

På uppdrag av
Stockholms läns landsting



**Karolinska
Institutet**

Med stöd från Folkhälsoanslaget, SLL

Österåkersprojektet 2008-2012

Att förebygga viktrelaterade problem
med skolan i centrum

Liselotte Schäfer Elinder, Karolinska Institutet,
Institutionen för folkhälsovetenskap



Uppdrag 3 till KFA: Stöd till goda matvanor och fysisk aktivitet samt förebyggande av övervikt

SLL Handlingsprogram övervikt och fetma 2004/2009



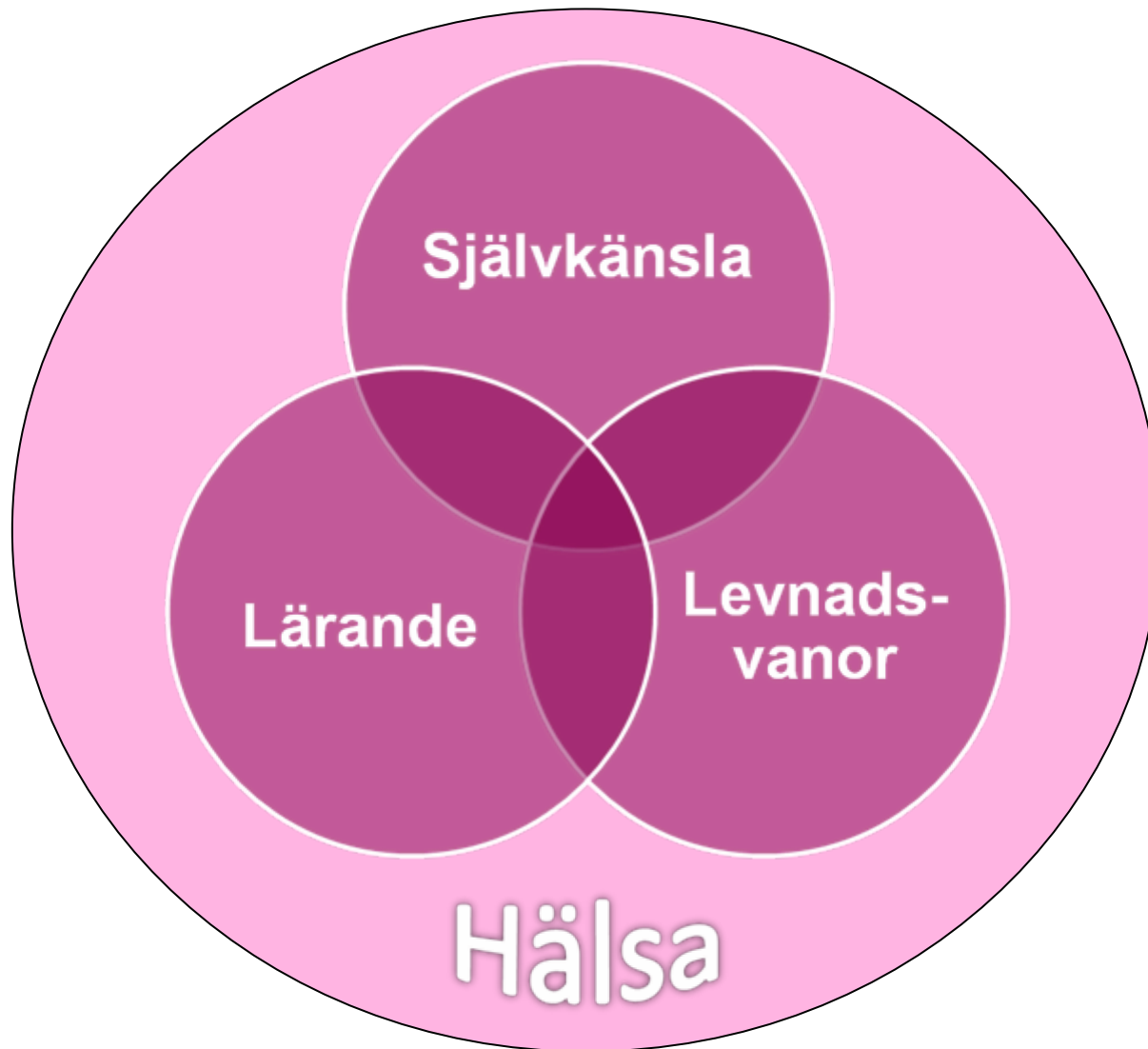
Varför Österåker?

