



EUROPEISKA UNIONEN
Europeiska regionala utvecklingsfonden

LÄNSSTYRELSEN I JÄMTLANDS LÄN
INK 2011-10-17
N30447-142-08



Slutrapport av projekt



Vinnande val



NORD-TRØNDELAG
FYLKESKOMMUNE



SØR-TRØNDELAG
FYLKESKOMMUNE



Jämtland-Härjedalens
Idrottsförbund



1. Sammanfattning

”Vinnande val” har varit ett samarbetsprojekt mellan tre idrotts- och IOGT-IOGT NTO distrikt: Jämtland-Härjedalen, Västernorrland och Nord Trøndelag. Projektet har pågått under tre år men över en fyra årsperiod 2008-2011. Ambitionen med projektet var att samarbeta kring följande mål:

- a) Att ta fram och utveckla metoder och modeller för ökad fysisk aktivitet i regionen.
- b) Att utveckla samverkansformer inom folkhälsoområdet mellan ungdomar, vuxna, idrottsrörelsen, IOGT, IOGT-NTO och andra frivilliga organisationer
- c) Att utforma ett lättillgängligt kommunikationsverktyg för regionens invånare.

När det gäller att utveckla metoder och modeller för ökad fysisk aktivitet hos ungdomar och vuxna har projektet nått ett positivt resultat. Nya modeller och metoder har förts över mellan de olika distrikten och mycket tyder på att detta kommer att övergå i ordinarie verksamhet. Fler ungdomar har hittat en arena för fysisk aktivitet och en väg in i idrottsrörelsen/samhället. Vuxna föreningsledare i framförallt glesbygden har fått inspiration, kompetensutveckling och stöd till att starta nya motionsaktiviteter i närmiljön.

Arbetet med att utveckla nya samverkansformer mellan deltagande organisationer har inte varit problemfritt. Styrkan var en sammansättning av olika personligheter och kompetenser men utmaningen var att acceptera olika värderingar och förhållningssätt till varandra och projektets intentioner. Det gränsregionala samarbetet har dock bistått projektet med mervärden som att ta del av goda exempel från var sida gränsen, hur man undanröjt hinder-utmaningar på ”hemmaplan” och konkreta modeller som t ex Basisträning-mästerskap, Prova på dagar och Trim-kasse. Projektet har på ett demokratiskt sätt låtit alla deltagare oavsett förutsättning få resa, möta andra människor, ta del av olikheter inom de tre distrikten samt få kunskap om EU-projekt (Interreg).

Hemsidan/kommunikationsverktyget har varit en riktig utmaning i projektet. Anledningen till detta är att den skulle skötas av ett externt företag via Nord Trøndelags idrettskrets men även innefatta svensk sida. Vi hade en gemensam startsida, därefter skulle användaren välja mellan norsk eller svensk ”portal”, kvalitén på dessa har varit olika och med olika innehåll. Vi kan med facit i hand konstatera att det vore bättre att använda befintliga hemsidor och sprida informationen om projektet där istället. Allmänheten klarar inte av att hålla sig insatt i vad som händer via ännu ett socialt media.

Det positiva med projektet är alla engagerade och positiva deltagare som varit med under projektet. Alla nya nätverk som kommer att bestå även efter projektets slut, de nya metoder och modeller som uppkommit under projektet och som blivit ordinarie verksamhet. Resultatet av projektets aktiviteter och satsningar har gjort fler invånare i Nordens gröna bälte redo att göra sitt eget ”Vinnande val”.

1. Sammanfattning

"Winning elections" has been a collaborative project between the three sports and IOGT-NTO IOGT districts: Jämtland-Härjedalen, Västernorrland and NorthTrøndelag. The project has been ongoing for three years but over a four year period 2008-2011. The ambition of this project was to collaborate on the following objectives:

- To devise and develop methods and models for physical activity in the region.
- To develop forms of collaboration in public health among adolescents, adults, sports movement, IOGT, IOGT-NTO and other voluntary organizations
- To develop an easily accessible communication tool for the region's inhabitants.

When it comes to developing methods and models for physical activity in adolescents and adults, the project has reached a positive outcome. New models and methods have been transferred between the different districts and many indicators point that this will turn into regular operations. More young people have found a venue for physical activity and a way into the sports movement / society. Adult union leaders, particularly in rural areas have received inspiration, training and support to start new exercise activities in the local environment.

The work of developing new forms of collaboration between participating organizations has not been without problems. The strength was a combination of different personalities and skills, but the challenge was to accept different values and attitudes to each other and the project's intentions. However the cross-border cooperation has assisted the project with a value as to share good examples from each side of the border, how obstacle challenges on homecourt were eliminated , " and concrete models such as Basis TrainingChampionship, Trial days and trim bag. The project has in a democratic way, allowed all participants regardless of condition to travel, meet other people, take advantage of differences in the three districts, as well as gain knowledge of EU projects (INTERREG).

The homepage/ communication tool has been a real challenge in the project. The reason for this is that it would be handled by an external company in NordTrøndelag but also include the Swedish side. We had a sharedstart page, then the user would choose from Norwegian or Swedish "portal", the quality of these have been different and with different content. We can with hindsight say that it would be better to use existing sites and spread the word about the project there instead. The public are not able to stay informed of what's going through yet another social media.

The positive aspect of the project are all the dedicated and positive participants who have been with the project. All the new networks which will be sustainable beyond the end of the project, the new methods and models that arose during the project and that have become regular activities. The result of project's activities and efforts have been made more inhabitants in the Nordic region's green belt, ready to do their own "winning elections".

2. Projektets bakgrund

Initiativet till att arbeta fram ett gemensamt folkhälsoprojekt över gränsen kom från Nord Trøndelags idrettskrets hösten 2007. Idrettskretsarna/idrottsförbunden i Trøndelag och Jämtland-Härjedalen har en lång erfarenhet av samarbete över gränsen och därför fanns en god grund i kommunikationen för att lyckas med detta. Nord Trøndelag hade sedan början av 2007 arbetat med en folkhälsosatsning "Norges sprekeste fylke" och nått goda resultat, ambitionen var därför att överföra framgångsnycklarna vidare i ett gränsöverskridande projekt och även bredda folkhälsofrågorna att innefatta alkoholens negativa påverkan på hälsan. Projektet kom därför att omfatta fem organisationer: Nord Trøndelags Idrettskrets, Västernorrlands Idrottsförbund, Jämtland-Härjedalens Idrottsförbund, IOGT Midt Norge och IOGT-NTO Jämtland. Projektets syfte var att tillsammans anta utmaningen i att skapa samhälleliga förutsättningar för god hälsa i "Nordens gröna bälte", där folkhälsoutbudet ska samordnas och ge möjlighet för den enskilde att göra sitt eget "Vinnande val".

Problem bakgrund

Genom svenska regeringens proposition, *Mål för folkhälsan*, fick Sverige år 2002 en nationell folkhälsopolitik med elva målområden vilka omfattar de bestämmningsfaktorer som har störst betydelse för Sveriges folkhälsa. Under samma år samverkade åtta departement i Norge kring en handlingsplan för fysisk aktivitet (2005-2009) *Sammen for fysisk aktivitet*. Fysisk inaktivitet och ohälsa är en av de största riskfaktorerna i dagens samhälle. Undersökningar visar på att högst 20 % av regionens vuxna befolkning är tillräckligt fysiskt aktiva ur ett hälsoperspektiv.

