

Verksamhetsberättelse avseende Örebro läns bildningsförbunds folkhälsoarbete 2010

Inledning

Den 11 mars 2009 tecknade Örebro läns bildningsförbund ett folkhälsoavtal med Örebro läns landsting för perioden 2009-2011 som syftar till en långsiktig samverkan mellan parterna för att främja en god och jämlik hälsa i befolkningen. Avtalet innebar också att utveckla och ta tillvara de erfarenheter som gjordes under åren 2006-2008 då man bedrev folkhälsoprojektet *NaKuLiv, det goda livet genom natur, kultur*. Aktörer är studieförbund och folkhögskolor i Örebro län. Prioriterade målgrupper är barn och unga, föräldrar, personer med psykisk ohälsa, övervikt och fetma.

Örebro läns landsting bidrar med 500 000 kr per år till länsbildningsförbundet som ansvarar för genomförandet med stöd av den samhällsmedicinska enheten på Örebro läns landsting. Bidraget justeras årligen för ersättningen enligt fastställd pris- och lönekomensation i Landstingsstyrelsens budgetdirektiv för respektive år.

I juni 2009 beslutade styrelsen för Örebro läns bildningsförbund om riktlinjer för folkhälsoarbetet och Örebro läns bildningsförbunds arbetsutskott utsågs till styrgrupp för denna verksamhet. I februari 2010 bildades en referensgrupp med projektledarna för de studieförbund som beviljats medel under perioden 2009-2011. 2010 var det första hela verksamhetsåret av avtalsperioden. I bilaga ett finns en sammanställning över alla folkhälsoprojekten med beviljade medel för hela perioden.

Här följer en beskrivning av verksamhet som genomförts under verksamhetsåret 2010.

Studieförbund

Sju studieförbund bedrev 2010 nio olika folkhälsoprojekt. Fem projekt är fleråriga och dessa är inne på sitt andra år och beviljades medel 2009. Studieförbunden har genomfört studiecirklar, annan gruppverksamhet och kulturprogram riktat till målgrupperna föräldrar, daglediga, ungdomar, äldre, invandrare, långtidssjukskrivna, unga och vuxna funktionshindrade samt överviktiga vuxna. Rekrytering av deltagare har skett via studieförbundens medlemsorganisationer och via samarbete med försäkringskassan, arbetsförmedlingen, familjecentraler, skolor och dagis, vårdcentral, gruppboenden mfl.

Studieförbunden har utbildat cirkelledare och producerat informationsmaterial och annonser. Möten har genomförts med medlemsorganisationer, samverkanspartners, politiker och folkhälsoteam i länet. Arbetssätt har utvecklats och material har anpassats till flera av målgrupperna. Flera av studieförbunden har integrerat natur och kulturaktiviteter i sina hälsocirklar och spridit sin verksamhet till flera kommuner i länet. Totalt har de sju studieförbunden 2010 genomfört 32 arrangemang med totalt 248 deltagare.

Här följer en beskrivning av studieförbundens folkhälsoprojekt som genomfördes 2010.

ABF Örebro län startade 2009 ett treårigt projekt s k *Hälsoraketten*, där de erbjuder föräldrar att delta i Familjeverkstan – ett föräldrastödsarbete. Samarbete sker med familjecentraler,

medlemsorganisationer och folkhälsoteamen i västra och norra länsdelen. De har under 2010 genomfört fyra studiecirkel i *Familjeverkstan* och *Två språkcaféer* med samhällsinformation till föräldrar. Totalt har 65 personer deltagit och verksamhet har genomförts i Karlskoga, Hällefors och Lindesbergs kommuner.

Bilda startade ett ettårigt arbete för långtidssjukskrivna, *Skapa dig ett gott liv*. Det är en gruppverksamhet som bedrivs i Karlskoga kommun. Bilda samverkar med arbetsförmedling, försäkringskassan, kommunen och FRIS (Försäkringstagarnas rätt i samhället) De erbjuder gruppverksamhet utifrån ett material sk "Hela livet" och "Tikva", en metod för att motivera till ökad fysisk aktivitet.

Under våren ägnades arbetet åt att planera och rekrytera ledare samt att utbilda densamma. Informationsmaterial togs fram och verksamheten marknadsfördes under november. Projektet har dock försenats p g a sjukdom bland personal och att ledaren som rekryterats och utbildats slutade sin anställning. Ny ledare har rekryterats och verksamheten startar i januari 2011.

NBV driver sedan 2009 ett treårigt projekt *Livskvalité - det viktiga valet* där de vänder sig till befolkningen med fokus på ungdomar, invandrare och äldre. De inventerar och diskuterar lokala resurser inom folkhälsoområdet i kommunerna och för sedan en dialog med politiker i respektive kommun. Utgångspunkten är Liv & Hälsa undersökningen i Örebro län. De har under 2010 genomfört fem studiecirkel utifrån studiematerialet *Den goda men ojämlika hälsan* och genomfört två politikermöten. Verksamhet har genomförts i Laxå och Örebro kommuner. Tjugoen personer deltog i cirkelarna och tjugosex personer deltog i möten med politiker.

