



Kurser och utbildningar kring

- livskvalitet,
- välbefinnande,
- social hållbarhet

Inspiration till nytänkande för verksamma inom
civilsamhälle, fritid, kultur och företag.

www.fritidsvetarna.com

Den moderna fritiden

Förr i tiden hade man fritid när man var "fri från sjukdom i synnerhet frossa". Utställningen *Fritiden* i Ystad 1936 pekade på att fritidens betydelse för att "skapa goda, sunda och harmoniska människor".

På 1970-talet uppfann våra kommunalpolitiker "kultur" och "fritid". Kultur blev en sak och fritid något annat. I många kommuner står man ännu fast i detta 1900-tal tänkande.

Men världen förändras. Forskning och utvecklingsarbete har förfinat vår syn på fritiden.

"Den ger glädje åt miljoner, utvecklar, informerar och breddar horisonterna, frigör impulser (kreativa, fysiska och bildande) vilket skapar förutsättningar för människor att förverkliga sina inre möjligheter. Men viktigast av allt skapar fritiden livskvalitet för alla.

Fritidssektorn ger ett viktigt bidrag till de allmänna målen för stat och kommuner, som kan hjälpa oss när vi vill minska den sociala segregationen, främja hälsosamma livsstilar eller skapa förutsättningar för frivilliga och allmännyttiga aktiviteter. Den kan också tjäna som en tändande gnista för utveckling av både städer och landsbygd. Den kan stimulera till ett livslångt lärande samtidigt som den berikar människors liv." (Chris Smith, brittisk minister för kultur, media och sport 2000).

Fritid har ett stort värde för både individer och samhället.

Vår roll

Institutet för Fritidsvetenskapliga Studier/Fritidsvetarna är ett privat kunskapsföretag baserat i Stockholm och Helsingfors. Vi fungerar dels som konsulter åt våra kunder, dels som en tankesmedja kring frågor som rör det goda och socialt hållbara samhället.

Vi utgår från det vetenskapliga begreppet *fritid* (leisure), där fritiden i första hand ses som en **kvalitet**. Fritid har vi, när vi höjer vår livskvalitet och vårt välbefinnande. Fritid står för en helhetssyn där fysiska, kulturella, politiska och sociala aktiviteter blir lika viktiga. Den aktive medborgaren ställs i fokus för intresset. Med denna syn kan vi dessutom ha fritid också under lönearbetstiden. Även under det goda arbetet växer vi som människor.

I denna katalog presenterar vi några av våra föreläsningsteman som vi hoppas kan fungera som inspiration till både nytänkande och utvecklingsarbete.

Katalogens målgrupp

Våra föreläsningar och utbildningar vänder sig i första hand till politiker/förtroendevalda och arbetsledande tjänstemän i kommunala nämnder/förvaltningar eller i föreningar och företag. De kan även riktas mot en intresserad allmänhet.

Här anger vi bara exempel. Vi diskuterar uppläggning m.m. direkt med våra kunder. Mer information om föreläsningarna finns också på <http://www.fritidsvetarna.com/fortbildning/fortbildning.html>.

Om fritid och fritidspolitik

Från ”fri från frossa” till livskvalitet

Om framväxten av det moderna fritidsbegreppet

Hur ser vi på fritiden? Är den bara en restpost i tillvaron? Eller är den meningen med livet? Och hur förhåller sig fritidsbegreppet till andra närliggande begrepp som kultur och idrott? Om de senare har det skrivits många utredningar och avhandlingar, men inte om fritiden.

Fritiden är värd en reflektion. Det har man insett i många länder. En fritidsvetenskaplig teori – *leisure science* – har utvecklats, där fritid står för livskvalitet och välbefinnande. Det stämmer väl med vad vi i våra privatliv söker på fritiden oavsett om vi sjunger i kör, drejar i lera, joggar eller träffar vänner.

Denna föreläsning bringar reda bland begreppen och skisserar ett framtidsscenario. Den ansluter till boken *Fri tid eller fritid?* (se sista sidan).

Den nya fritidens politiska ekonomi

Från tärande till närande verksamhet

Det *nya* fritidsbegreppet står för livskvalitet och välbefinnande. Fritiden är en kvalitetstid som skapar ”goda, sunda och harmoniska människor”. Fritiden är viktig för alla människor – från vaggan till graven. Den är också viktig för att skapa det goda samhället.

Det nya fritidsbegreppet är egentligen inte alls nytt. Synsättet grundlades av Aristoteles 300 år f.Kr. och har under de senaste 20-30 åren utvecklats och belagts av den fritidsvetenskapliga forskningen. Synsättet introducerades i Sverige redan 1936 under utställningen *Fritiden* i Ystad, men har sedan fallit i glömska. I denna föreläsning återintroducerar vi ett modernt och framåtsyftande synsätt på fritiden. Det får både politiska och ekonomiska konsekvenser.

