

**NaKuLiv**

**Det goda livet genom natur, kultur och hälsa**

En delrapport för perioden

1/1 - 31/12 2007



2008-01-22

Jane Karlsson

Projektledare

# EN DELRAPPORT FRÅN NAKULIV - PROJEKTET 2007

## Inledning

Folkhälsoprojektet, *NaKuLiv – det goda livet genom natur, kultur och hälsa* har nu genomfört sitt andra år av totalt tre. Det är ett samarbete mellan folkbildningen i Örebro län genom Örebro läns bildningsförbund och Örebro läns landstings Samhällsmedicinska enhet.

Syfte med projektet är att sprida kunskap om vad som påverkar och bidrar till en mer jämlik hälsa och vad var och en kan göra för sin hälsa. Aktörerna är studieförbunden, folkhögskolorna samt länsbiblioteket med filialer i Örebro län. Tanken är att via dem få igång studie- och kulturverksamhet för prioriterade grupper huvudsakligen utifrån resultatet från den folkhälsorapport som publicerades 2006, *Den goda men ojämlika hälsan – Liv & Hälsa i Örebro län 2004*. Projektet pågår fram till och med 2008 och finansieras av Örebro läns landsting med 400 000 kr per år.

Örebro läns bildningsförbund och Örebro läns landsting har tillsammans ansvarat för genomförandet av projektet. Följande delrapport beskriver 2007 års verksamhet som genomförts under perioden första januari till den sista december 2007.

## Beskrivning av verksamhet

Projektledare Jane Karlsson har varit anställd på halvtid för att leda och samordna projektet. Arbetet har under året koncentrerats på folkhögskolornas deltagande och medverkan i NaKuLiv – projektet samt till fortsatt arbete med studieförbunden. Sammanfattningsvis kan sägas att den handlings- och tidsplan som gjordes för 2007 har följts och att de kvantitativa delmålen är uppnådda. Huruvida de kvalitativa huvudmålen har uppnåtts kommer den slutliga utvärderingen att visa. Se bilaga 1, *Uppföljning av handlingsplan 2007* och bilaga 2, *Uppföljning av tidsplan 2007*. Nedan följer en beskrivning av pågående och genomförda aktiviteter under nämnda period.

### *Studieförbunden*

Under 2007 har åtta studieförbund deltagit i NaKuLiv - projektet och de har tillsammans nått omkring 1400 personer i länet.

Målgrupper som man arbetat med är funktionshindrade, överviktiga vuxna, närstående-stödjare, föräldrar med invandrarbakgrund som svensk bakgrund, invandrarkvinnor, tonårsflickor i allmänhet, långtidssjukskrivna samt äldre.

Studieförbunden har arbetat med temat hälsa och genomfört studiecirklar, föreläsningar, uppsökande verksamhet, ledarutbildningar samt utvecklat metoder med inslag av kultur- och naturaktiviteter för ovan nämnda målgrupper. En prioritering har varit att utveckla metoder för att nå prioriterade grupper. Studieförbunden har använt egna material och kompletterat med studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan*. Verksamhet har genomförts i åtta av länets kommuner och i samarbete med medlemsorganisationer, familjecentraler, vårdcentraler, skolor samt vuxenomsorgen.

Stimulansbidraget på 18 000 kronor per studieförbund har prioriterats till verksamhet som utvecklar metoder för att nå grupper med ogynnsam hälsa huvudsakligen utifrån länsrapporten *Den goda men ojämlika hälsan*. Studieförbunden har använt bidraget till merkostnader för föreläsare, lokaler, resor, ledararvoden, litteratur, administration, marknadsföring samt att subventionera deltagaravgifter.

### ***Folkhögskolor***

Hundra anställda vid länets fem folkhögskolor utbildades under mars och augusti i folkhälsa med studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan* som bas.

En mängd idéer framkom om hur respektive folkhögskola kan arbeta för att förstärka sitt arbete med folkhälsa. Det var allt från att ordna temadagar om hälsa till att arbeta med skolans miljö och integrera ämnet för alla kursdeltagare i den ordinarie i undervisningen.

Studiedagarna utmynnade i att varje folkhögskola under hösten startade olika aktiviteter med intentionen att under året utveckla ämnesområdet. Exempel på aktiviteter är att man förstärkt skolans profil genom att schemalägga en dag per vecka och arbetar med tema och integrerar kultur-, natur- och fysiska aktiviteter. Man har infört gemensam motion, stimulerat all personal till fysisk aktivitet med hjälp av bland annat stegräknare, Vidare att materialet *Den goda men ojämlika hälsan* har integrerats i den ordinarie undervisningen som t. ex. i kurserna ”Svenska som andra språk” och ”Fysisk och psykisk hälsa”.

Folkhögskolorna är en resurs och en tillgång i det hälsofrämjande arbetet. De har med sina olika profiler utvecklat en spetskompetens inom områdena kultur, fritid, handikapp, miljö, idrott, friskvård, media och design, teologi och ledarskap. Under året har NaKuLiv - projektet samarbetat med Kävesta folkhögskola vid genomförandet av en inspirationsdag om *Kultur för hälsa*.