Sensus påbörjade ett tvåårigt projekt 2009 *Naturen som kraftkälla*, där de utvecklar ett program i studiecirkelform för att öka medvetenheten om naturens inverkan på människors hälsa. De vänder sig till personer som är långtidssjukskrivna. Åtta personer har deltagit i ett pilotprojekt i Örebro under perioden september 2009 till augusti 2010. Ett koncept utvecklades i cirkelform. Gruppen fortsatte under hösten 2010 som en självhjälpgrupp.

Studieförbundet i Kumla har under året genomfört två ettåriga projekt. Det första projektet är en *Må Bra Kör* för daglediga i Kumla kommun. 28 personer deltog i kören som sedan fortsatt sin körverksamhet inom ramen för studieförbundets ordinarie verksamhet.

Det andra projektet är *Livskällans folkhälsa* där 19 invandrarkvinnor deltagit i två cirkel om hälsa. Livskällan är en verksamhet för invandrare som Studieförbundet bedriver tillsammans med Kumla kommun. Genom projektet ville Studieförbundet utveckla sin studieverksamhet för att integrera hälsofrågorna i *Livskällans* ordinarie verksamhet.

Studieförbundet i Örebro genomförde under 2010 kultur och naturaktiviteter för funktionsnedsatta ungdomar. Det var ett förprojekt till ett större treårsprojekt i samarbete med FUB och studieförbundet Vuxenskolan. Projektet kallas *Vild, Vacker, Vuxen*. Ungdomar fick under våren och sommaren prova på olika kultur- och naturaktiviteter i syfte att inspirera dem till att fortsätta med lämpliga aktiviteter under hösten. Studieförbundet genomförde sex workshop där deltagare fick prova på frigörande dans, bildverkstad, drama, måleri och ukelele. Totalt deltog 68 deltagare.

Studieförbundet Vuxenskolan startade 2009 ett treårigt projekt *Hälsokörkortet* där de utvecklar ett arbetssätt i studiecirkelform för att stimulera målgruppen funktionsnedsatta till

en bättre livskvalité och hälsa. Inriktning är mat, fysisk aktivitet, kultur och hälsa. Efter genomgången cirkel får deltagarna ett hälsokörkort med namn och fotouppgifter. Vuxenskolan har under året utbildat en cirkelledare och startat en pilotcirkel under senare delen av 2010. Projektet har försenats p g a av svårigheter att rekrytera ledare, vilket medfört att flertalet studiecirkel kommer att genomföras under 2011.

Medborgarskolan har under 2010 erbjudit studiecirkel i Cats-BMI och viktminskning till personer med övervikt (BMI + 28) i Karlskoga, Lindesberg samt Brickebacken och Vivalla bostadsområden i Örebro. De har genomfört två cirkel, en i Cats – BMI med fem deltagare och en i viktminskning med sju deltagare i Örebro. Sedan har de marknadsfört cirkelarna på olika event i Karlskoga, Lindesberg och Kumla samt via föreningen Trädet i Brickebacken. Ett uppsökande arbete har också genomförts i Vivalla. Det resulterade inte i några cirkel men en bieffekt var att de fått igång ett syprojekt i deras lokaler på Storgatan i Örebro med kvinnor från Vivalla.

Hälsofrämjande folkhögskola

Under 2009 tecknades ett samarbetsavtal mellan Örebro läns bildningsförbund och Fellingsbro och Kävesta folkhögskolor för att utveckla en modell för en hälsofrämjande skolutveckling. Avtalet innebar att *Strategin för en hälsofrämjande folkhögskola vid Fellingsbro folkhögskola och Kävesta folkhögskola* prövades på de båda skolorna under läsåret 2009-2010. Arbetet finns dokumenterat i *Delrapport för perioden 1/8-31/12 2009* och *Hälsofrämjande aktiviteter vid Kävesta folkhögskola och Fellingsbro folkhögskola VT 2010*. En slutrapport håller på att sammanställas där modellen för en Hälsofrämjande folkhögskola kommer att beskrivas.

Utbildning

Pusselbitar om utvärdering

Under våren 2010 deltog 16 personer i en utbildning i utvärdering s k *Pusselbitar om utvärdering*. Under ledning av Jan Byström fick deltagarna under två halvdagar grundläggande kunskaper i utvärdering där pusselbit för pusselbit lades till med syfte att utarbeta en plan för att dokumentera och utvärdera studieförbundens folkhälsoprojekt. Deltagarna representerade studieförbundens folkhälsoprojekt, folkhälso teamet i Norra länsdelen samt samhällsmedicinska enheten på Örebro läns landsting.

Att motivera till hälsa

I november 2010 genomfördes i samarbete med folkhälsoenheten på Örebro läns idrottsförbund en halvdagsutbildning om *Att motivera till hälsa*. Inga-May Sternberg föreläste och förde en dialog med deltagarna om hur man förändrar en livsvana och att motivera människor till en förändring. Tio cirkelledare/projektansvariga från fem studieförbund deltog.

