



## Pensumliste

<b>Emnekode</b>	<b>IFL205</b>
<b>Emnenamn:</b>	Helse
<b>Studieprogram:</b>	Bachelor idrett og Bachelor friluftsliv
<b>Semester:</b>	Haust
<b>Årstal:</b>	2018
<b>Samla sidetal:</b>	Ca. 1300
<b>Sist oppdatert:</b>	14. 05. 18

### Bøker

Bahr R. (2009). *Aktivitetshåndboken, Fysisk aktivitet i forebygging og behandling*: Oslo. HelseDirektoratet.

Martinsen, E. W. (red.) (2011). *Kropp og sinn. Fysisk aktivitet - psykisk helse - kognitiv terapi*. Bergen: Fagbokforlaget.

Næss, S., Moum, T. og Eriksen, J. (red) (2011). *Livskvalitet. Forskning om det gode liv*. Bergen: Fagbokforlaget.

### Kompendium

Høydal, K. (red.) (2018). IFL205 Helse. HVO artikkelsamling.

Løvoll, H. S. (red.) (2018). IFL 205 Helse. HVO artikkelsamling

### Elektroniske resursar

Stortingsmelding nr. 39 (2000-2001). Friluftsliv – en veg til høyere livskvalitet.

<http://www.regjeringen.no/nn/dep/kld/dokument/proposisjonar-ogmeldingar/stortingsmeldingar/20002001/stmeld-nr-39-2000-2001-.html?id=194963>