

Pressmeddelande

Från Södra Älvsborgs Sjukhus

2010-10-11 08:30

För andra säsongen i rad erbjuder SÄS hälsofrämjande föreläsningar för allmänheten

Den lyckade satsningen med att bjuda in allmänheten till kostnadsfria hälsofrämjande föreläsningar på Södra Älvsborgs Sjukhus i Borås och Skene har nu lett till en fortsättning. Den 14 oktober startar föreläsningarna och alla intresserade inbjuds att ta del av den kunskap som sjukhusets föreläsare förmedlar inom ämnena fysisk aktivitet, sömn, stresshantering, alkohol, matvanor och tobak. Nytt för den här säsongen är att föreläsarna kommer att medverka i SR Sjuhärad.

- Det känns bra att vi kan fortsätta vår satsning på denna typ av föreläsningar, som fått ett mycket bra mottagande. Vi hoppas naturligtvis att fler ska få upp ögonen för våra föreläsningar så vi kan ge ytterligare deltagare kunskap, verktyg och inspiration för en hälsosam livsstil, säger Agneta Olofsson, hälsokoordinator och samordnare för föreläsningarna på Södra Älvsborgs Sjukhus.

Föreläsningarna sker alltid på torsdagar och höstens program startar den 14 oktober med temat fysisk aktivitet. Av höstsäsongens sex föreläsningarna kommer fyra att äga rum på SÄS i Borås och resterande på SÄS i Skene. De ämnen som tas upp i Skene är sömn och tobak. Föreläsningarna belyser framförallt vad deltagarna själva kan göra för att främja sin hälsa och det finns även möjlighet för besökarna att ställa egna frågor. Föreläsare är sjukhusets egna specialister med bred kompetens och lång erfarenhet inom respektive område.

På tisdagar i de veckor som föreläsningarna äger rum kommer föreläsarna att medverka i förmiddagsprogrammet i Sveriges Radio Sjuhärad mellan kl. 11:00-12:00. Förutom att de kommer att berätta om det ämne som de senare i veckan ska föreläsa kring, ska lyssnarna ges möjlighet att ställa frågor.

- Här får lyssnarna en unik möjlighet att få svar direkt från experter inom dessa områden. Vår förhoppning är ju att det även ska inspirera lyssnare att komma till våra föreläsningar, där de kan få ytterligare information, säger Agneta Olofsson.

Sedan 2007 är Södra Älvsborgs Sjukhus ett hälsofrämjande sjukhus och medverkar i nätverket Hälsofrämjande sjukhus och vårdorganisationer, HFS. En viktig uppgift är därmed att fungera som en hälsoresurs för invånarna i närområdet, att sprida kunskap och ge verktyg för att ge möjlighet att förbättra den egna hälsan. Föreläsningarna är en del i detta arbete.

- Vårt huvuduppdrag som sjukhus är självklart att bota och lindra sjukdom, men vi både kan och ska använda vårt möte med patienten även till att främja hälsa i större utsträckning än vi hittills gjort. Sjukhuset är en viktig arena eftersom vi träffar en så stor del av befolkningen, säger Agneta Olofsson.

Höstens program

- 14 oktober, fysisk aktivitet, SÄS Borås
- 21 oktober, sömn, SÄS Skene
- 28 oktober, stresshantering, SÄS Borås
- 11 november, alkohol, SÄS Borås
- 18 november, matvanor, SÄS Borås
- 25 november, tobak, SÄS Skene

Tid: 18:00 – 19:30

Plats: Konferenslokal Elin Odencrantssalen, SÄS Borås
Konferenslokal Arne Aldman, SÄS Skene

[Program för höstens hälsofrämjande föreläsningar på SÄS.](#)

[Föreläsare i SR Sjuhärad](#) - samarbete mellan SÄS och Sveriges Radio.

Kontaktperson: Agneta Olofsson, hälsokoordinator, 033-616 12 36, 070-617 12 36
SÄS Pressjour 033-616 24 44

Publicerad av: Pernilla Augustsson Epost: pernilla.augustsson@vgregion.se