



Förhållningssätt - schemaläggning vid Hälsa på campus

Hälsa på campus är ett friskvårdsprojekt vid Umeå universitet som erbjuder kostnadsfria aktiviteter och föreläsningar i syfte att främja hälsa och välbefinnande bland studenter och medarbetare. Dagarna arrangeras två gånger per läsår, alltid onsdag vecka 38 samt onsdag vecka 8 med målet att skapa ett hållbart studie- och arbetsliv.

Regel och rekommendation

Dagarna bör vara fria från undervisning och examination för att möjliggöra studenternas deltagande. Prefekt eller motsvarande fattar beslut om detta, under förutsättning att verksamheten inte påverkas negativt. Även medarbetare bör ges möjlighet att delta. Läs mer i Umeå universitets REGEL – FRISKVÅRD VID UMEÅ UNIVERSITET, FS 1.1-257-24.

I praktiken innebär detta att schemaläggare uppmanas att frigöra tid i schemat så att studenterna kan ges möjlighet att delta på samtliga Hälsa på campus-dagar under sin studietid.

Att beakta:

- Första års studenter bör prioriteras att få delta, eftersom dagen ger ett viktigt socialt sammanhang och ett positivt välkomnande till både Umeå universitet och Umeå, vilket kan bli betydelsefullt för deras framtida trivsel.
- Identifiera vilka terminer som är enklast respektive svårast att frigöra tid i schemat för HPC och försök skapa en mer systematisk modell där vissa terminer alltid schemafriläggs.
- Om det inte är möjligt att schema frilägga hela dagen, se över om studenterna kan schema friläggas åtminstone halva dagen.
- Inför varje HPC – identifiera föreläsningar eller aktiviteter som är särskilt relevanta för ert program eller ämnesområde.
- Informera studenterna om HPC i god tid och uppmuntra dem av att ta del av inspelade föreläsningar efterhand.
- Lägg in följande länk i kursens schema i TimeEdit:
<https://www.umu.se/idrottshogskolan/halsa-pa-campus/>.
- Informera berörda lärare om HPC-dagarna i god tid och komihåg att Hälsa på campus även är till för er som medarbetare att delta på.

Vid frågor kontakta:

Pernilla Eriksson, projektledare HPC
pernilla.eriksson@umu.se
090-786 55 29

Tove Mårs, Projektsamordnare HPC
tove.mars@umu.se
090-786 88 50