



FRISK I FRILUFT

15. MARS - NOVA SPEKTRUM, LILLESTRØM

Velkommen til dagskonferansen FRISK I FRILUFT den 15. mars!

Årets viktigste møteplass for deg som jobber innenfor friluft og helse!

Velkommen til dagskonferansen hvor vi tar for oss hvordan vi kan bruke naturen som terapirom og friluftsliv som metode for bedre folkehelse.

Møt kjente profiler, forskere og fagpersonell som jobber innen helse og friluftsliv. Få inspirasjon til nytte i egen hverdag og bli rustet til å forstå fremtiden. Foruten inspirerende foredragsholdere, er dette en ideell møteplass for nettverksbygging som gir en unik mulighet til å samhandle med helsepersonell, fagmiljøer og organisasjoner innen helse- og frilufsbransjen.

[Les mer og kjøp billett](#)



PROGRAM

Konferansier: Sigrid Rohde

08:30 - 09:00 Innsjekking, frokost og mingling

09:00 - 09:10 Velkommen til FRISK I FRILUFT

09:15 - 09:55 Johanne Refseth

10:00 - 10:15 TBA

10:15 - 10:30 Kort pause

10:30 - 10:55 Steinar Krogstad - Friluftsliv, en ABC til helse og livskvalitet? Hva sier forskningen?

11:00 - 11:25 Are Lerstein, Medvandrerne - Med naturen som metode

11:30 - 12:30 Lunsj

12:30 - 12:55 Mads Grimsæth

13:00 - 13:25 Carina Ribe Fernee - Syk på sykehus - frisk i friluft?

13:25 - 13:45 Kort pause

13:45 - 14:15 Samtale med salen - Are Lerstein, Carina Ribe Fernee, Steinar Krogstad

14:15 - 14:45 Lars Krempig

14:45 - 15:00 Kort pause

15:00 - 15:30 Alexander Read

15:30 - 15:45 Avslutning