Trots att vi i dag är mycket väl medvetna om vikten av att röra på oss samt dess positiva effekter så har vi fortfarande svårt att motivera till fysisk aktivitet. Progressionen har medfört att åtskilliga ungdomar och vuxna har en vardag med lite eller ingen fysisk aktivitet alls. Fysisk aktivitet är snarare en långvarig och ständigt pågående process som behöver uppmuntras, utvecklas och upprätthållas. Att skapa ett livslångt intresse för daglig fysisk aktivitet, motion, och friluftsliv ger goda förutsättningar för att minska sjukdomar såsom hjärtsjukdomar, cancer, diabetes och fetma hos befolkningen.

Alkoholförslutningen ökar och fler ungdomar (framförallt unga tjejer) dricker mer. På ett år dricker en invånare i Sverige (15 år och äldre) 9,8 liter ren sprit, det är en ökning med 30 % jämfört med 1995, orsakerna till ökningen anses vara lägre priser, ökad tillgänglighet och att alkohol är en "livsstil".

Idrotten i Jämtland-Härjedalen och Nord-Trøndelag har tidigare samarbetat interregionalt men dock inte tillsammans med Västernorrland idrottsförbund och IOGT och IOGT-NTO.

Med gemensamma krafter skulle vi tillsammans försöka skapa så goda förutsättningar som möjligt för en god hälsa hos regionens ungdomar och vuxna.

Projektets huvudmän och organisation

Då arbetet med ansökan startade, bildades en arbetsgrupp med representanter från alla fem deltagande organisationer och Jämtland-Härjedalens Idrottsförbund (J-H IF) fick äran att vara huvudman för projektet. Samtliga organisationer fick själva värdera hur mycket ekonomiska och personella resurser de kunde bistå projektet med, utfallet blev att idrettskretsarna/idrottsförbunden kom att delta med största delen i projektet och IOGT/IOGT-NTO med en mindre del.

Organisationen för projektet strukturerades upp i ett tidigt skede och upplägget blev följande:

Styrgrupp(med yttersta ansvar för verksamhet och ekonomi): en eller två representanter från varje organisation.

Ordförande: Göran Jonsson J-H IF 2008-2010, Emma Svedberg J-H IF 2010-2011

Hilde Hynne styrelsemedlem NTIK

Björn Högsnes daglige ledare NTIK

Mats Hamberg länsidrottschef VIF

Hans-Olof Andersson IOGT-NTO Jämtland

Ståle Aarmo IOGT Midt Norge

Maria Norling projektledare J-H IF

Huvudman:

Jämtland-Härjedalens Idrottsförbund med projektledaransvar.

Projektarbetsgrupp:

Maria Norling projektledare J-H IF

Leif Danielsson SISU Idrottsutbildarna J-H

Björn Steinar Røvik NTIK

Ellen Forsberg (fd Hedlund) VIF (Per Kunkell VIF hösten 2009 vid Ellens föräldraledighet)

Carl Peter Vikdal IOGT Midt Norge.

Charlotte Henriksson IOGT-NTO Jämtland från 2010-03-15 och till projektets slut

Gretel Bill IOGT-NTO Jämtland från 2009-03-12 till 2010-02-28

Hans-Olof Andersson IOGT-NTO Jämtland fr. projektstart- 2009-03-11

Finansiering

Den offentliga medfinansieringen i projektet såg ut på följande sätt (totalt):

Svensk sida:

J-H Idrottsförbund	1 480 000 kr
Västernorrland IF	650 000 kr
IOGT-NTO	300 000 kr
Riksidrottsförbundet	<u>140 000 kr</u>
	2 570 000 Kr

Europeiska Regionala Utvecklingsfonden:	2 570 000 kr
---	--------------

Norsk sida:

Nord Trøndelags Idrettskrets	2 112 000 kr
IOGT Midt Norge	<u>300 000 kr</u>
	2 412 000 kr

Statliga IR-midler	2 412 000 kr
--------------------	--------------

Totalproktbudget Sverige-Norge	9 964 000kr
---------------------------------------	--------------------

Tidsplan

1. *Uppstart, planering och informationsspridning om projektet* 2008-09-01 - 2008-12-31
(marknadsföring av projektet har pågått under hela projekttiden för att bibehålla intresset för det som skett och skulle genomföras)
2. *"Basisträning-basismästerskap"* 2009-01-01 - 2011-05-31
(enligt plan)
3. *"Prova på dagar"* 2009-10-01 - 2011-02-28
(inom tidsramen på svensk sida men senare än tidsplanen på norsk sida. Tanken var att IOGT Midt Norge skulle genomföra "Prova på dagen" men engagemanget från Deras sida föll och Nord Trøndelags idrettskrets fick ta över ansvaret.)
4. *"Ungdomar som förebild"* 2008-09-01 - 2011-04-30
(enligt plan)
5. *"Vardagsmotion och hälsa i föreningens närmiljö"* 2009-10-01 - 2011-02-28
(enligt plan)
6. *"Utbildning av kursledare i LT"* 2008-09-01 - 2011-01-31
(enligt plan)
7. *Kommunikationsstrategi* 2009-05-01 - 2011-02-28
(hemsidan aktualiserades under april-maj 2011 vid "Motionskampanjen")
8. *Framtida kommunikationsverktyg* 2010-04-01 - 2011-03-31
(enligt plan)
9. *Internationellt utbyte* 2010-04-01 - 2011-03-31
(enligt plan)

Kommentar: I stort sett har aktiviteterna genomförts enligt den aktivitetsplan som lämnades in i ansökan. Genomförd verksamhet och kommande verksamhet har varit återkommande punkter på dagordningen vid såväl styrgrupp som projektgruppsmötena.

3.1 Projektbeskrivning

Målgrupp: Ungdom

Basisträning och Basismästerskap (15-16 år)

Basisträning är en träningsform som är utvecklad av Olympiatoppen i Norge. Satsningen vill synliggöra betydelsen av en bra och grundläggande träning samt inspirera ungdomarna till att träna allsidigt. Basismästerskap är en tävling som arrangeras av ungdom för ungdom. Tävlingen handlar om att konkurrera i de övningar som Olympiatoppen har utvecklat.

I projektet skulle vi överföra träningsformen Basisträning till idrottsföreningar och ungdomar i Jämtland-Härjedalen och Västernorrland. Projektet skulle genomföra två gränsöverskridande utbildningssamlingar i Basisträning och två gränsöverskridande Basismästerskap. Samtliga deltagare (tränare) skulle få en presentation av IOGT-NTO utbildningen "Ledare tillsammans". De båda mästerskapsarrangemangen skulle genomföras helt drogfrött, huvudansvaret för det sociala aktiviteterna i arrangemangen skulle IOGT och IOGT-NTO ansvara för och idrottskretsarna/idrottsförbunden för det idrottsliga.