- Kommunen efterfrågade hjälp från CFF/KI
 - Undersökning visade att hälsoarbetet i skolor i ÖÅ halkade efter
 - Lagom stor och "typisk" kommun
 - Progressiv skolhälsovård
 - Framstående arbete med skolmaten
-

Övergripande mål

- Bättre hälsa hos skolbarn i Österåker
 - ”Österåkersmodellen” – ett strategiskt verktyg för skolor och kommuner att mäta, förbättra och följa upp kvaliteten på skolornas elevhälsoarbete
-

Österåkersprojektet





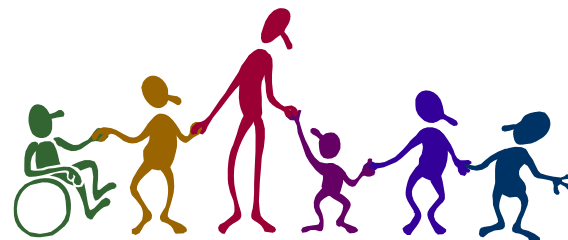
Mål

Att implementera och utvärdera ett program för att främja **goda matvanor**, **fysisk aktivitet** och **självkänsla** hos barn i grundskolan och därigenom **förebygga övervikt och stört ätbeteende**

Målgrupper

Elever och skolpersonal (+ föräldrar) i grundskolor i Österåkers kommun

Delmål



- Lokalt förankrad handlingsplan på skolan
- Stödjande miljö för goda matvanor, fysisk aktivitet, självkänsla och lärande
- Ökad kunskap bland lärare och elever
- Involvera föräldrar
- Indikatorer för långtidsuppföljning

Österåkersprojektet

-ett unikt hälsoprojekt

- Integrerar mat, fysisk aktivitet och självkänsla
- Utgår från skolornas egna förutsättningar
- Bygger på deltagande från skolpersonal i planeringen och genomförandet
- Baserad på evidens från RCT-studier