Från kulturplaner till fritidspolitiska strategier

Hur skriver man en fritidspolitisk strategi?

På senare tid har begreppet kulturplan lanserats. Det är hämtat från utlandet, men har i Sverige dessvärre reducerats till att enbart handla om estetiska verksamheter.

Begreppet fritidspolitiska strategier är också hämtat från utlandet, men erbjuder en bredare syn på hur vi skapar fler aktiva medborgare. Syftet är att bredda den kreativa klassen.

En strategi är något annat än ett politiskt program. Ett program pekar på visioner om det framtida samhället. En plan beskriver vanligen en statisk struktur. En strategi bygger på analyser av omvärlden, anger målen, skapar strukturer och ser till att målen uppfylls.

Kultur- och fritidspolitiska vägval

Den kommunala kultur/fritidssektorn inför framtiden

Den kommunala fritidssektorns rötter går tillbaka till 1950-talet. Under 70-talet växte kultursektorn fram. Vi fick ”kultur” och ”fritid”. Under 1990-talets ekonomiska kris lade många kommuner samman dessa till ”kultur och fritid”.

Denna sammanläggning gick inte smärtfritt. Ingen kommun har hittills heller lyckats skapa en ny helhet av denna skapelse. Där är vi idag. Hur skall framtiden se ut? Skall ”kulturen” gå sin väg och ”fritiden” sin? Skall vi tänka nytt? Denna föreläsning vill stimulera den lokala debatten om sektorns innehåll och framtida vägval.

Om aktiva medborgare och socialt hållbara närmiljöer

Fritid och socialt kapital

Begreppet socialt kapital har under de senaste 20 åren fått stor uppmärksamhet i den vetenskapliga debatten inom ekonomi, medicin, politik, sociologi m.fl. områden. I svensk politisk debatt har det dock ännu inte getts den betydelse det förtjänar.

Socialt kapital handlar om människors förmåga och möjligheter att i samverkan med andra utveckla samhället och medborgarandan. Det sociala kapitalet är nödvändigt för en god medborgaranda och utvecklad medborgarkraft.

I andra länder börjar fritidssektorn intressera sig för begreppet och hur det kan hjälpa till att utveckla verksamheten. Sökarljuset riktas mot hur vi med hjälp av politiska och pedagogiska metoder kan höja medborgarnas sociala kapital och vilka förutsättningar som måste uppfyllas för att så skall ske.

Kulturhus, Fritidsgårdar eller Allaktivitetshus?

Mötesplatser för segregation eller integration?

Ordet mötesplats har blivit så populärt att det har trivialiseras. Allmänna mötesplatser är inget nytt. I århundraden har vägkröken och gathörnet utgjort sådana. Under 1900-talet har vi fått dagcentraler, fritidsgårdar, kulturhus och idrottsanläggningar. Alla vänder sig till olika målgrupper och blir därmed segregeringande.

En **god** mötesplats måste vara integrerande och öppen för alla, oberoende av ålder, kön, etnicitet och politiskt tillhörighet. Där skall kunna uppstå *bildande, kulturella, politiska och sociala processer*. Då kan medborgarkraften frigöras och det sociala kapitalet öka, båda nödvändiga förutsättningar för en fördjupad demokrati och ett socialt hållbart samhälle.

I glesbygden finns det gott om sådana mötesplatser, men i urbana miljöer är de betydligt färre. Hur bryter vi detta? Hur skapar vi goda och kreativa miljöer även i dessa?

Social hållbarhet

- räcker det inte med sopsortering?

Begreppet **hållbart samhälle** går i första hand tillbaka till Brundtlandkommissionens rapport *Vår gemensamma framtid* 1987. Det består av tre delar – den *ekologiska*, den *ekonomiska* och den *sociala*. I ett hållbart samhälle måste alla tre delarna vara väl utvecklade.

I Sverige har vi under de senaste 20 åren lagt ner stor energi på de ekologiska och ekonomiska dimensionerna. Den sociala har däremot åsidosatts i både forskning och praktiskt arbete. Vi bygger ett tvåbent i stället för ett. Ett sådant blir inte hållbart.

Fritidsvetarna är en av de få organisationerna som har studerat begreppet social hållbarhet och dess konsekvenser för praktisk politik.

”Sovstäder” och ”problemområden”

Eller levande stads/kommundelar?

Politik och samhällsplanering har skapat ”sovstäder” och ”problemområden”. Politiken kan därför också omskapa dessa till levande och attraktiva bostadsområden!

Lösningen ligger i själva områdena. Genom att höja innevärdarnas sociala kapital och livsmakt skapas förutsättningar för hållbara stadsdelar. För att nå dit måste debattens fokus flyttas från tekniska och estetiska till *socio-kulturella* frågor. För att skapa socialt ansvariga medborgare behövs en mötesplats där *alla* kan träffas oavsett ålder, kön, etnicitet, religiösa och politiska värderingar.