Basisträning steg 1 i Östersund (Jämtland-Härjedalen)

Den 26 mars 2009 genomförde vi det första steget i Basisträning som är en del av flera i ungdomssatsningen i projektet Vinnande Val. Från Nord Tröndelag kom idrottskretsen med 5 utbildare från sitt distrikt. Utbildningsdagen genomfördes på Storsjöskolan i Östersund. Nordtrönderna ledde under hela dagen deltagarna från Västernorrland och Jämtland Härjedalen i konceptet som kallas Basis trening på norska. Enkelt förklarat handlar det om att få flera att träna upp sina fysiska basfärdigheter. Från Västernorrland kom 25 deltagare och från Jämtland Härjedalen 20 stycken. Dagen inleddes med ett teoripass i lektionssal. Sedan gick vi till gymnastiksalen där teori varvades med praktik. Utbildningsledarna delade ut skisser med förslag till olika banor. Allt dokumenterades på film som också skickades med i lägesrapporten. En DVD-film om Basisträning gjordes under den aktuella dagen.

Deltagande skolor från JH var Storsjöskolan, Parkskolan, Lugnviksskolan, Treälvskolan och Prolympia. Deltog gjorde också representanter från Ström Skolors IF och JH Idrottsförbunds ungdomsnätverk. Deltagande skolor från VN var Mariedalsskolan, Ala Skolan, Sörbergeskolan, Fränstaskolan och Högoms skola. Därtill deltog även representanter från Friska Viljor som är en idrottsförening i VN.

Basisträning steg 2 i Steinkjer (Nord Trøndelag)

Den 22-23 oktober 2009 var det dags för nästa utbildningssteg i Basisträning. Här fick deltagarna olika basisövningar presenterat för sig av Ulla Melhus och Audun Kolstad, både praktiskt och teoretiskt samt utomhus och inomhus. På kvällen arrangerade projektgruppen, med IOGT i spetsen en social tillställning med naturstig i mörkret och korvgrillning.

Från JH deltog representanter från John Bauer gymnasiet, Östersunds gymnasieskola, Prolympia, Vallaskolan, Ångmoskolan och Storsjöskolan. Deltagande skolor från VN var Mariedalsskolan, Ala Skolan, Sörbergeskolan, Fränstaskolan och Högoms skola. Därtill deltog även representanter från Friskare viljor som är en idrottsförening i VN.

Basismästerskap nr 1 i Timrå (Västernorrland)

Projektet och tillika regionens första gränsöverskridande Basismästerskap genomfördes den 22-23 april i Timrå! Mariedalsskolan, Sörbergeskolan och Ala skolan i Timrå hade tillsammans med Västernorrlands Idrottsförbund planerat de två dagarna. Upplägget av själva mästerskapsbanan hade de rutinerade nord trönderna ordnat. Dagen innan tävlingarna fick de 60 ungdomarna chansen att på egen hand öva sig på banan samt att de på kvällen under trevliga former fick leka och dansa under ledning av eleverna från Skvadern som deltar i "Ungdom som förebild". Basismästerskapet var upplagt så att varje deltagare skulle "köra" banan två gånger på så lika tid som möjligt dvs idealtid. En del sprang och kämpade för fullt medan andra i princip promenerade igenom banan, till slut stod två tjejer och en kille som segrare, alla tre hade missat sin idealtid med endast någon tiondel. Filmdokumentation finns.

Basismesterskap nr 2 i Inderøy (Nord Trøndelag)

Projektet och tillika regionens andra gränsöverskridande Basismästerskap genomfördes i Inderøy den 14-15 april 2011 och Inderøy ungdomsskola stod för arrangemanget. Kvällen före mesterskapet genomfördes ett socialt arrangemang på Jæktvolden Fjordhotell med hjälp av Hoppeslott.com. Innan mästerskapet startade fick de 60 ungdomarna chansen till och träna på basisbanan. Under genomförandet av mästerskapet körde ungdomarna först en runda där idealtiden blev fastsatt. Därefter skulle ungdomarna i runda två pröva och komma så nära som möjligt mot idealtiden. Tiden blev inte uppgett på förhand. Det blev korat en vinnare -en tjej från Västernorrland avgick med segern.

Basisföreläsning

Svenska skidskytteförbundet har visat stort intresse för Basisträning. Planen var att erbjuda dem en föreläsning under projektiden men pga av olika omständigheter blev inte detta av. NTIK lovar att ge en föreläsning vid ett annat tillfälle.

Avvikelser

Det sociala arrangemanget i Steinkjer planerades och genomfördes av IOGT-NTO och IOGT Midt Norge. Därefter valde IOGT och IOGT-NTO's representanter i styrgruppen att satsa enbart på "Ledare Tillsammans" och ta bort ansvaret för de sociala arrangemangen i projektet.



Prova på dagar (13-20 år)

Ungdomar i åldern mellan 13-20 år, som vill börja idrotta eller vill byta idrott har svårt att finna nybörjargrupper. Detta är ett problem som finns på båda sidor av gränsen. I projektet ville vi utprova en ny modell, där de idrotter och aktiviteter som kan erbjuda nybörjar- verksamhet fick möjlighet att visa upp sig via så kallade prova-på-dagar. Tanken var att vi i varje län skulle genomföra arrangemang med minst fyra föreningar och representanter från UNF (Sverige) och Juvente/UMA (Norge) som skulle samverka för att erbjuda ett brett utbud av aktiviteter.

Prova på dag nr 1, Östersund (Jämtland-Härjedalen)

Den 9 september 2009 arrangerade Jämtlands gymnasieskola (Östersund) en Inspirationsdag för gymnasieskolans förstaårselever. Syftet var att visa eleverna ett brett urval av fritidsaktiviteter, som i sin tur skulle inspirera dem till en mera aktiv fritid. Projektet "Vinnande val" var medarrangör tillsammans med 18 idrottsföreningar (verksamma i Östersunds kommun). Dessa idrottsföreningar samt andra ideella organisationer från kultur och fritid sidan deltog på Östersunds Sporthall där Inspirationsdagen genomfördes. Närmare 1100 elever besökte sporthallen och fick prova på ett smörgåsbord av aktiviteter. Idrottsföreningarna var aktiva, vilket resulterade i drygt 100 "nya" ungdomar till idrotten. Idrottsledare från Västernorrland och Nord Trøndelag besökte "Prova på dagen" och hade sedan gränsöverskridande diskussioner.

Prova på dag nr 2, Sundsvall (Västernorrland)

300 gymnasieelever från Västermalms Gymnasium besökte måndagen 14 mars 2011 Sporthallen i Sundsvall för att prova på olika idrotter och aktiviteter. 21 föreningar, de flesta från lite mindre idrotter, fanns på plats i Sporthallen för att låta eleverna prova på. Många elever uttryckte efteråt sin uppskattning, men ännu är det för tidigt att säga om Inspirationsdagen har gett deltagande föreningar fler medlemmar. Ambitionen är att denna dag ska bli ett återkommande årligt arrangemang som på sikt även kan engagera fler skolor. En informationsfilm spelades in under dagen. Mittnytt var även på plats och gjorde ett reportage kring det faktum att många ungdomar slutar att idrotta i tonåren.



Prova på dag nr 3 i Levanger (Nord-Trøndelag)

24 maj 2011 genomfördes en prova på dag i Levanger. Arrangemanget var i samarbete med Norges idrettsforbund, Handikappförbundet i Norge och Rekruttering Norge på langs. Under dagen var både handikappidrotten och andra idrottsaktiviteter representerat. Syftet med arrangemanget var att ge handikappade en översikt över möjliga aktiviteter de kan delta på, samt ge idrottsföreningarna i regionen en möjlighet till att visa fram sina idrotter. Tillsammans besökte nästan 300 personer arrangemanget.