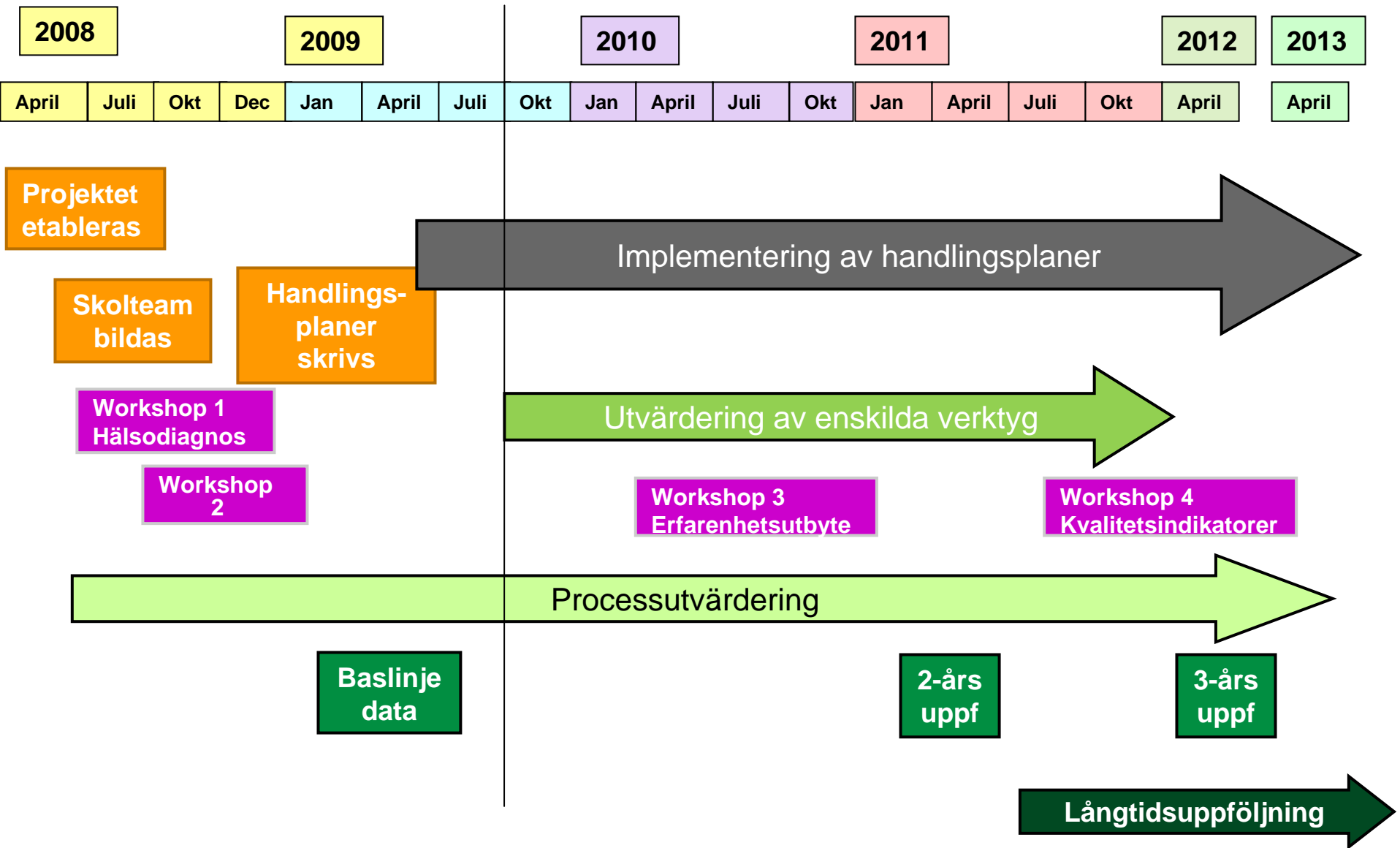
Skolan i centrum – ”whole school approach”