Om hälsa och välbefinnande

Förebygga ohälsa eller främja välbefinnande?

Fritidsperspektiv på folkhälsoarbetet

”Att ha roligt är en grundläggande förutsättning för hälsan” skrev Folkhälsoenheten vid City of Toronto i en officiell rapport 1991.

Att stimulera människor till att ha roligt är en dimension av folkhälsoarbetet som inte uppmärksammats tillräckligt. Att bekämpa kända riskfaktorer har prioriterats.

Modern fritidsvetenskaplig forskning (leisure science) har visat att en aktiv fritid skapar både bättre hälsa och välbefinnande. Den utgör en verksam buffert mot stress och utbränning. En aktiv fritid är lika viktig för vårt socio-kulturella immunförsvar som de vita blodkropparna är vårt biologiska. Vi bör därför lägga inte bara ett medicinskt utan även ett fritidsperspektiv på folkhälsoarbetet.

Om folkbildning och föreningsliv

Bildning eller folkbildning?

Strategier för framtiden

Behovet av bildade medborgare kommer att vara stort under 2000-talet. Framtidsstudier visar en stark önskan hos breda medborgargrupper att förverkliga också sina icke-materiella livsvisioner. Denna önskan ligger helt i linje med behovet av att bygga ett socialt hållbart samhälle.

Kommunytan med den hittillsvarande folkbildningsverksamheten har inte hos alla varit uppenbar. Olika slags organisatoriska lösningar på att tillfredsställa människors – och för all del även samhällets – bildningsbehov kan också tänkas. Här kan erfarenheter från andra länder komma till nytta.

Föreningslivet i framtidens samhälle

Välisolerade garderober eller motorer i samhällsutvecklingen?

1900-talets föreningsliv är en produkt av industrisamhället. Nu går vi in i 2000-talets post-industriella K-samhälle (kunskap, kreativitet, kommunikation). Vad innebär denna samhällsförändring för föreningslivet?

Statistiska Centralbyrån visar att svenskarnas intresse av att aktivt delta i det traditionella föreningslivet generellt minskar. Är föreningslivet dödsdömt?

Varje förening representerar ett särintresse, men kan föreningslivet formulera ett allmänintresse? Den frågan hänger samman med påståendet att föreningslivet utgör en skola i demokrati. Stämmer påståendet?

Vilka är alternativen till dagens föreningsliv?

Om pigga och aktiva pensionärer

Pigga pensionärer eller tunga vårdfall?

Fritidsperspektiv på äldrepolitiken

Äldrepolitiken har hittills mest handlat om två frågor: ”vård och omsorg” samt storleken på pensionerna. Nu står vi inför en åldringsvåg. Hur skall vi klara den, när äldreården redan idag har så stora problem?

Ett svar är givet: vi måste också lägga ett fritidspolitiskt perspektiv på äldrepolitiken! Lyckas vi minska behovet av vård och omsorg för äldre när vi två saker:

- landets kommuner sparar miljoner varje dag,
- våra äldre får ett rikare liv med högre livskvalitet.

Ett fritidspolitiskt perspektiv lägger fokus på ”stimulans och aktivering”, både vad gäller fysiska, kulturella och sociala aktiviteter.

Om ungdomsarbete

Fritidsgården

- skall den förebygga eller främja?

Det var barnvårdsnämnderna som tog initiativet när de kommunala ungdomsgårdarna öppnades på 1930-talet. Gårdarna vände sig till ”föreningslös ungdom” och skulle användas i ”direkt sanerande syfte” för att förhindra kriminalitet m.m. Gårdarna skulle förebygga. På 1970-talet blev ungdomsgårdarna fritidsgårdar och ungdomsledarna fritidsledare. Uppdraget breddades och fritidssektorn blev huvudman. Gårdarna skulle främja.

Numer vill många att gårdarna skall både förebygga och främja. Är det möjligt? Hur skapar vi en effektiv ungdomspolitik?

Om ”fritid” på jobbet

Utbrända eller kreativa medarbetare?

Om fritidens betydelse i och på jobbet

Förr i tiden skilde vi mellan ”arbetstid” och ”fritid”. Det är förlegat, men inte bara för att många numer är ständigt uppkopplade. Fritidsvetenskapen – *leisure science* – har fört in en helt ny syn även på arbetstiden. Det moderna fritidsbegreppet handlar om livskvalitet och välbefinnande och det kan vi ju ha också under lönearbetstiden.

2000-talets debatt om sjukskrivningarna har nästan helt handlat om de redan sjukskrivna. Vi borde också diskutera vad vi skall göra för att människor inte skall bli sjukskrivna. Många tror att det räcker med att skapa ”hälsosamma” och ”friska” arbetsplatser, där folk undviker att bli sjuka eller skadade. Sådant tal röjer en låg ambitionsnivå.