Avvikelser

UNF (Sverige) och Juvente/UMA (Norge) deltog inte på prova på dagarna.



Ungdomar som förebilder (15-19 år)

I Nord-Trøndelag, Jämtland-Härjedalen samt Västernorrland finns gymnasium/vidaregående skolor som erbjuder anpassad utbildning för den som vill både studera och elitsatsa på sin idrott. Dessa ungdomar kan vara både förebilder och inspiratörer för yngre barn och andra ungdomar.

Vi ville ge framtidens ledare/tränare goda förutsättningar att lyckas i sitt sociala ledarskap och skulle därför erbjuda dem en interregional ledarskaps utbildning. Ledarskapsutbildningen skulle vara en mix av det bästa från både sidor av gränsen: "Ledare tillsammans" (IOGT-NTO), "Plattformen"- idrottens barn- och ungdomsledarutbildning (SISU J-H och VIF) samt "Aktiv ungdoms kurs" (NTIK). Projektet skulle möjliggöra en samverkan mellan gymnasieskolorna, grundskolorna och fritidshemmen. De unga inspiratörerna/ledarna skulle antingen besöka eller ta emot yngre elever och presentera sina idrotter som ett led i deras utbildning. Projektet skulle engagera 25 elever och två lärare i en gymnasie/vidaregående skola i varje län/fylke och projektet skulle följa eleverna från år ett till tre på gymnasiet. Innan vi startade aktiviteterna så hade vi gränsöverskridande diskussioner gällande kursinnehållet och en gemensam plan framarbetades.

Utbildningstillfälle nr 1 i Steinkjer (Nord Trøndelag)

Första utbildningstillfället genomfördes i Steinkjer 22-23 oktober 2009 i form av Aktiv Ungdomskurs, det är den norska modellen för utbildning av unga ledare. Deltagarna fick möjlighet att diskutera ledarskap, metodik och prova några praktiska övningar. På kvällen samlades de tillsammans med gruppen som deltog i Basisträning och alla fick vara med i det sociala arrangemanget för kvällen som IOGT-NTO ordnat.



Utbildnings tillfälle nr 2 i Birka (Jämtland-Härjedalen)

Förväntansfulla ungdomar från de tre distrikten möttes upp på Birka folkhögskola i Ås utanför Östersund den 6 maj 2010. Sex rutinerade utbildare från SISU Idrottsutbildarna genomförde sedan två intensiva utbildningsdagar i kursen "Plattformen" med ungdomarna. Trevliga sociala inslag i programmet avbröt de teoretiska passen och engagemanget var stort från deltagarna. Torsdagskvällens teambuildingaktiviteter arrangerades av Birkas årskurs 2 studenter från Fritidsledarlinjen. Dessa studenter tog med oss deltagare på olika utmaningar i närområdet, med lekfullhet och fint ledarskap skapade de en väldigt trevlig kväll med många glada skratt. Glädjen och den avslappnade stämningen gjorde att arbetsklimatet blev ännu bättre under den andra utbildningsdagen.

Totalt 75 gymnasieelever från våra tre distrikt deltog i denna satsning. Eleverna kom från "Skvadern" i Västernorrland, "John Bauer" i Jämtland-Härjedalen och "Verdal vidergående skole" i Nord Trøndelag. Att det finns vinster med att utbilda unga ledare inom idrottsrörelsen är oomtvistat. Även under projekt Vinnande Vals - Ungdom som förebild har fokus varit på utbildning. Deltagarna har genomgått delar av Norska Aktiv ungdoms kurs och hela Plattformen, som är Sveriges motsvarighet till Aktiv ungdoms kurs. Alla deltagarna har haft praktiska moment i sina gymnasieutbildningar där de haft nytta av sina nyvunna kunskaper. Ett litet aber är att våra idrottsföreningar inte fångar upp ungdomarna i någon hög utsträckning. Alldeles för få av våra deltagare har gått vidare och tagit steget mot att bli idrottsledare i ideell förening.

Avvikelser

Ungdomarna fick inte utbildningen "Ledare tillsammans" av IOGT-NTO och IOGT Midt Norge.



Målgrupp: Vuxna

"Vardagsmotion och hälsa i föreningens närmiljö"

Stödet till våra föreningars verksamhetsutveckling inom vuxenidrotten har inte varit tillräckligt prioriterad, och behöver därför tydliggöras för att på bästa sätt skapa goda förutsättningar för en god kvalitet och kvantitet i erbjudandet av bredd och motionsaktiviteter för vuxna.

Ideella föreningar skulle delta i projektet kom att via en enkel överenskommelse arbeta för att planera och genomföra motionsaktiviteter i föreningens närmiljö. Aktiviteterna skulle vända sig till främst till personer som inte var tillräckligt fysisk aktiva i dag.

Aktivitet nr 1 i Åre (Jämtland-Härjedalen)

Uppstartssamling -Inspirationsdagar

Den 5-6 februari 2010 träffades ca 65 föreningsledare från Nord Trøndelag och Jämtland på Åre Continental Inn. Syftet med dagarna var att inspirera föreningsledarna till att starta eller vidare utveckla utbudet av motionsaktiviteter för vuxna i dess närmiljö. Deltagarna fick ta del av goda exempel, diskutera tillsammans och samt fick information om vad "Vinnande val"-projektet kan ge dem för stöd i att utveckla föreningsverksamheten. (Som ett led i satsningen gav Jämtlands läns landsting de jämtländska föreningarna ett stimulansbidrag på 5 000:- om de startade upp eller vidare utvecklade en aktivitet som lockar fler motionsovana vuxna till fysisk aktivitet.



Aktivitet nr 2 i Östersund (Jämtland-Härjedalen)

Instruktörsutbildning i vattengymnastik

Lördagen den 13 mars 2010 fick föreningsledarna chansen att kompetensutveckla sig till instruktör i vattengymnastik. Inför kursstarten var sex personer anmälda med pga av sjukdom och olycksfall kom bara två stycken (från Jämtland) till utbildningen. Trots detta genomfördes kursen och deltagarna har nu startat vattengymnastik i sina föreningar: Föllinge IK och Offerdals friskvårdsförening.

Aktivitet nr 3 i Åre-Järpen (Jämtland-Härjedalen)

Utbildningsdag för föreningsledare

Efter önskemål från projektets föreningsledare i vuxendelen anordnade projektet ytterligare en utbildningsdag. Denna gång fick ledarna möjlighet att välja kompetensutveckling i: vattengymnastik, motionsgymnastik eller stavgång. Lördagen den 24 april 2010 lockade dryga 25 deltagare till Åre Continental Inn. (Utbildningen i vattengymnastik genomfördes i Järpens simhall.) Efter denna utbildningsdag stod fler ledare redo att locka andra vuxna till fysisk aktivitet.