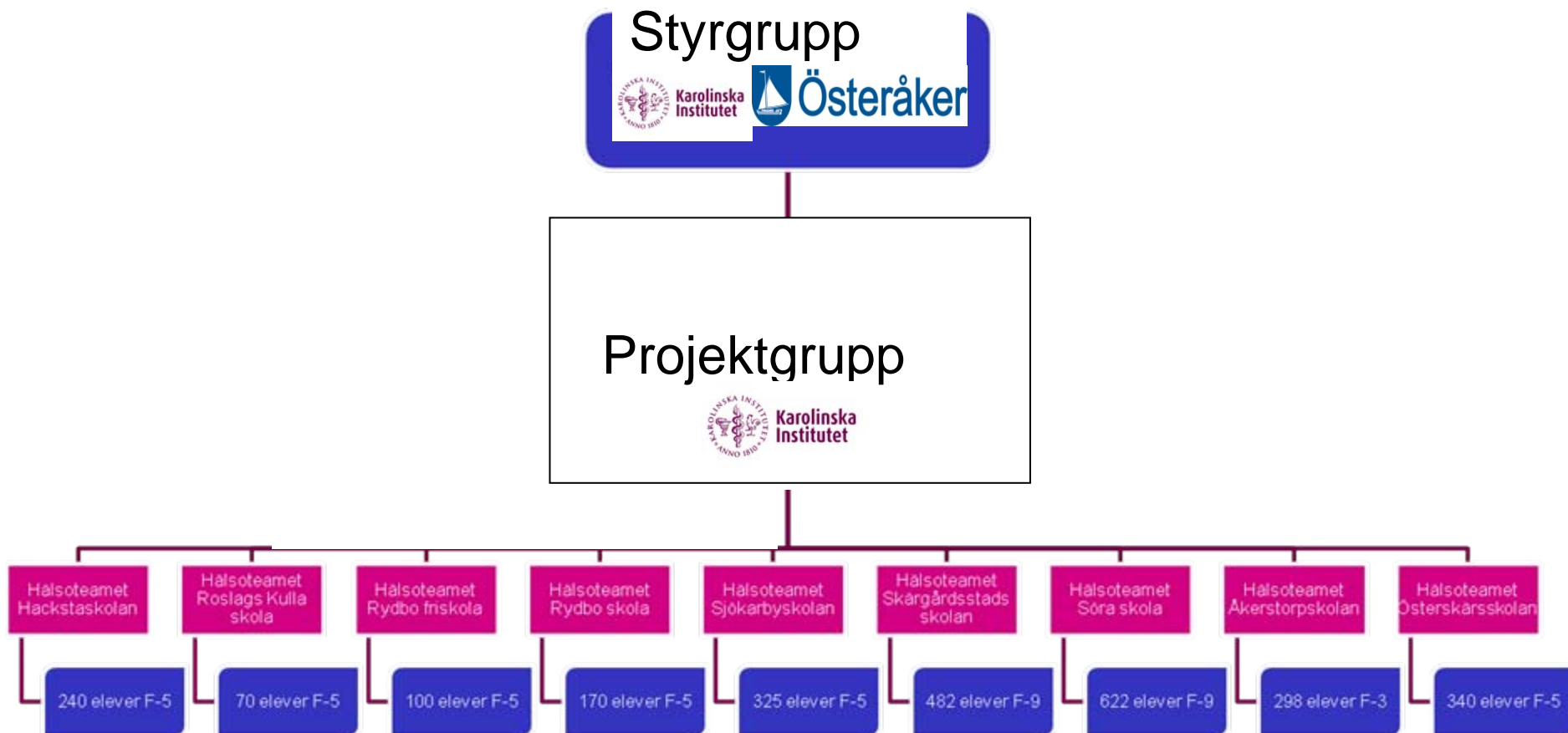
Design

- Kvasi-experimentell studie med 9 interventionsskolor och 9 jämförelseskolor
- Två interventionsnivåer – skola och eleven
- Multi-komponent - 3 eller fler insatser på varje skola
- Kohort av barn i åk 2, 4 and 7 (ca 1400 elever) följs upp under 3 år
- Baserad på social-ekologisk modell och social kognitiv teori
- Etiskt tillstånd

Tidsplan Österåkersprojektet



Projektets organisation



Totalt 9 skolor med ca 2600 elever

Stöd och coaching

- Utbildningar
 - Mat
 - Fysisk aktivitet
 - Psykisk hälsa
- 4 Workshops



- Verktyslåda



- Hälsodiagnosverktyg

- Support



- Skolbesök



SCIP-School /Österåkerprojektet

Kontakt

- Läs om projektet på www.folkhalsoguiden.se/scip eller www.osteraker.se
 - Eller kontakta:
 - Anna-Karin Jälminger (projektledare),
anna-karin.jalminger@ki.se tel: 08-524 888 87
 - Liselotte Schäfer Elinder (vetenskapligt ansvarig)
liselotte.schafer-elinder@ki.se tel: 08-524 884 03
 - Christina Zachrisson (verksamhetschef skolhälsovården,
Österåkers kommun)
Christina.zachrisson@osteraker.se
-

Hälsofrämjande gruppbostad

– ett samverkansprojekt med 10 kommuner i länet

Projektledare: Helena Bergström

Tidplan: 2008-2011

En intervention för att främja
hälsa i gruppbostäder för vuxna
med utvecklingsstörning

I samarbete med FUB, projektet CARPE
och Studieförbundet Vuxenskolan