### ***Bibliotek***

Diskussioner har under året förts med huvudansvarig för länsbiblioteket och i referensgruppen för NaKuLiv - projektet om möjligheter till samarbete. Det utmynnade i att frågan kommer att tas upp i början av 2008 i folkbildningens lokala samverkansgrupper i länet. Studieförbunden kommer att föra en dialog med biblioteken om att tillsammans genomföra föreläsningar i områden med ogynnsam hälsa, kring teman natur, kultur och hälsa. Projektet har också presenterats för ansvariga för närlärocentrum i Odensbacken.

### ***Utbildning***

Totalt har under året 259 nyckelpersoner från sex studieförbund och fem folkhögskolor utbildats för medverkan i NaKuLiv - projektet.

### ***Studieförbund***

En ämnes- och metodutbildning i folkhälsa med studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan* som bas har genomförts för studieförbunden vid åtta tillfällen med 125 deltagare. Syftet med utbildningen var att sprida kunskap om folkhälsa och ge tips och idéer på vilket sätt studiematerialet kan vara till hjälp för att sprida kunskapen vidare i respektive studieförbund.

Tolv personer deltog under september månad i en uppföljningsträff av *Den goda men ojämlika hälsan* för cirkelledare på temat naturen som en läkande och främjande kraft. Tanken var att inspirera till att använda naturen som redskap i ett hälsofrämjande arbete samt att utbyta erfarenheter och idéer av arbetet med *Den goda men ojämlika hälsan*.

I samarbete med Kävesta folkhögskola genomfördes under november en inspirationsdag om *kultur för hälsa*. Syftet med dagen var att inspirera till att använda kulturens som redskap för att sprida kunskap om dess positiva påverkan på människors hälsa. Det var 22 personer som deltog.

### *Folkhögskolor*

En studiedag på temat folkhälsa genomfördes under mars och augusti på respektive folkhögskola. Syftet var att öka kunskapen om folkhälsan i länet och att ge en orientering om studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan*. Målet var att det skulle utmytna i tankar och idéer till hur respektive folkhögskola kunde bli mer aktiv i folkhälsoarbetet i länet. Totalt utbildades 100 personer under fem studiedagar.

### ***Studiematerialet – Den goda men ojämlika hälsan***

2500 exemplar av studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan* har distribuerats till folkbildningen i länet. Häftet har använts som studiecirkelmateriel i sin helhet, som idé och tipsmaterial i befintliga cirklar, som ett komplement för dialog i hälsocirklar, vid mässor och utställningar samt vid information till skolor, familjecentraler mm. På folkhögskolorna har materialet använts i den ordinarie undervisningen, vid temadagar och för utbildning av kursdeltagare vid speciallinjer. Studiematerialet har också tagits fram i femtio exemplar som talbok för synskadade.

### ***Samarbete med det lokala folkhälsoarbetet***

Samarbetet som påbörjades under 2006 har fortsatt under 2007 genom att folkhälsostrategerna i norra, södra och västra länsdelarna har medverkat i NaKuLivs utbildningsinsatser som genomförts på folkhögskolorna i länet.

### ***Studieresa till Oslo***

Örebro läns landsting arrangerade i samarbete med Örebro läns bildningsförbunds NaKuLiv projekt en studieresa till Oslo den 3-4 september. Det var nitton personer som deltog. Det var representanter från folkhögskolor, studieförbund, Örebro läns landsting och Örebro kommun. Nio personer deltog från folkbildningen. Syftet med resan var att studera olika modeller för ”empowerment” eller hjälp till självhjälp. Gruppen besökte NaKuHel-centrat och Knutepunktet Selvhjelp Norge som båda ligger i Oslo.

### ***Information och marknadsföring***

Örebro läns bildningsförbund har tillsammans med den Samhällsmedicinska enheten, Örebro läns landsting tagit fram ett informationsblad om NaKuLiv – projektet, *Det goda livet genom natur, kultur och hälsa*. Vidare planerades under senare delen av året ett bildspel om NaKuLiv-projektet. Bildspelet är ett komplement till denna delrapport och beräknas vara klart den sista januari 2008.

### ***Dokumentation och utvärdering***

Projektet dokumenteras genom minnesanteckningar från referens- och ledningsgruppsmöten och från sammanställningar från utbildningsdagar. Studieförbunden registrerar NaKuLiv verksamhet i sina redovisningssystem. En årlig uppföljning och avrapportering görs till Hälso- och sjukvårdsnämnden, Örebro läns landsting.

Den Samhällsmedicinska enheten på Örebro läns landsting har under året i dialog med referensgruppen för NaKuLiv – projektet utarbetat en utvärderingsplan. Målen för projektet utvärderas genom gruppintervjuer med referensgruppen, cirkelledare och prioriterade målgrupper samt enkäter till deltagare i cirklar eller annan aktivitet. Utvärderingen påbörjades under hösten och fortsätter under våren 2008. En slutrapport skall vara klar den 31 december 2008.