Aktivitet nr 4 i Sundsvall (Västernorrland)

Inspirations- och utbildningsträff

Den 29-30 januari 2011 träffades föreningsledare från Nord Trøndelag, Jämtland-Härjedalen och Västernorrland i Sundsvall på First Hotell Sundsvall. Syftet förutom gränsöverskridande diskussioner var att ge föreningsledarna fler verktyg i att motivera andra människor till fysisk aktivitet. Annika Henriksson, sjukgymnast från Sundsvall sjukhus höll en föreläsning och påföljande diskussion kring MI (motiverande samtal)motsvarande telefoncoaching. Deltagarna fick "prova" modellen på varandra och försöka tänka sig in hur modellen kan överföras och användas i deras "föreningsvardag". Hållands skidspårsförening samt Sundsvalls "Friskis & Sveltis" berättade också för deltagarna om sitt utbud av aktiviteter för vuxna i närmiljön. Utbildningsdagen inramades med middag på Eon Arena och elitserieishockey.

Aktivitet nr 5

Vinnande val projektets motionskampanj

Under månaderna april och maj 2011 genomförde vi en motionskampanj via vår hemsida. Projektet försöka synliggöra all den fysiska aktivitet som genomförs varje dag/vecka i projektregionen. Genom kampanjen ville vi ge regionens invånare en morot/gulerot/inspiration till att börja aktivera sig. Det var en stor utmaning att få i gång en gemensam portal (för alla tre distrikten) på vår hemsida men efter hårt arbete, många och långa telefonsamtal över gränsen lyckades vi ha en fungerande portal från den 2 april. Den sista maj stängdes kampanjen och tre vinnare i varje distrikt ska lottas fram.

Aktivitet nr 6

Projektledare besöker föreningarna

Projektledarna har besökt föreningarna vid ett möte för att stämna av läget angående vad som genomförts och givit dem stöttning till att komma vidare.

Aktivitet nr 7

Inspiration/erfarenhets utbyte i Trondheim i samband med projektavslutningen

15-16 maj 2011 träffades ambassadörerna och övriga deltagare i vuxendelen i projektet i Trondheim till inspirationsträff och erfarenhetsutbyte. På programmet stod "Två goda exempel", erfarenhetsutbyte, föreläsning av hälsoprofilen Susanne Lanefelt, Zumbadans, föreläsning av Christer Basma fd elitfotbollsspelare i Rosenborg. Träffen avslutades med fotbollsmatch på Lerkendal.

Avvikelser

Det blev inga "egenarrangerade" föreningsbesök mellan föreningar i Jämtland-Härjedalen och Nord-Trøndelag. Se punkt "vänföreningar" i projektbeskrivningen.



Kompetensutveckling av föreningsledare i IOGT och IOGT-NTO.

På svensk sida har IOGT-NTO utvecklat en kurs och ett utbildningsmaterial som heter "Ledare tillsammans" i Norge finns inte detta utbildningspaket. "Ledare tillsammans" är en metod och ett verktyg som ska underlätta för föreningarna att både diskutera och enas om en gemensam policy kring alkohol.

Aktivitet nr 1 i Stjørdal (Trøndelag)

Utbildning av processledare i "Ledare tillsammans"

Den 7 – 8 mars 2009 genomfördes den första processledarutbildningen i projektet och Björn Karlsson från IOGT-NTO Jämtland var utbildare. De norska deltagarna anammade metoden och kom fram till att materialet skulle översättas till norska.

Aktivitet nr 2 i Sällsjö (Jämtland-Härjedalen)

Utbildning av processledare i "Ledare tillsammans"

På IOGT-NTO's egen kursgård i Sällsjö, Mörsil träffades nio potentiella processledare den 26-27 mars 2010 för utbildning. Det var IOGT-NTO's Helena Bergqvist som höll i kursen och engagemanget var stort från deltagarna. Parallellt med kursen översattes kursmaterialet och presentationen från svenska till norska.

Aktivitet nr 3 i Overhalla (Nord Trøndelag)

Utbildning av processledare i "Ledare tillsammans"

27-28 augusti 2010 genomfördes den första processledarutbildningen med det norska materialet och nio norskar deltog i utbildningen.

IOGT Midt Norge har varit i Oslo och presenterat Ledare tillsammans för arrangörerna av Norway cup. Kollegorna på IOGT Region Öst är blev intresserade och kommer att utbilda processledare i deras region för att möta upp efterfrågan. Under Norway cup(första veckan i augusti 2011)kommer IOGT att ha en monter för att "sälja in" "Ledare tillsammans".

IOGT-NTO Jämtland har etablerat ett bra samarbete med Bergs kommun och via dem fått möjlighet att träffa ett antal idrottsföreningar (t ex Klövsjö/Katrina, Klövsjö IF, Rätans IF, Myssjö/Oviken, Myrvikens skol IF mfl) I dessa föreningar har ett drogpolicyarbete genomförts med "Ledare tillsammans" som metod. Även Timrå IK har fått info om "Ledare tillsammans".



Marknadsförings- och kommunikationsstrategi

Tillgänglig, tydlig och bra information och marknadsföring om satsningen och projektet bidrar till att fler kan göra sitt "Vinnande val" för sin egen hälsa. Nordens gröna bälte är en region med stora geografiska avstånd, det medför bl a stora kostnader för transporter.

Därför ville vi utveckla metoder som skulle begränsa problemen med de långa avstånden i vår region. Här ville vi använda all modern teknologi inom information och kommunikation. Vi kom att skapa en interaktiv mötesplats där deltagarna i projektet skulle kunna kommunicera och skaffa sig information om fysisk aktivitet och alkoholrelaterad information.

Kommunikationsstrategi

Vi har utarbetat:

- En logotype
- En power-point presentation med enkel information om projektet
- En manual för profil material t ex kläder
- Ett webb/internetforum (gemensamt för idrottsrörelsen och IOGT, IOGT-NTO), webbsidan utvecklades under 2009 och operativ under 2010 och 2011.

Avvikelser

Under projektiden har vi konstaterat att hemsidor inte är det rätta verktyget att nå ut till invånarna i regionen. Vi kan med facit i hand konstatera att det vore bättre att använda befintliga hemsidor och sprida informationen om projektet där istället. Allmänheten klarar inte av att hålla sig insatt i vad som händer via ännu ett socialt media. Hemsidan vill därför inte leva kvar efter projektets slut men som ett arkiv.

3.2 Målgrupp:

För att nå våra mål valde vi att arbeta utifrån tre olika satsningsområden inom ramen för dessa delades målgrupperna upp.

Ungdom 13-20 år

Satsningen vände sig till ungdomar 13-20 år, ledare/tränare från idrottsrörelsen och IOGT, IOGT-NTO-rörelsen, skolor och fritidshem.

1:1 Basisträning och Basismästerskap (15-16 år)

Målgruppen idrottsföreningar och ungdomar i Jämtland- Härjedalen samt Västernorrland. För att nå målgruppen har idrottsförbunden arbetat med att presentera och marknadsföra Basisträning och Basismästerskap. Detta har främst skett via personliga kontakter och möten, telefonsamtal, e-post samt förbundens hemsidor. För att på ett enkelt sätt nå fler idrottsföreningar och ungdomar har en informations- cd kring Basis och Basismästerskap spelats in. Denna film sprids idag via idrottskretsarna/idrottsförbunden och vid andra tillfällen då idrotten diskuterar träning och verksamhetsutveckling.

