

Länsstyrelsen i Jämtlands län Strukturfonderna
Ank 2008 -12- U 5

N.30441-100-08

## SLUTRAPPORT/REKVISITION

2008-08-11—10-31

**PROJEKT:** Förprojekt , Ungas levnadsvanor, Modell för långsiktig hälsoutveckling  
**DNR:** NG 30441-100-08  
**Åtgärd B,** Attraktiv livsmiljö

### Organisation

**Personal/resurser:** Idella föreningen Korpen Storsjön, Ängegatan 2, 831 37 ÖSTERSUND

Östersund 17 november 2008

Korpen Storsjön



Lena Svedevall och Maud Frånberg

## **Innehållsförteckning**

- 1. Sammanfattning**
- 2. Bakgrund**
- 3. Projektbeskrivning och uppfyllelse av mål och målgrupp**
  - 3.1 Mål**
  - 3.2 Målgrupp**
  - 3.3 Verksamhetsbeskrivning**
- 4. Indikatorer**
  - 4.1 Nya/skapande arbetstillfällen och bevarade arbetstillfällen**
- 5. Projektets påverkan på de genomgående (horison-tella)kriterierna**
  - 5.1 Gränsregionalitet**
  - 5.2 Jämställdhet och integration**
  - 5.3 Miljöhänsyn**
  - 5.4 IT Projekt**
- 6. Övriga resultat**
- 7. Gränsregionalt samarbete efter interregprojektets slut**
- 8. Resultatspridning samt skyltning**
- 9. Kopplingar till andra projekt**
- 10. Övrigt**

## **1.Sammanfattning**

Korpen Storsjön är en ideell förening/organisationer i Nordens Gröna Bälte med mål att främja motion och hälsa för regionens innevånare. De är konstaterat att ungas levnadsmönster och livsstil präglas av en negativ utvecklingstrend och detta har blivit vår arbetshypotes. Förprojektet har arbetat med att finna en partners från Norge och Sverige och undersöka om det finns förutsättningar och intresse att arbeta fram en modell som kan användas för utveckling av befolkningens hälsa inom en begränsad region samt en intervention, som fokuserar på levnadsvanor, om förändrade levnadsvanor kan förebygga och förändra befolkningens kostvanor samt fysiska aktivitet, sömnvanor och genom detta bromsa upp en ökad viktökningsutveckling.

Korpen Storsjön har genom förprojektet fått kontakt med Bedriftsidretten i Sör Tröndelag, Östersunds kommun, genom både fysiska möten och telefon/mail diskussioner har vi tillsammans kommit igång med diskussioner om våra tankar på kring levnadsvanor, vilket syftar till att skolelever, ålder 13-20 år skall få ökad insikt och se ett tydligt samband mellan sina vanor och hur de mår, konkret genom ökade utbildningsinsatser med starka inslag av goda exempel och konkreta vardagsnära övningar. Med huvudsyfte är att skapa en modell som bidrar till att befolkningen får en positiv inställning till och ökade kunskaper om de dagliga vanornas betydelse för hälsa och välbefinnande avseende livsstil, sömn, fysisk aktivitet och kost genom projektets aktiviteter.

Under våra diskussioner kom vi gemensamt fram till att utöka projektet till hela befolkningen inom ett begränsat geografiskt område, och inte enbart arbeta med barn- och ungdomar.

Projektet byter därmed namn till Ett Gott Liv med inriktning enligt Korpens BAS-modell, Bostadsområden, arbetsområden och skola inom ett visst bostadsområde på båda sidor gränsen, Sör- och Nord Tröndelag och Jämtlands län.

## **2.Bakgrund**

Ökad övervikt och brist på fysisk aktivitet håller på att utvecklas till ett stort folkhälsoproblem. Särskilt allvarligt är det att ungdomar och socialt sårbara grupper drabbas allra hårdast. Ska vi kunna vända denna utveckling krävs en förändrad livsmedelspolitik och en bred satsning på ett arbete för bättre kostvanor och ökad fysisk aktivitet.

