

# Blir barn och unga smartare och gladare av fysisk aktivitet?

Vi vet redan att få barn och unga rör sig tillräckligt. Vi vet även vad som behöver göras – nu går vi från ord till handling!

Seminarier bygger på boken *Fysisk aktivitet och hjärnhälsa*<sup>1</sup> och gästas av en rad experter: Per Nilsson (ordförande Kommittén för främjande av fysisk aktivitet), Örjan Ekblom (professor vid Gymnastik och idrottshögskolan) Linda Ekström (forskare och författare av Skolforskningsinstitutets rapport), Marita Friberg (Folkhälsomyndigheten), Josef Milerad (ordförande Svenska skolläkarföreningen), Rami Aro (ordförande Svenska Idrottläroverföreningen) och Stina Liljekvist (ordförande Skandias stiftelse Idéer för livet).

Är du intresserad av dessa frågor? Välkommen att delta i detta kostnadsfria seminarium med forskare, läkare och representanter från skolan som presenterar nya rön och råd samt konkreta verktyg.

**När?** Torsdagen den 23 september, klockan 14:30–16:00

Boka din plats och läs mer på [Ideerforlivet.se](https://www.ideerforlivet.se)

Vi vill med ökad fysisk aktivitet bidra till bättre hälsa och studieförmåga bland barn och unga