De idrottsföreningar som framförallt har haft nytta av projektet är Skolidrottsföreningarna i Jämtland- Härjedalen och Västernorrland samt de ungdomar som deltagit i projektet via deras Skolidrottsföreningar.

Målet då projektet startades var även IOGT-NTO och IOGT skulle komma i kontakt med denna målgrupp genom att erbjuda ett drogfrött breddidrottsarrangemang i samband med Basismästerskapen. Detta har inte skett under projektets tid och är således en avvikelse från de mål vi hade då vi startade projektet. Anledningen till avvikelsen beror på att de i ett tidigt skede valt att istället fokusera på att nå ut till idrottsföreningarna med utbildningen "Ledare tillsammans".

1:2 Prova på dagar (13-20 år)

Ungdomar i åldern mellan 13-20år, som *vill* börja idrotta eller vill *byta* idrott har svårt att finna nybörjargrupper. Västernorrland samt Jämtland-Härjedalens Idrottsförbund har valt att samarbeta med två gymnasieskolor för att nå ungdomarna. Genom samarbetet tilläts skolungdomarna att delta i att skapa ett arrangemang, genomföra den och även utvärdera insatsen. Föreningarna har fått en väg att nå ungdomar som de annars har svårt att nå. Därtill har skolungdomarna, på ett för dem enkelt sätt, fått en inblick i vad idrottsföreningarna har att erbjuda dem. En stor anledning till att vi nått så många ungdomar är samarbetet med skolan och att de valt att dagen skulle vara obligatorisk för eleverna. Samarbete skola - Idrottsförbund och föreningar har visat sig vara mycket lyckad och samtliga organisationer har haft stor nytta av prova på dagarna. Nord- Tröndelags Idrottskrets prövade en annan modell där huvudfokus låg på målgruppen handikappade och deras rekrytering in i idrotten. Därtill deltog även representanter utan funktionshinder vid de olika aktiviteterna. I forkant av "prova på dagen" hade det gått ut invitasjon til 50 aktuelle idrettslag.

Prova på dagarna skulle vara ett sätt för idrottsrörelsen och IOGT-NTO och NTO att samarbeta kring denna modell. IOGT-NTO och NTO har inte deltagit under prova på dagarna och har således ej nått denna målgrupp. Vilket måste ses som en avvikelse. Anledningen till avvikelsen beror på att de i ett tidigt skede valt att istället fokusera på att nå ut till idrottsföreningarna med utbildningen "Ledare tillsammans".

1:3 Ungdomar som förebilder (15-19 år)

Elever på gymnasieskolor som erbjuder anpassad utbildning för den som vill både studera och elitsatsa på sin idrott. Dessa ungdomar vänder sig i sin tur till elever på skolor och fritidshem och erbjuder dem fysisk aktivitet. Projektet följer eleverna från årskurs ett på gymnasiet till år tre.

En gymnasieskola i Västernorrland och en i Jämtland- Härjedalen svarade positivt på frågan om de ville anta utmaningen att ansvara för praktikdelen i *Ungdom som förebild*. I Norge fortsatte samarbetet med Verdal videregående skole og "ungdom som forbilder". Därtill har ungdomarna som

deltagit i utbildningarna använt sig av sin nyvunna kunskap då de varit ute på skolor och fritidshem för att erbjuda eleverna fysisk aktivitet.

IOGT-NTO och IOGT skulle nå denna målgrupp genom att ingå i det utbildningspaket som erbjöds målgruppen. IOGT-NTO och IOGT utbildningar har inte ingått i det utbildningspaket som eleverna fått. Således är detta en avvikelse från den målsättning vi haft. Anledningen till avvikelsen beror på att de i ett tidigt skede valt att istället fokusera på att nå ut till idrottsföreningarna med utbildningen "Ledare tillsammans".

Satsningsområde 2, Vuxna 20 år

Målgrupp:

Ideella föreningar. (Personer från föreningarna ska genomgå en utbildning/kurs som gör dem redo att leda aktiviteter för motionsovana.)

2:1 "Vardagsmotion och hälsa i föreningens närmiljö"

Målgruppen i denna satsning har varit Ideella föreningar som vill erbjuda vardagsmotion för vuxna. För att nå denna målgrupp valde Jämtland- Härjedalen Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarnas styrelse ut följande kommuner att delta i projektet. Dessa kommuner var Krokom, Östersund och Åre, Strömsund föreningarna. Kravet för att delta i projektet var att föreningarna skulle ligga i glesbygden och att aktiviteterna skulle komma glesbygden till gagn. Fritidshandläggarna i ovanstående kommun fick till uppdrag att ta kontakt med föreningar som motsvarade dessa kriterier. Dessa kontakter vidarebefordrades i sin tur till projektledaren på Idrottsförbundet och föreningarna bjöds in till projektet.

I Nord-Trøndelag kom målgruppen i främsta hand från Sprekeste och därtill kontaktades ytterligare föreningar via mail, telefonsamtal och personliga möten. Syftet med satsningen var att inspirera föreningsledarna till att starta eller vidare utveckla utbudet av motionsaktiviteter för vuxna i dess närmiljö. Projektet har gjort det möjligt för oss att nå den valda målgruppen och att även nå ut till vuxna och erbjuda dem vardagsmotion i föreningens närmiljö. Både föreningar och vuxna i glesbygden har haft nytta av projektets verksamhet.

IOGT-NTO har nått denna målgrupp och informerat om ledarutbildningen "Ledare tillsammans" och vägledning i att arbeta fram en policy gällande droger. Detta har skett under de samlingar som skett inom projektet för denna målgrupp.

2:2 Kompetensutveckling av föreningsledare i IOGT och IOGT-NTO.

På Svensk sida har IOGT-NTO utvecklat en utbildning och ett kursmaterial som heter "Ledare tillsammans", i Norge fanns inte detta utbildningspaket innan projektet. För att ta fram en norsk variant utbildades ledare från IOGT Nord-Trøndelag i denna kurs via kollegor på Svensk sida. IOGT på norsksida har idag en norsk variant av "Ledare tillsammans" och har således dragit nytta av denna del i projektet. Målet i projektets början var att IOGT och IOGT-NTO skulle delta i alla delar av projektet och således nå en stor målgrupp. IOGT- NTO och IOGT har till viss del kommit i kontakt med målgruppen men inte i den utsträckning som varit planerat. Det finns två anledningar till detta dels upptäcktes det i ett tidigt stadium att en tjänst på 30% inte räcker till för att kunna vara med på alla delar därtill har intresset för "Ledare tillsammans" varit svalt från idrottsföreningarna. Detta gäller både på svensk och norsk sida. Däremot har målgruppen närmats då projektledaren på IOGT-NTO valt att arbeta via kommunerna och ett antal processer har kunnat genomföras. Arbetet med att få deltagare i processledarutbildning är fortfarande väldigt svårt. På norsksida arbetar IOGT Midt Norge med att nå målgruppen via Norway cup i Oslo under augusti månad 2011. För att lyckas nå ut till fler idrottsföreningar samarbetar de med ledningen för cupen. En avvikelse är dock att inga processer genomförts ute i idrottsföreningarna i Nord Trøndelag och därmed har IOGT inte nått den valda målgruppen. En tydlig anledning till att det varit svårt att nå målgruppen är att det finns en tydlig

kulturell skillnad mellan idrotten och nykterhetsrörelsen. Det har visat sig vara svårt att hitta de rätta verktygen för att starta en kommunikation med idrotten.

