Idrott och Folkhälsa

Nyhetsbrev nr 9 juni 2011

Nationellt

Ett friskare Sverige

”Uppmärksamhetsveckan är avslutad, men det finns många skäl att fortsätta uppmärksamma levnadsvanors betydelse för vår hälsa”

Den 9–15 maj genomfördes närmare 3 000 aktiviteter över hela landet under satsningen Ett friskare Sverige. Det är tre gånger fler aktiviteter än förra året. Närmare 1 000 olika arrangörer från kommuner, landsting, ideella organisationer och privata aktörer bidrog till att uppmärksamma betydelsen av våra matvanor och rörelse för vår hälsa.

– Det är glädjande att det finns ett så stort engagemang för folkhälsofrågorna från flera aktörer i Sverige. Uppmärksamheten och engagemanget kring veckan har överträffat våra förväntningar, säger Sarah Wamala generaldirektör vid Statens folkhälsoinstitut.

En översiktlig summering av aktiviteterna visar att något mer än hälften hade fysisk aktivitet som huvudfokus, och en tredjedel hade både matvanor och fysisk aktivitet i fokus.

Nu väntar utvärdering och uppföljning.
– Uppmärksamhetsveckan är avslutad, men det finns många skäl att fortsätta uppmärksamma levnadsvanors betydelse för vår hälsa. Inte minst mot bakgrund av att den årliga samhällskostnaden för fysisk inaktivitet och ohälsosamma matvanor, lågt räknat, är 25 miljarder kronor, säger Nina Åkeson projektledare.

Det fortsatta långsiktiga arbetet med bra mat- och rörelsevanor behöver ske på flera samhällsnivåer och genom ett brett samarbete, bland annat mellan de olika aktörerna som har deltagit i Ett friskare Sverige och fler därtill. Det är nödvändigt för att på sikt se effekter på befolkningens hälsa.

Första steget

”Syftet med RF:s medverkan i satsningen är att visa idrottens mångfald av olika idrotter samt idrottsföreningarnas verksamhet som erbjuder roliga och effektiva motions- och träningsmöjligheter för alla åldrar.”

En ny storsatsning på breddidrott med RF, GIH och TV 4 som medspelare. Den 15 maj gick startskottet för en ny hälsosatsning: ”Första steget”. Med inslag i TV 4 tre gånger i veckan, gemensam webb och tre stora löparfester för hela familjen vill RF, GIH och TV 4 få svenskarna att röra sig mer. Satsningen ska också hjälpa och inspirera dem som vill komma igång med att börja träna och på så sätt bidra till en bättre folkhälsa och ett mer hälsomedvetet Sverige.

Smålandsidrotten
Box 485, 551 16 Jönköping
www.smalandsidrotten.se
Martin Funck
martin.funck@smalandsidrotten.se

SMÅLANDSIDROTTEN

Syftet med RF:s medverkan i satsningen är att visa idrottens mångfald av olika idrotter samt idrottsföreningarnas verksamhet som erbjuder roliga och effektiva motions- och träningsmöjligheter för alla åldrar. Varje dag deltar, exempelvis, 150 000 barn och ungdomar (7-20 år) i nästan 16 500 sammankomster i någon av landets idrottsföreningar.

Kristin Kaspersen från TV 4 kommer att leda ”Första steget”. På måndagar, tisdagar och söndagar tar Kristin upp olika frågor om motion och hälsa i Nyhetsmorgon. Ytterligare en TV 4-profil, Tilde de Paula, är med i satsningen. Kristin ska prova på ett antal olika idrotter och träffa idrottsprofiler och/eller experter på olika områden kopplade till idrott. RF kommer ha en aktiv roll och kunna påverka innehållet i inslagen.

Varje söndag under kampanjtider avslutas Nyhetsmorgon med ett masspass (typ gympapass), som arrangeras av Korpen, på Gärdet i Stockholm.

”Första steget” pågår under sommaren och avslutas med tre stora löpar- och folkfester för hela familjen i Växjö (26 aug), Falun (3 sep) och Stockholm (10 sep), där både elitlöpare, motionärer och barn kan delta. Då bjuds det också på musik, underhållning och möjlighet att prova på olika idrotter. Tre friidrottsklubbar kommer tillsammans med våra DF Småland, Dalarna och Stockholm att samordna prova-på-aktiviteterna.

Vid fem tillfällen under perioden presenteras satsningen i Expressens hälsobilaga.
Samarbetet mellan TV 4, GIH och RF är nytt, och ambitionen är att det är starten på ett långsiktigt arbete över flera år.

Regionalt

Projekt Idrott och folkhälsa

FaR
www.farsmaland.se

”Nu pågår arbetet med att se till att utbildade FaR-ledare går in på sidan för att registrera de aktiviteter man erbjuder till målgruppen”.

Webbsidan www.farsmaland.se är nu igång och sidan ska fungera som en plattform för vårt arbete med fysisk aktivitet på recept, FaR.