Länsbildningsförbundets folkhälsoutvecklare har också medverkat vid sex tillfällen i samband med de enskilda studieförbundens utbildningar. Folkhälsoutvecklaren har också deltagit i externa konferenser, seminarier och studiebesök, sammanlagt fjorton tillfällen.

Samverkan med det lokala folkhälsoarbetet

Ett utökat samarbete har skett mellan folkbildningen och folkhälso teamen i Örebro och i norra länsdelen. Folkhälsoutvecklaren deltar kontinuerligt i träffar med de båda folkhälso teamen. Ett fortsatt samarbete sker kring föräldrastöd i norra länsdelen och i Örebro har under året ett samarbete inletts kring utvecklingsarbetet, *Hälsosam stadsdel i Varberga*. Det resulterade i att

samverkan har inletts med hälsoutvecklarpogrammet vid Örebro universitet kring verksamhetsförlagd utbildning.

I den västra länsdelen har folkbildningens lokala samverkansgrupp i Karlskoga-Degerfors träffat representanter från folkhälsoteamet i väster vilket resulterat i att samverkan har inletts kring ett utvecklingsarbete om föräldrastöd. Det är ett samarbete mellan Örebro universitet och Karlskoga och Degerfors kommuner.

Ett fortsatt samarbete har också skett med folkhälsoenheten på Örebro läns idrottsförbund. De har medverkat och deltagit i gemensamma utbildningar i folkhälsa för studieförbund och folkhögskolor. Under året har ett samarbete inletts kring viktminskning vid Kävesta folkhögskola och studieförbunden i länet har samverkat med folkhälsoenheten på länsidrottsförbundet kring Enjoying life, ett program för överviktiga barn. I övrigt finns folkhälsofrågan på dagordningen när folkbildningens lokala samverkansgrupper möts i de fyra länsdelarna.

Samverkan på länsnivå

Örebro läns bildningsförbund, Samhällsmedicinska enheten och Örebro läns idrottsförbunds folkhälsoenhet inledde under året ett samarbete för att belysa folkbildningens och föreningslivets betydelse för folkhälsoarbetet i Örebro län. Planering och ett förberedelsearbete gjordes under hösten och en gemensam handlingsplan utformades. En rapport beräknas vara klar i juni 2011. Rapporten skall belysa folkbildningens och föreningslivets roll i folkhälsoarbetet samt beskriva hinder och möjligheter att utveckla den ideella sektorns förutsättningar att bidra till en god och jämlik hälsa i Örebro län.

Under året har också folkhälsoutvecklaren på Örebro läns bildningsförbund besökt folkbildningsförbundet och informerat generalsekreteraren om länsbildningsförbundets folkhälsoarbete.

Utvärdering

Under året har Örebro läns bildningsförbund aktivt deltagit i den samhällsmedicinska enhetens utvärdering av de studiecirkel och kulturaktiviteter som genomfördes inom ramen för folkhälsoavtalet, våren 2010. Syftet med utvärderingen var att ta reda på vad studiecirkeln/kulturaktiviteten betytt för deltagarna. Enkäter skickades ut till 51 personer som deltog i studieförbundens verksamhet under våren 2010. Intervjuer genomfördes också med sju invandrade kvinnor som deltog i studiefrämjandets verksamhet i Kumla. Resultat från utvärderingen kommer att presenteras i en rapport i början av 2011.

Ekonomisk redovisning

Avtalet har finansierats med landstingsbidrag på 500 000 kronor och med egen insats på 100 000 kr för 2010. Dessa pengar har använts till en halvtids tjänst som folkhälsoutvecklare och till stimulansbidrag för riktad folkhälsoverksamhet i studieförbunden samt till gemensam utbildning, administration, information, och marknadsföring. Studieförbunden har använt stimulansbidraget till merkostnader för uppsökande verksamhet, information och marknadsföring, material, lokaler, cirkelledararvode samt till att subventionera deltagaravgifter.

Ekonomisk redovisning av verksamhet inom Folkhälsoarbete 2010

enl avtal mellan Örebro läns bildningsförbund och Örebro läns landsting (2009-2011)

	2009	2010	Saldo 2009-2010
INTÄKTER			
Landstingsbidrag	500 000	505 500	1 005 500
Egen insats	50 000	100 000	150 000
Övriga intäkter		1 349	1 349
INTÄKTER TOTALT	550 000	606 849	1 156 849
KOSTNADER			
Information och marknadsföring	9 493	28 312	37 805
Gemensamma utbildningar	5 000	17 161	22 161
Administrativa kostnader	56 285	8 766	65 051
Personalkostnader, projektledare	255 985	253 505	509 490
Lokalkostnader	37 089	36 000	73 089
Stimulansbidrag till studieförbund	144 900	292 900	437 800
KOSTNADER TOTALT	508 753	636 644	1 145 396
Överskott UNDER PERIODEN	41 247	-29 795	11 452

Kävesta och Fellingsbro folkhögskolor har finansierat en halvtid projektledartjänst under perioden 1/8 2009 - 31/7 2010 för arbetet med en hälsofrämjande folkhögskola.