Satsningsområde 3, "Marknadsförings- och kommunikations strategi under och efter projektet"

Målgruppen: deltagare i projektet och regionens invånare. Tillgänglighet, tydlighet och bra information och marknadsföring om satsningen och projektet bidrar till att fler kan göra sitt "Vinnande val" för sin egen hälsa.

3:1 Kommunikationsstrategi

Målgruppen: deltagare i projektet har till viss del då många av ungdomarna varit inne på Vinnande vals hemsida för att ta del av filmer och fotografier kring Basismästerskapen. Däremot har vi inte nått målgruppen regionens invånare. Då vi startade projektet var det populärt med hemsidor däremot ändrades detta snabbt och nya kommunikationsverktyg växte fram. De ungdomar som varit med i projektet kommunicerar med helt andra verktyg än hemsidor och de vuxna som varit med i projektet prioriterar annat än att söka informationen via hemsidan. Målgrupperna har dock alltid nåtts av samma logotyper, Power- Point presentation, profilkläder m.m. som har varit viktiga för projektet då vi träffat våra målgrupper eller varit i kontakt med dem på annat sätt.

3:2 Framtida kommunikationsstrategi

Kommunikationsverktyget skulle på ett enkelt sätt göra det möjligt för regionens invånare att på ett enkelt och tillgängligt sätt ta del av idrottsrörelsen och andra ideella organisationers aktivitets- och motionsutbud även efter projektets slut. Med ovanstående stycke i beaktning har projektgruppen valt att istället låta hemsida leva kvar som ett slags arkiv för att se vad som gjorts i projektet men framför allt för att tillåta målgruppen att hitta information kring Basisträning och Basismästerskap. Filmerna som spelats in kommer istället att spela en stor roll för att sprida det goda arbete som startats via projektet och för att ytterligare rekrytera målgrupper till Basisträning och Basismästerskap.

3.3 Resultat och resultatindikatorer samt effekter:

UNGDOM (Siffror inom parentes visar våra uppsatta mål.)

- 50 utbildade basistränare (20)
- 120 ungdomar på Basismästerskap (60)
- 1300 ungdomar på "Prova-på dag" (90)
- 125 utbildade unge ledare (75)
-

Effekter:

Efter att ha ringt upp idrottsföreningar efter Prova på dag i Jämtland Härjedalen så visade sig att av ca 1000 elever som var på aktiviteten så hade ca 100 stycken provat en ny idrott efteråt. Det är ett mycket bra resultat med tanke på att den här målgruppen ofta lämnar idrottsrörelsen.

Modellen med basisträning har börjat bli intressant även för svenska idrottsrörelsen, speciellt hos Svenska Skidskytteförbundet.

Avvikelser

Vi har haft betydligt fler besökare på våra Prova på dagar än målbilden tack vare vårt goda samarbete med gymnasieskolorna.

VUXNA

- 77 utbildade aktivitetsledare (70)
- 42 idrottsföreningar erbjuder kontinuerliga motionsaktiviteter för vuxna (70)
- Dessa föreningar erbjuder tillsammans ca 100 aktiviteter varje vecka.
Ca 750 deltagare.

Siffrorna inom parentes visar våra uppsatta mål.

Effekter:

Genom projektet så har antal motionsaktiviteter i glesbygden ökat.

Avvikelser

Vi har konstaterat att begreppet motionsovan inte var helt enkelt att definiera. Målet med 1500 motionsovana blev svårt att mäta.

LEDARE TILLSAMMANS

- Översatt kursmaterialet från svenska till norska
- 3 processledare har utbildats
- 15 personer har utbildats till processledare
- Presenterat Ledare Tillsammans för Norway Cup
- IOGT-NTO i Jämtland Härjedalen har haft processer i flera idrottsföreningar

Effekter:

IOGT-NTO Jämtland har inlett ett bra samarbete med Bergs kommun under projektiden vilket gett möjlighet till drogpolicy-processer i ett flertal idrottsföreningar.

"Ledare tillsammans" kursmaterial finns nu både på norska och svenska.

AVVIKELSER

IOGT Midt Norge har inte genomfört någon "Ledare tillsammans" process i Nord Trøndelag.

IOGT Midt Norge har haft kontakt med IOGT region Öst och Norway cup(Oslo) vilket är positivt men utan för "vårt" projekts region.

KOMMUNIKATIONSVERKTYG

- En logotype
- En PPTX
- Hemsida
- Filmer/foto
- Hemsida blir arkiv

Effekter:

Kommunikation är ett svårt och stort ämne och inte helt enkelt att nå fram med. Vi tycker att den logotype som vi tog fram har visat sig fungera bra i kommunikation med åtminstone de som varit något initierad i projektet.

Avvikelser:

Här kan vi konstatera att den hemsida som vi tänkte skulle fortsätta efter projektets slut inte kommer att bli verklighet. Att sköta en hemsida tar tid och resurser i anspråk något som vi inte kan prioritera i våra ordinarie verksamheter.

Nätverksbyggande har varit en positiv effekt genom projektet. Speciellt mellan idrottsrörelsen i Norge och Sverige, och mellan IOGT-NTO och IOGT Midt Norge. Effekten är att idrottsrörelsen i regionen kommer att fortsätta samarbetet kring olika projekt.

3.4 Övrigt

”Vinnande val” projektet har pågått under tre år och det anser vi har varit en av framgångsfaktorerna, dvs att ha tid till att göra en riktig planering för arbetet, ta tid till förankringsprocessen, arbeta ihop projektgrupp respektive styrgrupp samt rekrytering av deltagarna mm.

Projektarbetsgruppen har haft fysiska möten ca varannan månad och över två dagar (lunch till lunch), det har gett utrymme till gemensamma diskussioner om det kommande arbetet och för att försäkra sig om att alla förstått varandra dvs minska risken för språkförbistring. Det har också varit viktigt att kommunikationen där emellan fungerar bra och att varje projektgruppsmedlem tar ansvar för sin del i projektet.

Hemsidan/kommunikationsverktyget har varit en riktig utmaning i projektet. Anledningen till detta är att den skulle skötas av ett externt företag via Nord Trøndelags idrettskrets men även innefatta svensk sida. Med en gemensam startsida och sedan möjlighet att välja norsk respektive svensk ”portal” har kvaliteten varit olika och med olika innehåll. Vi kan med facit i hand konstatera att det vore bättre att använda befintliga hemsidor och sprida informationen om projektet där istället. Allmänheten klarar inte av att hålla sig insatt i vad som händer via ännu ett socialt media.

Att förankra vad som sker i projektet via media har också varit en utmaning. När projektet startades fanns ett visst intresse från lokalpressen men under arbetets gång har det varit väldigt svårt att få in reportage i tidningarna trots att vi själva lagt ner tid på att både skriva själva och bistå med bilder. Kan det vara så tråkigt att detta beror på att positiva artiklar/reportage inte har något större mediavärde?

”Prova på dagarna” har också varit positiva för föreningarna i deras utveckling av verksamheten inte bara för ungdomarna som vi beskrev i ansökan.