Av goda arbetsplatser fordras det betydligt mer. Medarbetarna måste känna sig uppmuntrade och stimuleras till kreativt. Det tjänar också företagen på. Dessutom är det nödvändigt om vi vill att människor skall kunna arbeta längre upp i åldrarna.

Beställningslista

Dessa skrifter finns alla utlagda på www.fritidsvetarna.com och kan laddas ned gratis. De kan också beställas gratis via brev, e-brev eller fax.

Utvecklingsområde 1 - Fritid och fritidspolitik

- OH-bilder - Fritidsvetenskap – en introduktion
- OH-bilder - Den gamla kultur och fritidspolitiken - och den nya fritidspolitiken
- Utveckla kultur och fritid!
- Kurs för politiker i kultur- och fritidspolitiska vägval
- Kurs för chefer i kultur och fritid
- Kurs för verksamhetschefer för mötesplatser
- PM – Strategi för en ny fritidspolitik
- PM – Nationellt analysinstitut för fritid och välbefinnande

Utvecklingsområde 2 - Den goda närmiljön

- Utvecklingsprojekt – Den goda närmiljön
- OH-bilder - Arenor för bildning och kreativitet
- PM – Aktiva medborgare – attraktiva bostadsområden
- PM – Att skapa förutsättningar för aktiva medborgare i Stockholm
- PM – Social hållbarhet – vad är det?

Utvecklingsområde 3 – Hälsa/välbefinnande

- OH-bilder – Fritid och hälsa – en missförstådd relation
- PM – Folkhälsa eller välbefinnande?
- PM – Folkbildningskampanj för en aktiv fritid

Utvecklingsområde 5 – Pigga pensionärer

- PM – Ett fritidsperspektiv på äldrepolitiken

Utvecklingsområde 9 – Det goda arbetet

- Bok: Hans-Erik Olson, *Den lekande arbetaren. Från hälsosamma till kreativa arbetsplatser – ett fritidsperspektiv på det goda arbetet*, Folkhälsoinstitutet 2004. Kan enbart beställas via e-brev.
- PM – Fritidsföreningar, viktiga inslag på den goda arbetsplatsen
- Utvecklingsstöd – Bara vara frisk eller också må bra? Hur skapar vi goda kreativa arbeten?

Beställ från Fritidsvetarna:

E-post: institutet@fritidsvetarna.com

Postadresser: se nästa sida.

Namn		
Adress		
Postadress		
Telefon	Fax	E-post

Kontakt

Kontakta oss så försöker vi tillsammans kvalitetsutveckla verksamheten.

Huvudkontor:

Tavastvägen 153-29
Fi - 00560 Helsingfors
Tel: +358 (0)44 - 201 90 50

E-post: institutet@fritidsvetarna.com.

Läs också:

Stockholmskontor:

Karlbergsvägen 86 B
S - 113 35 Stockholm
Tel: +46 (0)70 – 728 75 65.

Fri tid eller fritid? Fritidens idéhistoria ur ett framtidsperspektiv. Hans-Erik Olson. Fritidspolitiska studier nr 5. Femte omarbetade upplagan 2010. 48 sid.

110:- inkl moms och porto. Vid köp av 10 ex eller fler: 75:-.

Boken är en introduktion till fritidsbegreppet, fritidens och fritidspolitikens utveckling under 1900-talet samt dess framtida formulering. Författaren tar avstamp i Aristoteles tankar om det goda livet där konst, idrott och politik knyts samman i begreppet scholé - fritid. Dessa tankar ligger också till grund för den moderna fritidsvetenskapen (Leisure Sciences).

Skriften har ett tydligt framtidsperspektiv och ställer ett antal frågor om hur fritidspolitiken borde formuleras i framtiden!

Studien är en introduktion till ämnesområdet och är lämplig som utbildningsmaterial för förtroendevalda i kultur/fritidsnämnder och föreningslivet. Den kan också användas vid gymnasiets Barn och fritidsprogram, fritidsledarutbildningar, grundläggande högskoleutbildning samt i utbildning av nyanställda inom kultur och fritid eller föreningslivet.

Innehåll: Fritidens och fritidspolitikens utveckling/Vad är fritid – det gamla synsättet?/Vad är fritid – det nya synsättet?/Kampen om fritidens innehåll. Kontroll eller autonomi?/Den fria tiden skapar nya gränser mellan människor/Efterkrigstidens sekulariserade fritidskultur/Fritiden i ett framtidsperspektiv/Fritidspolitiska utmaningar i framtiden.



Mer litteratur finns hos **Fritidsvetenskaplig Bokhandel**
www.fritidsvetarna.com/Bokhandeln/Startsida.html.