommer. ISBN 978-91-25-08002-9

Namn _____

Företag/skola _____

Adress _____

Telefon _____

Posta eller faxa in talongen ovan. Du kan också ringa eller maila din beställning.
Tel: 020-58 58 00. Fax: 08-784 42 00. E-post: kundtjanst@ur.se

UR
BETALAR
PORTOT



Svarspost
124 049 700
110 06 Stockholm