Skillnaderna i hälsa ökar inom båda länderna och är ett gemensamt problem för båda Sverige och Norge. En fysiskt aktiv livsstil är förenad med minskad risk att utveckla olika sjukdomstillstånd. Fysisk aktivitet har också i många fall en terapeutisk och/eller sekundärpreventiv effekt då sjukdom redan inträffat. Dessvärre tas inte denna potential till vara eftersom många rör sig för lite, kanske i synnerhet de som skulle ha störst nytta av det. Fysisk aktivitet bidrar både direkt och indirekt till den totala sjukdomsburden och orsakar förutom mänskligt lidande betydande samhällsekonomiska kostnader till följd av sjukdom och på sikt förtida död. I Folkhälsoinstitutets handlingsplan för goda matvanor och ökad fysisk aktivitet i befolkningen visar på att en femtedel av barnen är överviktiga eller feta.

## **3.Projektbeskrivning och uppfyllelse av mål och målgrupp**

### **3.1 Mål**

Förprojektets mål är att finna en Norsk samarbetspartner för att arbeta fram en modell som kan användas i livsstilsfrågor för befolkningen inom ett geografiskt område. Bedriftsidretten i Sör Tröndelag har vi börjat att samarbeta med kring vår projektide.

### 3.2 Målgrupp

Förprojektets målgrupp är befolkningen inom ett begränsat geografiskt område inom Östersunds, Trondheims och Levangers kommun, ev andra kommuner också.

### 3.3 Verksamhetsbeskrivning

Korpen Storsjön har genom förprojektet arbetat med att finna både svenska och Norska partners och undersöka om det finns förutsättningar och intresse att arbeta fram en modell som kan användas i anslutning till barn och ungdomars fysiska utveckling i regionen samt med en hälsofrämjande skolintervention, som fokuserar på levnadsvanor, om förändrade levnadsvanor kan förebygga och förändra kostvanor, fysiska aktivitet, sömnvanor och genom detta bromsa upp en ökad viktökningsutveckling.

Fysiska möten med samtal och diskussioner om olika möjligheter har under förstudien skett med Bedriftsidretten i Sör tröndelag och Korpen Riksförbund.

Under förstudien projekttid har projektgruppen deltagit i olika fysiska möten och projektmöten samt telefon och mail kontakter i projektgruppen.

## **4. Indikatorer**

Inga angivna

### **4.1 Nya/skapande arbetstillfällen och bevarade arbetstillfällen**

Inga angivna

### **4.2 Projektets påverkan på alla de övriga i beslutet angivna indikatorerna**

Inga angivna

## **5 Projektets påverkan på de genomgående (horisontella) kriterierna**

Inga angivna

### **5.1 Gränsregionalitet**

Nyttjande av kompetens som finns i regionen och nyttjande av tidigare upparbetade kontakter i regionen, även se vilka likheter/skillnader som finns i regionen.

### **5.2 Jämställdhet och integration**

I förprojektet har vi tagit i akt tankar på samhällsstrukturen så att samma förutsättningar ska gälla för kvinnor och män i våra framtida projekttankar

### **5.3 Miljöhänsyn**

Belysa vikten av vardagsmotion, t ex mindre bilåkande, alternativa transporter som cykel och gång, mer näringsriktig mat (närproducerad)

### **5.4 It Projekt**

Inga

## **6 Övriga resultat och erfarenheter**

## **7 Gränsregionalt samarbete efter interreg-projektets slut**

Mervärdet är att nyttja och utveckla den kompetens som finns i regionen men även att se vilka likheter/skillnader som finns.

### **8 Resultatspridning samt skyltning**

Marknadsföring av förprojektet på svensk sida mot Korpens Riksförbund, Östersunds kommun, vi har även haft tankar på att FHI kunde vara en tänkbar part. Skyltning av interreg vid arbetsplatsen.

### **9 Kopplingar till andra projekt**

Korpens Riksförbund samarbetar med bl a hitta stilen.nu, där får man som är ung lära dig sig om livsstil och hälsa, fakta om livsstil, sömn, rörelse och mat. Hitta stilen påminner mycket om våra idéer, här kan vi tillvarata projektets resultat och vidga inom vår region. Redan upparbetade kontakter genom tidigare Interregprojekt Vi Går Över Gränsen under projekttiden 2003-2007.

### **10 Övrigt**

Under förprojektets arbetstid har vi funnit att många intressenter vill arbeta med just barn och ungdomar, och ser gärna Korpen som en naturlig part för samarbete. Korpen Storsjön och Korpen Jämtland Härjedalen kommer att fortsätta arbetet tillsammans med Bedriftsidretten i Sör- och Nord Tröndelag och arbeta för att få medel och gehör för finans från Kommuner, Landsting, Korpens Riksförbund och förhoppningsvis flera möjligheter till samarbete för en vidare ansökan om Interregprojekt.