

Johannes:

Vidare har jag blivit kontaktad av en Johannes på Region Västernorrland som har ett projekt(se nedan), han undrar också om vi har något liknande i Västerbotten och undrar över följande:

Frågor:

- Vad gör ni idag för att stödja/hjälpa era medlemmar till bättre levnadsvanor? Fysisk aktivitet, mat, tobak och alkohol
- Vad skulle ni vilja göra mer?
- Vad skulle ni behöva för att göra det?
- Använder ni er av Case-manager i Västerbotten

Jag skickade lite frågor till denna Johannes och fick tillbaka följande, som jag tänkte att vi pratar mer om på mötet.

"Här är en presentation av Västernorrlands projekt:"

-1. Hur länge har detta projekt funnits?

Började träffa RSMH länsförening och lokala föreningar 2011-2012

-2. Vilken målgrupp vänder sig detta till?

RSMH lokalföreningar och deras medlemmar. Finns i 7av7 kommuner periodvis har vissa föreningar vilande verksamhet.

-3. Vilka aktiviteterna görs?

Bättre mat och mer fysisk aktivitet är grunden. Tobak och alkohol ibland.

Föreningen väljer själv och en överenskommelse görs med varje förening (på papper) om vad de skall göra det kommande året och vilken ersättning som föreningen får för detta.

Flera föreningar har promenad+lunch 1-2ggr/v oftast om du gör promenad elr promenadbingo betalar du reducerat pris för lunch.

Föreningar har även ordnat olika aktiviteter (vattengympa, yoga, matcirkel, boule osv) ibland betalar deltagaren en liten egenavgift.

-4. Vilka ev resultat som har uppnåtts?

Väldigt olika, några exempel

-viktninskning

-mår bättre

-slutat röka

-börjat träna regelbundet

Alla föreningar fyller i en webbenkät årligen om du vill se enkäten kan du få en länk till enkäten.

-5. Hur ser projektmedlen ut?

Sammanlagt ca 150000/år fördelat på 4-7 föreningar/år. Som mest ca 40' som minst 5'