

## VÄLKOMMEN TILL HÄLSOPROMOTIONSPROGRAMMET!

Du är varmt välkommen till Hälsopromotionsprogrammet HT 2022. Utbildningen har en hälsopromotiv och preventiv inriktning med betoning på praktiskt hälsoarbete, fysisk aktivitet och folkhälsa. Utbildningen förbereder dig för ett framtida arbete, med att behålla god hälsa och förebygga ohälsa, på såväl individ-, grupp-, som organisationsnivå. Dina studier består av totalt 180 högskolepoäng inom GIH:s huvudämne Idrottsvetenskap.

Första året består av grundläggande kurser inom bland annat fysiologi, folkhälsa, hälsopsykologi och metoder för beteendeförändring. Under år två och tre blir studierna mer inriktade mot hälsosamma hjärnfunktioner, näringslära och individanpassning av levnadsvanor men också ledarskap och hälsoekonomi ingår. Under termin fem som läses på engelska erbjuds ett valbart block där du själv kan inrikta dina studier. Du kommer också läsa vetenskaplig metodik och skriva examensarbete.

För att underlätta dina studier uppmanar vi dig att inför kursstarten besöka vår hemsida, [www.gih.se](http://www.gih.se), och ta del av utbildningsplanen, kursplaner och annan information. På GIH kommer du att möta en rad olika arbets- och studieformer, som föreläsningar, seminarier, grupp- och projektarbeten, laborationer och praktisk fysisk aktivitet. Studierna bedrivs på heltid, dvs. motsvarande ca 40 timmars arbete per vecka.

Många kurser är krävande, det är därför viktigt att du ger dina studier tillräcklig prioritet för att nå ett godkänt resultat. Andra kurser ställer krav på aktivt deltagande då avsikten är att integrera teori och praktik. Eftersom studierna bygger på eget ansvar och självständigt arbete vill vi betona att kvaliteten på vad du får ut av utbildningen beror på hur du planerar och prioriterar dina studier.

Med dessa rader hälsar vi dig hjärtligt välkommen till GIH och till tre stimulerande studieår!

Maria Fernström  
*Studierektor Hälsopromotionsprogrammet*



## **HÅLLTIDER VECKA 34**

### **Måndag 22 augusti**

9:00 – 9:45: Aulainformation, Aulan

11:00: Programinformation med Maria Fernström, Studierektor, i Aulan

### **Tisdagen den 23 augusti**

10:15 – 12:00: Platsnyckel- och IT-kontoutdelning, Gymnastiksal 1

12:15 – 13:00: Rundvandring på GIH

Kåraktiviteter se schema på hemsidan: [www.gih.se/nystudent-hosttermin](http://www.gih.se/nystudent-hosttermin)