Styrgruppens sammansättning och mandat har varit extra viktig i det fall då projektarbetsgruppen inte varit överens, aktuell fråga har då tagits med till nästkommande styrgruppsmöte och blivit avklarad där.

4. Indikatorer

Notera att indikatorer både för A (Ekonomisk tillväxt) och B (Attraktiv livsmiljö) kan förekomma i ett projekt.	Antal enligt projektbeslut	Resultat vid projektslut	Kommentarer
Antal kvinnor 15- 24 år som deltar i projektet.	120	675	Genom att samarbeta med gymnasieskolorna har vi nått fler!
Antal kvinnor yngre än 15 eller äldre än 24 år som deltar i projektet.	200	350	Fler kom med i projektet tack vare Motionskampanjen april-maj-11
Antal män 15- 24 år som deltar i projektet.	120	690	Genom att samarbeta med gymnasieskolorna har vi nått fler!
Antal män yngre än 15 eller äldre än 24 år som deltar i projektet.	200	310	Fler män kom med tack vare Motionskampanjen och vår projektavslutning.
Resultat indikatorer			
(A) Antal formella gränshinder som projektet bidrar till att undanröja.	1	1	Att få till en gränsöverskridande motionskampanj via de norska och svenska hemsidesportalerna var ett gränshinder som undanröjdes. I utmaningen låg både språkliga och

			tekniska utmaningar att lösa.
(A) Antal kvinnor som deltar i gemensamma utbildningar och praktik.	150	172	Intresset för projektet har varit stort och många kvinnor har tagit tillfället i akt att utbilda sig till ledare t ex. När det gäller de ungdomarna har intresset varit jämförbart.
(A) Antal män som deltar i gemensamma utbildningar och praktik	150	128	Det verkar vara en kultur-genusfråga i att vilja vara ledare för en motionsaktivitet. Det är inte lika självklart för en man att vara ledare i t ex vattengymnastik. När det gäller ungdomarna har intresset varit jämförbart.
(B) Etablerade institutionella samarbeten.	5	9	Följande samarbeten har blivit etablerade: Västernorrlands IF-Skvaderns gymnasieskola, John Bauer skola Östersund-J-H Idrottsförbund, John Bauer skola Östersund- Verdalen vidergående skola, N-T Idrettskrets- Verdalen vidergående skola, N-T Idrettskrets-Inderøy Ungdomsskole, J-H Idrottsförbund-Jämtlands gymnasium, J-H Idrottsförbund-Birka Folkhögskola, Västernorrlands IF-Västermalmsgymnasium och Västernorrlands IF-Mariedalsskolan i Timrå.
(B) Nya och vidareutvecklade metoder för stads- och landsbygdsutveckling.	1	1	Projektet har arbetat med att kompetensutveckla och inspirera föreningsledare i glesbygden för att på så sätt bidra till ett ökat utbud av aktiviteter i närmiljön. Genom att möta andra föreningsledare och utbyta erfarenheter över gränsen har utfallet av modellen visat sig vara positivt. Utfallet visar en ökning av antal motionsaktiviteter med 25 % och antalet deltagare med 35 %.

5. Projektets påverkan på de genomgående (horisontella) kriterierna

5.1 Gränsregionalt mervärde

Samarbetet över gränsen och mellan fem olika organisationer har varit både en styrka och en utmaning. Styrkan var en sammansättning av olika personligheter och kompetenser men utmaningen var att acceptera olika värderingar och förhållningssätt till varandra och projektets intentioner. Det gränsregionala samarbetet har dock bistått projektet med mervärden som att ta del av goda exempel från var sida gränsen, hur man undanröjt hinder-utmaningar på "hemmaplan" och konkreta modeller som t ex Basisträning-mästerskap, Prova på dagar och Trim-kasse. Projektet har på ett demokratiskt sätt låtit alla deltagare oavsett förutsättning få resa, möta andra människor, ta del av olikheter inom de tre distrikten samt få kunskap om EU-projekt-Interreg.

5.2 Bättre miljö

Inför varje aktivitet i projektet har projektgruppen diskuterat bästa möjliga miljövänliga alternativ gällande transporter, boende, material och mat. Vi har använt oss av samåkning i buss, Nabo-tåget och i gemensamma bilar. Gärna hotellboende som håller en miljövänlig profil men även beroende på prisbilden också. Minimal användning av engångsmaterial vid förtäring och gemensamt ansvar för att sortera avfall som blivit efter aktiviteterna.

5.3 Jämställdhet mellan kvinnor och män

Projektarbetsgruppen har haft en jämn könsfördelning tre män och tre kvinnor. Styrgruppen har bestått av sju personer (fyra män och tre kvinnor). Av det totala deltagarantalet i projektet har fler kvinnor än män deltagit. Vi har framförallt i målgruppen ungdom haft krav på lika fördelning flickor-pojkar i samband vid aktiviteterna och utbildningstillfällena.

5.4 Etnisk mångfald och integration

"Vinnande val" har varit arena för alla, oavsett etnisk bakgrund och förutsättning. Mest tydligt har detta framkommit vid de "Prova på dagar" som genomförts i projektet. Vi "Prova på dagen" i Östersund blev även ensamkommande flyktingar inbjudna och dessa tog verkligen del av utbudet och flera av dem verkar ha funnit en meningsfull fritidssysselsättning där idrottsrörelsen är ett positivt verktyg in i det svenska samhället. Vid "Prova på dagen" i Levanger deltog ca ett fyrtiotal funktionshindrade ungdomar och vuxna.

6. Informationsinsatser och skyltning av projektet

Resultatspridning av projektet och av aktiviteter har skett på många olika sätt. Seminarier och konferenser, gemensam hemsida, tidningsartiklar, nyhetsbrev, våra organisationers hemsidor. Andra informationsvägar har varit Roll-ups, brevpapper, annonser, profilkläder, PPTX, Face Book, film och foto samt presentation på olika ställen t ex samarbets skolor, arbetsplatser och idrottsföreningar.

På samtliga ställen har det framgått att projektet har fått stöd från EG:s regionala utvecklingsfond.

Underskrifter

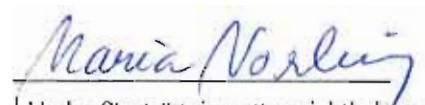
Slutrapporten ska alltid skickas in skriftligen tillsammans med ansökningarna om utbetalning. Den ska vara undertecknad av både svensk och norsk projektansvarig kontaktperson och/eller projektledaren¹.

Den svenska ansökan om utbetalning, inklusive lägesrapport, ska skickas till:
Länsstyrelsen Jämtlands län, Interreg Sverige-Norge
Nationella kontrollanten
831 86 Östersund.

Den norska ansökan om utbetalning, inklusive lägesrapport, ska skickas till det huvudsekretariat som handlagt ansökan.

Den slutliga versionen av rapporten bör samtidigt E-postas (**skannade och undertecknade dokument**) till förvaltande myndighet på adress:
interregrapport.jamtland@lansstyrelsen.se.

Andra versioner än den som skickats in skriftligen får aldrig skickas via E-post. Observera att rapporten senare, till sin helhet, kan komma att läggas ut på Internet t.ex. i en projektbank.



¹ Under förutsättning att projektledaren har en formell rätt att företräda stödmottagarna avseende projektrapportering