

# Den nationella kampanjen Hitta stilen

Under åren 2008 – 2009 har projektet Hitta stilen pågått. Huvudsyftet med projektet var ”att bidra till att elever (10-16 år), föräldrar och skolpersonal får en positiv inställning till och ökade kunskaper om de dagliga vanornas betydelse för hälsa och välbefinnande avseende livsstil, sömn, fysisk aktivitet och mat”. Sex olika organisationer har samarbetat kring projektet: Hushållningssällskapens Förbund tillsammans med Hushållningssällskapet i Stockholms, Uppsala och Södermanlands län, Korpen Svenska Motionsförbundet, LivsmedelsSverige, Riksförbundet Hem och Skola, Sveriges kommuner och landsting samt Sveriges Utbildningsradio. Projektet har delvis finansierats med medel från Allmänna Arvsfonden. Projektets metod har varit att genomföra en nationell kampanj.

De olika samarbetsparterna har på olika sätt ansvarat för och genomfört olika delar av projektets innehåll. Bland annat har 20 Hälsodagar med tillhörande Livsstilsbok, prova-på-aktiviteter och föräldramöten genomförts runt om i Sverige för elever i år 6–9 i grundskolan. En hemsida har tagit fram med information tips och idéer till elever, skolpersonal, föräldrar och andra intresserade. Hittills har tre högskolekurser på distans anordnats för skolpersonal. Forskardagar har anordnats vid 16 tillfällen. Det har stimulerats till anordnandet av familjedagar. Utskick har gjorts till alla grundskolor om Hitta stilen. Det har producerats tre tv-serier och en rad radioprogram kring hälsa med tillhörande studiematerial. Samverkansparterna har också arrangerat och medverkat i en rad konferenser.

Den insats som eleverna framför allt fått del av var Hälsodagen. Hälsodagen har varit mycket uppskattad av elever och skolpersonal. Med eleven i fokus kan sägas att Hälsodagen delvis bidragit till att ge eleverna en positiv inställning till och ökade kunskaper om de dagliga vanornas betydelse för hälsa och välbefinnande. Förutom att eleverna var mycket nöjda med Hälsodagen kom de ihåg en hel del från Hälsodagen ett år efter Hälsodagens genomförande. Några hade också gjort vissa livsstilsförändringar utifrån Hälsodagens budskap. Det måste betraktas som ett mycket positivt resultat för Hälsodagen. Man kan överlag inte ha några större förväntningar på att en enstaka insats ska lämna några större spår efter sig ett år senare. Övriga delar i projektet har under projekttiden i ringa omfattning kommit eleverna direkt eller indirekt till del.

Projektet har arbetat brett med erbjudande om olika insatser till elever, skolpersonal och föräldrar, med konferenser, mässor, seminarier, utskick med mera, men utfallet av projektet blev att en stor del inte nådde fram till eleverna. En Hälsodag på alla skolor och en forskardag på en av de skolor som deltog i utvärderingen var vad som direkt kom eleverna till godo. En anledning till att så få insatser kom eleverna till del kan vara den arbetsmetod som projektledningen använt sig av. Med det åsyftas både uppläggnings- och sättet att fördela och erbjuda insatser. En annan anledning är att skolpersonalen på de deltagande skolorna inte använt allt det material som projektet erbjudit genom hemsidan. En tredje anledning kan vara att alla delar i projektet inte var klara när Hälsodagarna genomfördes.

Hitta stilen har varit ett ambitiöst projekt som innehållit en mängd olika insatser. När det gäller eleverna blev inte projektet en kraftsamling där många goda krafter samverkade för att ge eleverna en positiv inställning till och ökade kunskaper om de dagliga vanornas betydelse för hälsa och välbefinnande. Visserligen har projektmålen uppnåtts, men från ett elevperspektiv har alltför lite kommit eleverna till del för att man ska kunna konstatera att projektets syfte blivit uppnått. Resultaten från utvärderingen visar att samhället står inför stora utmaningar när det gäller att för en del unga människor bibehålla en god hälsa och för andra att förbättra hälsan. Den fråga som återstår är: Hur ska ett hälsofrämjande arbete riktat till ungdomar utformas för att verkligen stödja en livsstil som ger god hälsa? Elever och skolpersonal har delvis besvarat den frågan i utvärderingen. De önskar ett ofta återkommande och långsiktigt arbete kring hälsa och livsstil. Deras svar är hoppgivande för framtida hälsofrämjande arbete. De samarbetsparter som ingått i projektet har många möjligheter att vidareutveckla metoder och arbetssätt för grundskolan.

**A. BOIJ AB**  
Idé- och produktutveckling

ISBN 978-91-977837-9-8

# Den nationella kampanjen Hitta stilen

Utvärdering med ett elevperspektiv år 2008 - 2009



Anita Boij

Rapport 2010:2