På denna sida ska utbildade FaR-ledare/aktivitetsarrangörer registrera aktiviteter som är riktade till personer som har fått ett recept på fysisk aktivitet. Receptförskrivare (legitimerad sjukvårdspersonal) kan på denna sida sedan söka upp, förmedla och skriva ut lämpliga aktiviteter till personer som ordinerats fysisk aktivitet. Personer som fått ett recept kan givetvis också på egen hand också söka upp lämpliga aktiviteter.

Nu pågår arbetet med att se till att utbildade FaR-ledare går in på sidan för att registrera de aktiviteter man erbjuder till målgruppen. **För att registrera aktiviteter krävs det ett användarnamn och ett lösenord, vilket du erhåller genom att skicka en begäran om detta till martin.funck@smalandsidrotten.se då får du även vidare instruktioner om hur registreringen går till.**

Utbildning
Till hösten blir det fler FaR-ledar utbildningar:
Steg 1
Växjö 22 oktober
Steg 2
Oskarshamn 12 nov

Vi arrangerar också nätverksträffar där alla utbildade FaR-ledare kan träffas och byta erfarenheter och få kompetensutveckling. Vi arrangerar även lokala nätverksträffar mellan vårdpersonal och FaR-ledare. Kom gärna med förslag till undertecknad om lämpliga platser för lokala nätverksträffar samt kompetensutvecklingsområden.

Mitt i livet 2011

”Det finns fortfarande chans att haka på tåget och ha möjligheten att vinna en idrottscheck på 10.000 kr till verksamheten”

Hittills under 2011 så har ett 20-tal föreningar anmält sig till Mitt i livet. Projektet där idrottsföreningen skapar aktivitet för personer över 50 år.

Smålandsidrotten
Box 485, 551 16 Jönköping
www.smalandsidrotten.se
Martin Funck
martin.funck@smalandsidrotten.se

SMÅLANDSIDROTTEN

Det finns fortfarande chans att haka på tåget och ha möjligheten att vinna en idrottscheck på 10.000 kr till verksamheten. På Smålandsidrottens hemsida finns anmälningsblanketten och mer information kring projektet. OBS! ni kan bortse från att sista anmälningsdatum är den 15 mars.
http://www.rf.se/RFdistrikt/Smaland/Aktuellaprojekt/Idrottochfolkhalsa/Mittilivet-50/

Kioskinspiration

Under hösten tog vi fram ett inspirationsmaterial till idrottsföreningar som bedriver kiosk/café verksamhet. Materialet innehåller tips och idéer om hur man genom att se över sin verksamhet kan bidra till hälsosamma mat- och dryckesvanor för barn och ungdomar. I materialet finns också en checklista där föreningen kan ”checka av” diverse insatser som man gör för att förbättra sin kiosk/caféverksamhet.

När man som förening känner sig nöjd med de insatser man har gjort så kan man skicka in checklistan till Smålandsidrotten och då erhålla ett snyggt diplom som tydliggör att föreningen har en hälsosam verksamhet när det gäller mat och dryck. Hämta materialet och läs mer här:
http://www.rf.se/RFdistrikt/Smaland/Aktuellaprojekt/Idrottochfolkhalsa/Bramatochdryck/

Tankesmedja ”Idrott och folkhälsa”

Under april månad genomfördes en tankesmedja där vi bjöd in föreningsliv, SDF- anställda samt landstingsanställda med olika kompetenser inom folkhälsområdet för diskutera hur Smålandsidrotten kan bli ännu bättre i sitt arbete med att bidra till en god folkhälsa. Alla de goda idéer och förslag som kom upp under tankesmedjan bearbetas nu och tas i beaktning när projektet ”idrott och folkhälsa” inleder en ny projektperiod 2012-2014. Ett stort TACK till alla er som deltog påtankesmedjan

Mötesplats Smålandsidrotten

Under 2011 arrangerar Smålandsidrotten mötesplatser för alla intresserade inom idrotten. På programmet finns föreläsare i olika ämnen där du har möjlighet att få inspiration, ny kunskap och nya erfarenheter.

Mötesplatserna genomförs:
1 oktober i Oskarshamn och
15 oktober i Jönköping
Mer information om arrangemangen hittar du framöver på www.smalandsidrotten.se

Kurser 2011

Här nedan kommer ett litet utdrag från Smålandsidrottens kursutbud för hösten 2011:

Plattformen Oskarshamn 15-16 okt

HLR Västervik 26 sept
HLR Tranås 28 sept

Idrottsskador/tejpning Jönköping 10 sept
Idrottsskador/tejpning Växjö 29 okt

Grundtränarutbildning (GTU) Växjö 22 -23 okt

Styrelseledamot och arbetsgivare Eksjö 15 nov

Fler kurser och föreläsningar hittar du på www.smalandsidrotten.se

Distribution av Nyhetsbrevet Meddela er adress till: martin.funck@smalandsidrotten.se

Smålandsidrotten
Box 485, 551 16 Jönköping
www.smalandsidrotten.se
Martin Funck
martin.funck@smalandsidrotten.se

SMÅLANDSIDROTTEN